Откровенные шаги навстречу

Анна Ас

Анна Ас

Откровенные шаги навстречу

Рассказы

Ярославль 2017

АС А.
Откровенные шаги навстречу. – Ярославль: типография CMYK, 2017. – 58 с.

Каждый хоть раз в своей жизни задумывался о смысле поступков и действий, пытался понять поведение людей... Здесь вы встретите именно большое желание понять – понять жизнь, которая окружает.

Это сборник банальных рассказов о проявлении любви в жизни, в которых идет описание маленькой истории и следует интерпретация социально-психологических феноменов, лежащих в основе поведения героев.

© Анна Ас, 2017

Откровенные шаги навстречу

Банальные рассказы о любви в разных ее воплощениях – любовь к себе, другому, потерянная любовь, выдуманная любовь, спасительная любовь, жертвенная любовь, осознанная любовь, любовь к жизни и гармоничная любовь...

Вместе 6
Детские пальчики 11
ОНО 16
Профайлинг страсти 20
Падение вверх 24
Как работает правило 28
16 мгновений 32
Сам себе вопрос - ответ 36
Три метра над реальностью 39
Друг 43
В поисках призрака прошлого 46
Журавль в руках 50
Себе... 55

«Лучше писать для себя и не иметь публики,
чем писать для публики и потерять себя»
Сирил Коннолли

«Все ,что ниже написано, – все галлюцинации и фантазии моего
думающее-мечтающего мозга – все совпадения случайны…
Несмотря на то, что я люблю наблюдать,
видеть и слышать людей и вселенную вокруг меня…
Истории, рассказанные мной, – это
моя интерпретация происходящего с людьми вокруг меня…
Верю, что, прочитанные рассказы,помогут вам лучше понять те
психологические процессы и закономерности, которые наполняют вашу жизнь.»

Анна Ас

Вместе

Она сидела, опустив голову, ловила пальцами свои слезы, пока... пока ей зачитывали приговор... она обречена, сердце, у которого нет сил дальше жить... а ей ведь *30*, уже карьера на подъеме, ребенка очень ей хотелось и мужа тоже... и тут все, все перечеркнуто одной чертой, одним приговором. Она вышла из кабинета врача, держа в руках до смешного тонкую медицинскую карту, ведь ранее она вообще не болела... Она шла, не разбирая дороги, прошла мимо своей машины и как-то незаметно для себя оказалась на какой-то скамейке... Сколько она сидела – неизвестно, голова уже лежала на коленях, когда кто-то тронул ее за плечо. Она подняла голову, опухшее лицо от слез, боли и отчаяния... На нее смотрели огромные черные глаза. «С вами все в порядке*?*» – вдруг послышался теплый мягкий голос. Вера очнулась как из забытья... «Девушка, у вас все в порядке*?* Ночь уже, вы здесь несколько часов сидите, вам помочь*?*»

Она вдруг резко встала и почти бегом добежала до своей машины, быстро захлопнула дверь и зарыдала, громко, протяжно, в голос...

... уже прошло несколько месяцев с того дня, который изменил ее жизнь, Вера сильная, она смогла принять, смогла изменить жизнь... но жить в ожидании конца было мучительно больно, и все тяжелее...

Она вышла после очередного этапа лечения, она не любила стационар, считала, что дома и стены помогают, время до вечера еще есть, да и спешить особо некуда. Она не села в такси (на машине она теперь не ездит), а решила пройтись...

«Здравствуйте», – вдруг откуда-то знакомый бархатный голос. Вера прищурила глаза: «Мы знакомы*?*» Она смотрела на красивого молодого человека с огромными черными глазами, на огромном спортивном велосипеде. «Ну да, – сказал бархатный голос, – вы тогда убежали от меня как от огня, но сейчас вы хоть не плачете...»

Вера вспомнила первую встречу, смутилась. И дальше она сама не поняла, как они очутились в уличном кафе и пили горячий шоколад.

Она рассказала ему все... поделилась болью, как не делилась ни с кем...

Денис был моложе ее на *10* лет, учился на журналиста и любил свой велик. "Интересный мальчик", – думала Вера и еще не понимала, что влюбляется в этого молодого жизнерадостного человека с огромными черными глазами и бархатным голосом.

Они виделись постоянно, он ждал ее после процедур, они пили горячий шоколад... и просто болтали...

И вот однажды она не вышла, и завтра тоже и послезавтра тоже... и Денис в ужасе понял, что даже не знает ее фамилию, и он пошел туда, где была высока вероятность ее найти. Врачи и медсестры в этом огромном медицинском центре смотрели на него с изумлением и пожимали плечами.

Он сел на лавку и стал смотреть и ждать. И под конец дня один из врачей все же смог ему помочь, он отвел его в палату, где белая как полотно лежала Вера, она спала. Он сел рядом, взял ее за руку, рука была холодной и сухой. Он приходил каждое утро и каждый вечер. Зачем? Он сам до конца не понимал. И когда она открыла глаза, слова сами собой сорвались с его губ: «Я люблю тебя».

Их осуждали многие вокруг, точнее, осуждали ее, как она могла взвалить себя на него, обременять собой его, он молодой (моложе ее на *10* лет), здоровый, и вообще у него еще все впереди, а у нее закат.

Но он продолжал держать ее за руку, делить с ней горячий шоколад и целовать... целовать до умопомрачения. Она старалась просто наслаждаться жизнью, убегала от чувства вины и вся без остатка отдавалась чувствам. На лице у нее снова появился румянец, силы появлялись неизвестно откуда, она снова дышала глубоко и полной грудью...

«Вера, мы больше не можем продолжать лечение, – сказал хмурый доктор, – Вы нарушили режим, и необходима дополнительная операция...» Вера изумленно подняла бровь, она не понимала, о чем речь... «Вы не знаете, что вы беременны? – хмуро сказал доктор. – Необходимо прерывание беременности для продолжения лечения...» Земля, точнее пол и стул, на котором она сидела, уплывали из-под

нее, голова закружилась, и она утонула в темноте... Очнувшись, поняла, что лежит на медицинской кровати, над ней улыбается усатый мужчина: «Ну вот, дорогушечка, вы и пришли в себя, это хорошо. Сейчас снова уснете...» Вера не поняла сразу всей ситуации, но чутье подсказало ей встать и уходить... Вослед она слышала нравоучения и то ,как ее ругали и останавливали, пытаясь вразумить... но в голове пульсом билось лишь одно: «Это мой ребенок, это наш ребенок...»

Вера имела достаточно хороший финансовый запас, который до этого момента для нее мало что значил. Сейчас же она собрала все свои ресурсы, все, что можно было еще продать, поручила доверенным лицам и уехала... она сбежала... сбежала от него, от реальности...

Вернувшись к тете в маленькую деревушку, к тете, которая с *11* лет заменила ей обоих родителей, она долго плакала – взахлеб и с перебоями рассказывая ей о своей болезни, о Денисе, о ребенке и о том, как она сбежала...

Мудрая тетя, наливая травяной чай, молчала... и, поцеловав Веру в лоб, проводила ее в комнату детства...

Шли дни, недели ... живот округлялся, а Вера расцветала, хотя в глубине души таился страх – лечение-то она прервала...

И вот уже последние приготовления: кроватка, пеленки и прочие милые штучки... она быстрым взглядом осмотрела комнату и с довольной улыбкой вышла из дома... она спешила на встречу – на встречу с самым дорогим, любимым и близким ей человеком, с тем, кто вот уже почти *9* месяцев занимает все ее мысли...

Через *11* дней она, наслаждаясь счастьем, кормила своего малыша, склонившись над ним, она нежно сжимала его в своих руках. Скрипнула дверь палаты, и послышался бархатный голос: «С ним все в порядке?...» Сердце сжалось, и она взглянула в огромные черные глаза... В них не было ни осуждения, ни страха, а только радость и любовь...

...

Денис держал на руках их сына и с нежностью смотрел на нее: «Может, мы все же съездим и сдадим анализы, я понимаю, что ты боишься, я буду рядом...»

Они шли по больнице, где почти весь персонал еще два года назад ее осуждал, с малышом на руках... Хмурый доктор смотрел то на Веру, то на Дениса, то в бумажки, которые держал в руках: «ну... ну... я вас поздравляю, очень хорошая динамика... прошу вас только периодически наблюдаться и не пропадать больше так надолго...», и впервые за многое время хмурый доктор улыбнулся...

Техническая суть:

(Дорогой друг, я попытаюсь простенько описать те психологические феномены и процессы, которые имели место быть в данном рассказе)

На самом деле это вполне реальный феномен, когда человек, имеющий серьезное неизлечимое заболевание, на краю жизни, переориентирует фокус своего внимания на другие объекты или субъекты – это не тогда, когда человек с головой уходит в лечение, это тогда, когда человек ищет интересное и не завершенное в своей жизни, пытаясь как бы напоследок наполнить ее новым смыслом и сутью, чтоб как бы надышаться. Человеком обуревают новые эмоции и чувства. И в этот момент происходит волшебство, врачи не нашли объяснения этому феномену, но некоторые говорят об обратном психосоматическом воздействии. Психосоматика – направление в медицине (психосоматическая медицина) и психологии, изучающее влияние психологических факторов на возникновение и течение соматических (телесных) заболеваний. Связь между психикой и телом осуществляется через вегетативную нервную систему и проявляется в виде различных вегетативно-сосудистых реакций. Психогенная ситуация как провоцирующий фактор

запускает вначале общую неспецифическую реакцию адаптации. При духовном подходе неизлечимых болезней не существует в принципе: рецепт для излечения от любой болезни очень прост — надо восстановить гармонию с Миром. Разными авторами и практиками достигнуты положительные результаты в излечении от болезней, в настоящее время считающихся неизлечимыми.

Когда даёшь себя приручить, потом случается и плакать.
Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

Детские пальчики

Тонкие, но уже мужественные детские пальчики вцепились мертвой хваткой в дверной косяк, он сам почти не дышал, он боялся, что если будет дышать, то громкий поток воздуха может помешать ему услышать что-то важное... А ведь там, всего в трех шагах, за дверью, лежала она, та, с которой еще позавчера он поцеловался впервые в своей жизни.

...Они любили собираться в одиннадцатой палате, той, что дальше всего от сестринской, так как взрывы смеха толпы подростков со всего отделения могли разбудить постовую медсестру и их быстро бы разогнали. Сегодня они играли в карты, в карты на желание, и вот сейчас она уже в третий раз должна ему желание. Сашка не хотел опять придумывать всякую глупость, которая вызывала лишь смех, а решился – была не была – и поцеловал ее, это было непонятное, безумно странное чувство, и оно было стремительно мимолетно – в следующее мгновение Алиска вскочила и засадила ему кулаком по лицу... все засмеялись, а они друг за другом вылетели из палаты. На следующее утро за завтраком они косились друг на друга исподлобья, так бы и хмурились, если бы Алиса не улыбнулась краем губ, и Сашка ответил самой своей широкой улыбкой... вот так – ей *11*, а ему *12*, и, видимо, первая любовь*!* Этим же вечером они спрятались за шторой у самого дальнего угла и пробовали первые свои поцелуи, смаковали и наслаждались жизнью...

На следующий день они, улыбаясь, завтракали вместе... А потом наступило время процедур. Для Алисы это всегда тяжелый период дня, так как капельницы и уколы были очень болезненны, она была тяжело больна раком крови, и Саша с ужасом провожал ее глазами за белую дверь процедурки. Тогда он еще не знал, что лучше бы не

пускать ее туда... Алиса вышла минут через *20*, сжимая руку, согнутую в локте и явно улыбалась сквозь боль и слезы.

Они, не стесняясь, проводили время вместе, медперсонал умилялся, смотря на их первую любовь, другие ребята хихикали, а они просто говорили и говорили обо всем...

К обеду пятно на правой руке с внутренней стороны локтя разрослось и потемнело, да к тому же болело сильно... А утром она уже не проснулась...

Саша проснулся раньше обычного от суеты в отделении, все врачи бегали... в коридор из палат никого не выпускали.

И только к обеду все успокоилось, Саша пошел на обед, а Алисы там не было, он к ней в палату, и там ее нет. Паника пульсировала в голове ударами бубна. Он подошел к окну, где еще вчера они целовались, и тут из самой дальней палаты вышла ее мама, сердце обрадовалось, потом тревожно сжалось – это была палата одноместная, и туда попадали те, кому ой как плохо. Он стоял рядом с палатой, пытался заглянуть вовнутрь, его гоняли, отодвигали...

Тонкие, но уже мужественные детские пальчики вцепились мертвой хваткой в дверной косяк, он сам почти не дышал, он боялся, что если будет дышать, то громкий поток воздуха помешает ему услышать что-то важное... Мимо ходили сотрудники больницы, говорили, снизу несли обед, у всех кипела жизнь... А ведь там, всего в трех шагах, за дверью, лежала она, та, с которой он еще позавчера поцеловался впервые в своей жизни. Его маленькое сердце сжималось от страха и боли, никто не говорил ему, что с ней и как, и она не выходила из этой палаты... а он даже плакать не мог, боялся, боялся, что больше никогда не сможет взять ее за руку, что больше никогда не увидит родинку над губой и ее ухмылку, когда она над ним шутит.

Двенадцатилетний мальчик день за днем стоял в дверном лестничном проеме, откуда приносили еду с кухни, его пытались оттуда прогнать, отправить в палату, а он, как солдат на посту, стоял и смотрел почти без отрыва на дверь, за которой была Алиса.

Несколько раз он видел ее, она, очень бледная, лежала на кровати, несколько телевизоров с непонятными знаками и полосками и много проводов... она не шевелилась, не вставала.

И вот спустя *27* дней опять суета, дверь открывается все чаще и чаще и... Саша стоял, закусив до крови губу, стоял и снова не дышал, он уже понял, что страшнее всего неизвестность.

И на следующий день его жизнь разрушилась, ее увезли из больницы, и никто ничего ему не говорил...

...Алиса очнулась и почувствовала жуткую жажду, руки и ноги сковало, и шевелиться она не могла почему-то... она издали слышала голоса, которые как бы приближались к ней, но не могла сказать ничего в ответ... темнота... с большим усилием она открыла глаза, увидела маму, доктора. Встать она не смогла, и вспомнить тоже ничего не могла... она помнила, что они вечером с Сашей спорили о Маленьком Принце Экзюпери и утром хотели перечитать вместе... «А где Саша? Саша... Саша...» – крутилось у нее в голове.

Она попыталась встать и чуть не упала, мама вышла из палаты, Алиса подтянулась на руках, сделала несколько шагов ближе к двери, и тут вошла мама со словами «что ты делаешь, тебе же нельзя вставать...», бросилась к ней, а в открытой двери она увидела его глаза, и боль прошла, а дверь закрылась.

Наутро мама скоро собирала вещи, а папа на руках нес Алису вниз к машине, они ехали домой... дома и стены помогают... но никто не хотел слушать, что ей помочь может только он...

...Саша понимал, что с Алисой что-то происходило, потом он видел ее, ее глаза, ее было сложно узнать, она очень похудела, а потом утром ее палата была пуста...

Лето закончилось, осень. Они дети, ей *11*, ему *12*, они в разных городах...

Хотел бы я знать, зачем звезды светятся.
Наверно, затем, чтобы рано или поздно каждый
мог вновь отыскать свою.
Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

Им уже по *16* и *17*... они вместе, они нашли друг друга, точнее, шансы быть рядом. Они часто перечитывают Экзюпери, вместе...

Они прошли вместе все испытания, у Алисы ремиссия и больница всего теперь раз в год...

«Алис, я в армию хочу пойти служить, чтоб все по-честному, как надо, а вернусь, и мы поженимся...», и было море слез, куча обнимашек и целовашек, а потом обещания писать каждый день.

И вот череда писем, каждый день, она писала, и читала...

...Утром Алиска полетела к почтовому ящику,... пусто... И назавтра тоже пусто... и опять пусто ... и опять...

Алиса, прогуляв учебу, поехала к нему домой... дверь открыла дама в черном платке... «Сашу похоронили *2* дня назад» ... Все поплыло перед глазами... и Алиса рухнула на подкосившихся ногах.

«Душечка, вам беречь себя надо, – сказал бородатый человек в белом халате, – мама твоя скоро приедет и будем думать, что делать, все вместе...»

...

Тонкие, но уже мужественные детские пальчики крепко держали мамин пальчик. Алиса наклонилась над этим крепким мальчуганом: «Сашенька, ты просто ангел, ты такой же сильный и любимый, как твой папа...» и поцеловала его в сладкий носик...

Техническая суть:

(Дорогой друг, и снова я, попытаюсь простенько описать ту технологию, которая имела место быть)

Здесь речь идет скорее о некотором философском изречении, о смысле того, что с нами происходит.

«Все испытания, которые нам даются, даются только нам по силам. Все, что с нами происходит, делает нас сильнее» и т.п.

На самом деле речь идет о понимании смысла всех событий, которые с нами происходят, понимании сути и принятии этой сути как необходимой данности.

Дети с чистым сердцем и широко открытыми глазами шли в будущее, даже через череду препятствий, которую не каждый взрослый преодолеет, они как данность принимали все, что с ними происходило, не ругая судьбу, и не роптали. И главная героиня так же восприняла всю ситуацию, все испытания и шагала вперед с постоянным ожиданием чуда.

Нарисуй барашка…
Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

ОНО

Речь пойдет про ЛЮБОВЬ.

Моя героиня – Ана, была взбалмошной, но достаточно ответственной девочкой. Учеба в универе, работа и отношения, которые вот-вот должны были привести ее к белой фате. Отношения ровные, честные – наверное, как у многих… так думала она – и о большем не знала. И когда вставал вопрос «любишь его?» – «ну, наверное, да… мы ведь пара…» - отвечалось само собой и было как-то так…

Как-то так… до одной осенней случайной встречи…

Парень – случайный знакомый, встретились по незатейливой случайности без намерения отношений и чего-то подобного, почти по делу.

Как оба говорили потом – внешне друг другу не приглянулись, но что-то притягивало их друг к другу.

Так вот – секунды первой встречи – они едут в троллейбусе – у нее было ощущение, что она загорается, как лампадка, рядом с этим человеком, что ей с ним комфортно, как в самом удобном пледе.

Они о чем-то говорили или молчали, и с ним не было нужды играть роль (что часто приходилось делать с другими парнями), с ним она была сама собой и плыла на облаках понимания.

Сидя в вокзальном кафе, говоря ни о чем и обо всем одновременно, она как будто вела диалог с близким другом детства. Она смотрела и чувствовала, понимая, что он – Человек с большой буквы, а это было столь редким явлением для ее критериев ценности жизни, и она еще не до конца понимала «почему?», но знала, что именно так.

Расставшись после первой встречи , Ана подумала о том, что с этим человеком ее жизнь еще сама сведет… но она не представляла даже, насколько быстро…

Вторая встреча была вообще непонятно как произошедшей, и они оба не понимали, как они снова оказались вместе. И третья встреча была

такой же… Прошло пять дней с момента знакомства, а ей казалось, что они знакомы целую жизнь, и когда он ее поцеловал – она ощутила этот вкус так, как будто он уже на протяжении десяти лет делал это каждый день, она как будто ощутила себя завершенно, полноценно…

И когда он сделал ей предложение на десятый день знакомства – ни его, ни ее это не удивило – они как будто знали, что так и есть, так должно было быть…

ОН и ОНА сливаются воедино, и тогда это уже ОНО – что по каким-то чудным мифам – было разделено на две половинки, и эти половинки маются, пока не встретят снова друг друга… а встретивши, соединяются всеми тремя центрами и стремятся слиться воедино, и тогда уже сложно понять, где заканчивается один человек и начинается другой.

Часто мы в такой связке мыслим едино, заканчиваем и продолжаем фразы и мысли друг друга.

Но суть не только в том, чтоб найти, суть в том, чтоб сохранить и приумножить…

И вот ОНО уже десять лет есть, то хромое, то бежит, то танцует, то лежит. И она и он хранят ОНО, желая, чувствуя и понимая друг друга.

Если любишь цветок — единственный, какого больше нет ни на одной из многих миллионов звезд, этого довольно: смотришь на небо и чувствуешь себя счастливым. И говоришь себе: "Где-то там живет мой цветок..." Но если барашек его съест, это все равно как если бы все звезды разом погасли!

Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

Техническая суть:

(Дорогой друг, и снова я, как обычно, попытаюсь простенько описать ту технологию, которая имела место быть)

Есть разные трактовки этой теории – я опишу бытовым простым языком.

Есть три энергетических центра в человеке – живот (все животное сущее) – грудь (душа, чувства, эмоции, переживания) – голова (разум, расчет, понимание, осознавание). Любовь раскрывается со всей своей полноценностью только одновременно и в равных силах во всех трех центрах.

Любовь живет в голове, груди и в животе…

Начнем с живота. С животом связано все сущее, природное, биологическое. Вся любовь здесь связана с сексом, с проявлением эротичности и сексуальности. А в паре – удовольствие не только от сексуального контакта, а от всего телесного контакта с партнером – прикосновения, запаха любимого. Для справки – «путь к сердцу мужчины лежит через его желудок» – это оттуда же, откуда и секс – если вы помните, это базовые потребности по пирамиде Маслоу – а живот связан именно с базовыми потребностями и телом.

Грудь – душа, дух. Любовь здесь проявляется в виде романтики. Кстати, романтика проявляется не только в сервированном столике при свечах и в прогулках под луной. Здесь живут одни мысли и желания на двоих, чувствование друг друга и единое чувствование мира.

Голова – расчет. Здесь мы говорим не только о финансовом расчете, расчете на наличие квартиры, машины и т.п. Здесь мы говорим о восприятии партнера соответствующим определенным ценностям женщины, например, таким как «он будет хорошим отцом» или «я за ним как за каменной стеной»…

Так вот, качество и особенности любви зависят от того, какие из трех центров включены. Из практики можно сказать, что редко бывает так, что любовь проявляется во всех трех центрах, чаще

при более или менее длительных отношениях включены два из трех. А вот еще интереснее, когда речь идет про соответствие энергии любви у партнеров.

Например, женщина выбрала мужчину – понимая, что он будет хорошим отцом и потому что мировоззрения и вкусы к жизни у них похожи. И в данном случае возможные сложности в сексуальной жизни не будут для женщины столь важными, как чем для дамы, которая выбор своего партнера делала животом, страстью, удовольствием тела, для такой Ж первозначное и первоочередное.

Задумайтесь о том, а что ведет ваши отношения… а что ведет любовь вашего партнера?

Насколько ваши ведущие центры совпадают?

И самое интересное: что если ведущее пересечение вашей любви в секторе живота, то смело можно говорить о том, что все свои конфликты и споры в паре вы эффективней всего решаете в постели или как минимум в жарких объятиях. Если пересечение в области романтики – то решения вашей пары в совместных творческих действиях – походы в кино, театр, или здесь может быть простая совместная уборка квартиры и процесс приготовления вкусного ужина…

Ну и наконец – разум – голова: здесь у вашей пары в сложных ситуациях одна дорога – договариваться и, самое главное, потом соблюдать договоренности.

Профайлинг страсти

И снова я с тобой… дорогой друг, я знакомлю тебя с новой своей героиней – Ирочка…

ОНА обычная, ничем не примечательная, хотя очень терпеливая и упертая, в ее жизни все есть, точнее все, что ей надо, – она сделала себе сама. Всю жизнь она рисовала себе картинки и реализовала их в жизнь, при том что в нее и ей мало кто верил и чаще над ее мечтами и амбициями посмеивались, приговаривая «нереально… глупо…» И при всем этом – у нее любимая работа, любящие дети и муж, квартира, дача и несметное количество родственников… и она счастлива, действительно счастлива – она с радостью просыпается, радость утра и завтрака, с любовью на работу и с любовью и нежной усталостью домой… она все проживала как дитя – от и до – до последней капли…

Ира готовила очередное ежегодное заседание, много суеты, переговоры с гостями и спикерами – все как обычно. Работа, которая поглощает и увлекает.

ОН. С ним задолго до встречи Ира говорила по телефону, потом из интереса, точнее, как всегда, – нашла информацию о нем и его фото – составила профиль и стала работать дальше…

Проект уже был в самом разгаре, когда появился ОН – известный, самовлюбленный, умный и деловой, «типа свой парень», с шуточками и остренькими замечаниями, на все имеющий свое мнение, а если такового не имелось – то молчавший с критичным взглядом – вот что говорили о нем те, кто был с ним знаком. Ира поприветствовала его, и «игра началась».

Сразу скажу, дорогой друг, история ничем не закончилась… не жди романтики и любви, не в этот раз...

Так вот, началось все с кусочка шоколадки в обеденно- ресторанной зоне… «р-р-р» такого по отношению к ней еще никто не позволял… она приняла игру… такое в ее жизни было впервые…

Отмотка для тебя, мой друг, – помнишь рассказ про силу любви – где баланс трех центров любви является залогом силы отношений? Так вот – Ира это осознает позже – в этом случае «проснулся» ее центр «живот» – где, извини за тавтологию, живет страсть. Ира, живущая до этого момента – прокладывая путь разумом и обрамляя жизнь теплотой души, была ошеломлена.

Вся связь была во взгляде… точнее, она не могла не смотреть. Ира горела внутри, это было умопомрачающе, мозг отключился… Ей стало плевать на все стандарты и правила, она была готова их нарушить… лишь бы понять суть и идти до конца…

Аналитик от природы, профайлер по профессии – она стала наблюдать и составлять профиль – это должно было излечить от наваждения…

ОН состоятельный, успешный, свободный. Курсирует от города к городу. Владеет миром. Он знает, что силен, он в себе уверен, он привык управлять (по крайней мере последние лет *10*). Он одет в дорогую одежду, но небрежно, при этом он аккуратен и чистоплотен, а небрежность в одежде – это элемент стиля или даже придуманного личного бренда, ведь разговор и отношения «на короткой ноге» не всегда были ему под силу, и сейчас он наслаждается иллюзией их власти. Он несколько мягко надменен, он часто говорит о том, как хорош, как умел. Но на самом деле он не так уж в себе уверен… точнее, он загнал это глубоко в себя и бежит сам от этого знания.

И еще – он очень часто использует «ссылки на авторитетов» (в мягкой форме зачастую, «в тему» с юмором). Самым приятным цитированием для меня было… «…беда, беда … огорчение…» моего обожаемого Кузи – это, с одной стороны, навык оратора, которому учат на тренингах и в учебных пособиях, но это не про него – у него это в подтверждение себя, своих слов, подкрепление своей мысли более для себя самого, нежели для публики.

А ведь он бесподобен – он силен, он борец и победитель… только пришел он к этому через боль. Он строил все сам, с огромным интересом открывая мир. Он имеет любовь всех… и в то же время никого… Доказывая всем, что ОН ЕСТЬ, он доказал… многое у его ног… но в глазах…

Женщины… ох, да… их море… они есть и их нет… он знает, что сводит с ума, умеет это делать (научился), но ожидаемого удовольствия это не приносит… зато красной нитью – тоска – тоска по маме (даже не могу написать «матери»… – такая там любовь в глазах)… Ира это прочитала, смотря в глаза, – там, за забором надменности и выращенного и стимулируемого интереса, была тоска и любовь… там не было чувства вины, просто он ее редко видит (либо ее нет уже…), а там так спокойно и безопасно было.

Когда он работал, был красноречив и доминировал над миром, мир был готов подчиниться ему. Когда он молчал – мир стремился войти с ним в контакт – и тогда он тоже доминировал, но со всей иронией, он не мог этим наслаждаться всецело, так как это всего лишь ступень к тому, что он ищет…

А следующей ступенькой – поиск себя… Да, да, да, Ира знала, точнее чувствовала, что ОН такой весь великий, но при этом потерянный в комнате ребенок, который в этой комнате все знает, делает все превосходно, и все восхищаются, но он не «демонстрационная обезьянка», он «лев»… хотя нет – он сам не знает, кто он, он ищет себя…

Когда он говорил «я никому не открываюсь, я всегда закрыт», Ира уже читала его, как открытую книгу… хотел он того или нет…

Удивительный мужчина, с природной энергией, силе которой готова подчиняться любая женщина, силе которой уступают другие мужчины, но он не управляет этой силой, сила управляет им… А что делать, когда сила ослабеет… о-о-о об этом он и не собирается думать, это слабость… – а он не может быть слабым… он не умеет…

Когда они сидели на качелях, она взглянула в его глаза – и утонула в бесконечности жизни, там была тоска… и жажда жизни и мира… У Иры все в голове сложилось в один файл, она приобрела понимание, но… увы, потеряла страсть…

Испытанные чувства оставили след … и Ира знала себя, и знала, что будет стремиться пережить подобное снова… огорчало лишь одно – управлять она этим не могла… осталось снова ждать искры, и тогда

она уже задумается над тем, стоит ли стремиться к пониманию, которое ослабляет силу желания или вообще его истребляет.

Техническая суть*:*

(Дорогой друг, как обычно, попытаюсь простенько описать ту стратегию, которая имела место быть)

Главная героиня на протяжении всего контакта с субъектом стремилась составить его профиль, набирая крупицы информации о нем – не из того, что он сам про себя говорил, не из того, что говорили другие, а из его сущности – поведения, одежды, слов, отлавливала конгруэнтные и не конгруэнтные мотивы; и всю информацию, которую улавливала разумом и интуицией, сопоставляла друг с другом и выстраивала в единую систему. Это и есть Профайлинг – это лучшая методика «чтения людей», основанная на технологиях спецслужб и позволяющая моментально считать с человека его личностные характеристики, ценности, мотивы, убеждения и комплексы, а также достоверно спрогнозировать его поведение.

По отношению к себе, точнее к своему новому чувству, она неосознанно применила метод «осознать – понять – принять – отпустить». Она стремилась к осознанию своих реакций на этого мужчину, она вчитывалась между строк, вглядывалась в темноту – стремясь понять (профайлинг); а понимание в совокупности с ослабляющейся страстью перешло в принятие, и как бы она ни старалась ухватить прекрасную птицу страсти за хвост – ее отпустило…

Я ведь не хотел, чтобы тебе было больно.
Ты сам пожелал, чтобы я тебя приручил.
Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

Падение вверх

Она сидела, поджав ноги, закутавшись в теплый плед, на своем балконе, в своем любимом кресле ... и думала о нем... Раз в год она позволяла себе плакать, плакать по той жизни, которой ей никогда не прожить... Она мысленно листала альбом жизни, которой у нее никогда не было и не будет с ним... раз в год – в его день рождения, она, мечтая быть рядом с ним, закусывала губу в кровь и хотела, чтоб он знал, как безгранично она его любит.

Не понятна природа эмоций... Ей было *11*, когда она впервые его увидела, нахлынули неизвестные чувства, и тогда малышка еще не знала, что это на большую часть жизни.

Он всегда смотрел мимо нее, на тех, кто были более привлекательны, красивы... ей не доставалось ничего...

Голубые глаза, белокурые волосы, идеальные черты лица, завораживающая улыбка... похож на красавчика Ника Картера, точь-в-точь как на обложке модного журнала. Мог ли такой красавчик взглянуть на нее...

Наверное, благодаря этому она поняла, что таким, как она, дорога в мир прокладывается чем-то другим... – умом, например.

И были другие мальчики, парни... мужчины. Она даже почти его забыла и даже вышла замуж.

Сильная девочка – девушка – женщина строила свою жизнь так, как хотела сама, машина, квартира, работа, отдых, любящий муж...

Все было так, как она хотела... но однажды, сидя в ресторане в чужой стране, крутила бокал с дорогим вином в руках и смотрела устало вокруг... она уже почти точно знала, чего хочет.

Набирая номер подруги, она уже заранее знала, что и как будет делать. Она четко осознавала свои желания, она спланировала все до

мелочей. Все, кроме своих эмоций... Увидев его первый раз в ресторане, она с трудом нашла силы сдержать свои чувства и не кинуться ему на шею...

Да, она стерва, она четко знала, чего хочет и зачем ей это надо... блин, она так хотела... она хотела его. Хотела понять, что чувствуешь, когда его губы скользят по твоей шее, когда его руки прикасаются к твоей коже и тебя пронзают тысячи искр, в глазах смешивается реальность и быль, и ты уже не знаешь, где заканчивается твое тело и начинается его...

И вот спустя пару недель она уже ехала к нему, надев свое необычайно сексуально-деловое платье. Она вышла из машины, стараясь выглядеть легко и непринужденно, она знала, что сегодня будет то, чего она ждет. И он на какое-то короткое время – на пару минут или часов – будет принадлежать ей... Метод контраста дал свой результат, и, переодевшись в короткие шорты и майку с открытой спиной, она стояла в его кухне у окна и предчувствовала долгожданные объятия... и не ошиблась... Его руки, сильные и нежные, обнимали ее, она прижималась к нему и, чувствуя его губы на своей шее, думала «мечты сбываются»...

Естественно, остановиться на одной ночи, как она планировала, не смогла, любовь переполняла все ее существо... и была вторая ночь и третья... Весь мир растворялся в нем... Она теряла себя, ждала его взгляда, эмоций...

Но он ее не любил ни тогда, ни сейчас... и не полюбит уже никогда... Она вставила ключи в зажигание, зарыдала в голос, понимая, что делает выбор и будет больно в любом случае, осталось выбрать, от чего страдать: от того, что его не будет опять рядом, вспоминать, или страдать от пустого взгляда любимых глаз...

- А как это - приручить?
- Это давно забытое понятие. Оно означает: создать узы.
Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

Он ее не вспомнил... не позвонил ни разу...

Один раз в году – в его день рождения – она давала волю своим эмоциям и страдала, упивалась и наслаждалась своей болью и безответной любовью... и даже писала ему сообщения с признанием в своей любви... и он иногда даже односложно отвечал...

Она сидела, поджав колени, закутавшись в теплый плед, на своем балконе, в своем любимом кресле ... и думала о нем... о том, как он красив и далек... слеза катилась по ее щеке, чуть холодно стало... уже прошло *15* лет и *2* месяца с той ночи с ним...

Дверь балкона открылась*:* «Мамочка, твой любимый горячий шоколад...». «Спасибо, милый», – она поцеловала сына, чьи голубые глаза смотрели на нее с безграничной любовью, а светлые волосы как ангельский нимб в свете вечерней луны...

Улыбнувшись, она еле слышно прошептала, глядя на небо*:* «Спасибо, любимый, за жизнь и за подарок...»

И где-то там он живет и никогда не узнает про то, что есть мальчик с таким же именем, как у него, с таким же голосом, руками, волосами и глазами... Несправедливо, – скажете вы, ... эгоистично... – возможно. Ее выбор – ее боль. Его выбор – его незнание...

А я – я, падая вниз от боли неразделенной любви и твоего безразличия, – взлетала вверх от счастья быть мамой Ангела...

«Я не хочу, чтоб ты провела свою жизнь в ожидании…
Я люблю тебя»
к/ф «Жена путешественника во времени»

Техническая суть*:*

(Дорогой друг, и снова я, как обычно, попытаюсь простенько описать те процессы, которые имели место быть)

Ключевой вопрос в данном случае в выборе – любить или быть любимым. Главная героиня не принимала для себя не-главных ролей, и ей было проще страдать от утраченных отношений с любимым человеком, чем понимать, что она его

любит, а он лишь отвечает на любовь. Очень часто во взаимоотношениях один любит, а второй отвечает на любовь. Один активно проявляет свои чувства, второй плывет по течению. Гармония в отношениях зачастую проявляется в том, что в паре роли с определенной периодичностью меняются. Есть иллюзии у людей, что в отношениях должно быть равноправие, да, возможно, это бывает – но это скорее исключение, подтверждающее правило.

Каждый делает выбор – любить или отвечать на любовь в отношениях между мужчиной и женщиной, и, делая выбор, несет ответственность за то поведение, которое сам человек проявляет и что демонстрируют по отношению к нему.

Делая выбор, важно понимать все последствия наперед. И как рассуждала героиня: «Если ты любишь и тебе отвечают на любовь, то в какой-то момент тот, кто отвечает на любовь, – может сам кого-то полюбить, и тогда я... тогда мне будет еще больнее быть брошенной...». Верно это или нет – судить вам...

Еще один вопрос, который является краеугольным камнем для многих женщин: умная или красивая. Зачастую это воспринимаются как дилемма, как выбор. Особенно в раннем возрасте... И лишь с возрастом приходит понимание и ощущение, что умная женщина сумеет быть красивой. И выбор-то собственно делать не нужно – все и так есть.

Как работает правило

Бывает ли женская дружба? Отличается ли она от мужской? – это вопросы, на которые невозможно найти однозначные ответы, так как все судят об этом исходя из своего личного опыта…

Я расскажу вам одну историю, про двух подруг…

Две Наташи, они были почти одного возраста, познакомились будучи уже взрослыми, влились в единое дело, увлеклись и работали на одном дыхании… на какое-то время их дружба стала вариацией симбиотического миропроживания…

Но, как оказалось, – это просто казалось…

На самом деле, как в большинстве «дружеских» отношений», был лидер и был ведомый… и, как бы это ни было банально: лидер – старшая, ведомая – младшая…

И, наверное, дружба длилась бы долго… если бы не что-то…

А вот что это было, особо никто не понял.

…

Она сидела в зале, наполненном людьми, перед ней сидел ее учитель, но за пеленой слез она не видела никого… только ее глаза – глаза ее подруги, в конце зала, пустые и равнодушные. Спустя годы она не могла вспомнить, видела ли ее глаза на самом деле или это был образ, приносящий боль.

Месяцем ранее они сидели в одной комнате, и все вроде было как прежде, и только та, что старше, знала, что уже переворачивает страницу их дружбы, она понимала, что более ей нет особой пользы от младшей подруги… а младшая щебетала и генерила идеи, строила планы на перспективу… в числе прочих дел, они собирались ехать учиться вместе…

Дорогой друг, я не буду описывать банальную историю, как исчезла их дружба, как одна взяла то, что ей нужно, и далее стала жить далее, а вторая переживала и страдала от того, что нет больше этих эмоций

дружбы, нет на одном столе рядом маленькой чашки кофе и чашечки черного чая…

«Меня бросили, я стала не нужна, она никогда со мной по-настоящему и не дружила… она просто использовала меня…» – обида, боль и разочарование лились рекой…

“А кто из вас более сильная личность?” – спросил учитель.

«Конечно, она»…

“А зачем она проводила с тобой большую часть своей жизни, пока вы дружили? Что ей это дало?”

«… ну не знаю… что-то, наверное, дало… ей ведь, наверное, тоже нравилось со мной дружить… ведь было много хорошего… может, я ее чем обидела… а может, я перестала быть ей нужной и полезной… получается, все же я ей была нужна, я была для нее этапом роста и развития, и если она – такая умная и сильная, пусть даже использовала меня, значит, я знаю и могу то, что ей не под силу, как минимум было не под силу, пока я ей была нужна…» – мысль развивалась по этому пути, и суть понятна…

“А тебе что все это дало?”

«Многое… в первую очередь я поняла, что сильнее, так как пережила предательство…» Она даже не вытирала слезы, катившиеся по щекам, пока она говорила – слезы высохли сами… Потом она уже спокойно смотрела ей в глаза, и боли уже не было, было понимание и опыт…

Техническая суть:

(Дорогой друг, и снова я, как обычно, попытаюсь простенько описать ту технологию, которая имела место быть)

Очень часто мы в обычной жизни зависаем в конфликтах и обидах, стараясь понять, за что же нас, таких замечательных и несчастных, обидели, чем же мы такое заслужили… А весь секрет кроется в том, что от природы мы абсолютно все эгоисты, и это вполне нормально, это

закономерность выживания. Так вот – за любым нашим действием стоит «положительное намерение» (терминология нейролингвистического программирования и коучинга), положительное не потому что «хорошее», а потому что – что-то в нас привносит. Как бы на первый взгляд сложно для понимания ни звучало: даже самое наше вредоносное действие даже по отношению к самому себе что-то в нас привносит. Убийца, совершающий самое ужасное действо, реализует тоже свое положительное намерение – например, получает кратковременное спокойствие или сексуальное удовлетворение. Человек, обидевший кого-то, – самоутвердился или, может быть, выпустил пар…

Наша сила в том, что когда мы осознаем и понимаем: то, что делают люди и я сам, – относится в первую очередь к самому себе. Не надо принимать действия других людей на свой счет в первую очередь, сначала следует понять: «а что это дало самому человеку?», но начинать надо, естественно, с себя – учиться понимать: «что мне дает каждое конкретное мое действие, мое поведение и ситуации, происходящие со мной».

Пресуппозиции НЛП, лежащие в основе этого (их много, и их полезно знать и еще более полезно их понимать и ими пользоваться):

В основе любого поведения лежит позитивное намерение: Данная пресуппозиция заимствована из системы убеждений Вирджинии Сатир и означает, что бы человек ни делал, он на самом деле стремится выполнить некоторое позитивное намерение (которое он может не осознавать). Предполагается, что текущее поведение, демонстрируемое человеком, представляет собой лучший выбор из доступных ему в данный момент.

По мнению сторонников НЛП, нахождение новых альтернатив с этой точки зрения может оказаться полезным, чтобы помочь человеку изменить нежелаемое поведение.

Нет поражений, есть только обратная связь: В нейролингвистическом программировании коммуникация не рассматривается в понятиях «успеха» и «неудачи». Скорее, она рассматривается с точки зрения эффективности или неэффективности. Неудачные результаты, следующие за какими-то действиями, представляют собой не повод разочаровываться и отчаиваться, но ценную информацию в виде обратной связи, которая определяет эффективность того, что вы делаете. Пресуппозиция заимствуется из принципа важности петель обратной связи в теории информации (Уильям Росс Эшби).

– Нет, – быстро сказал он. – Только не это. Остаться друзьями? Развести маленький огородик на остывшей лаве угасших чувств? Нет, это не для нас с тобой. Так бывает только после маленьких интрижек, да и то получается довольно фальшиво. Любовь не пятнают дружбой. Конец есть конец.
Эрих Мария Ремарк, «Триумфальная арка»

16 МГНОВЕНИЙ

Я резко развернулась и уверенно зацокала своими каблучками, переживая в это время внутри себя бурю, ураган смятения, страсти, безысходности, отчаяния, и понимала, что вот-вот вырастают крылья и я взлетаю... Я чувствовала, что он смотрит вслед, и понимала, что он любит и любил все эти годы...

16 мгновений весны, ...весны, когда они виделись последний раз...

...

Жаркое лето, она смотрела в небо глазами цвета глубокого зелено-голубого перламутра, а он смотрел в ее глаза, он тонул в ее глазах и ее это радовало... так было... самое волшебное, что это реально было, было в ее и в его жизни. Они были детьми, детьми, которые любили первый раз, они жили и дышали полной грудью, но их время вышло – песка больше не было, да и стекло треснуло...

Тогда они были детьми... но позже ... спустя несколько лет, звонок надежды – его голос... и они снова встретились... уже не дети... но он опять пропал...

Ей было странно и не понятно, почему он исчез, она держала телефон в руках, мысленно набирала номер и говорила «привет...», но закрыла в итоге глаза, попыталась вдохнуть вдруг исчезнувший воздух – удалила его номер из телефона, назад дороги нет. Девочка не имеет права звонить первая, я же не должна себя навязывать, я же жду первого шага... но не факт, что дождусь...

Он... голова кружилась у него, когда он видел ее, он тонул в ее глазах... «Ты сводишь меня с ума своими глазами...» ...

И наступила весна... и он пропал... пропал из ее жизни, только вот не совсем понятно, то ли она все же свела его с ума, то ли она просто ушла из его ума, а может, он вообще ее оттуда изгнал...

...

И вот вновь – виток времени дает знать о себе... и они уже далеко не дети...

Прошло *16* мгновений. Мгновения жизни, которые ее саму (жизнь) собственно и исчерпывают... и вот я уже успешная и состоявшаяся, в окружении всего того, чего хочу, работаю... и тут вдруг он... как бы так ниоткуда, из прошлого...

Самое интересное, что спустя *16* лет он ее нашел и, более того, приехал к ней... и когда Я шла к ему на встречу, он не узнал и прошел мимо. Но он приехал, он был здесь... она не понимала, чувствует что-то к нему или нет.

Они встретились, обнялись, говорили о прошлом, о настоящем, о друг друге... а она все слушала, слушала себя... что откликается...

Он помнит глаза, он говорит «у тебя те же духи?» И она удивляется... духи-то другие, сейчас бренд, дороже и лучше... но букет один и тот же... «я в шоке... он помнит мой запах»

Сплетается время и пространство... они не дети, но те же чувства, глаза. И как тут быть? – у каждого семья..., ирония ведь в том, что вместе им не быть уж никогда...

Но как же любопытно, и тянет их друг к другу...

«и каждый раз, когда я тебя вспоминаю, какое-то ноющее чувство. Но если бы мне сказали: вот тебе таблетка от чувств – съешь и забудь. Ни за что не съел бы. Ни тогда, ни сейчас», – говорил он. А сердце ее замирало... Она слушала, и крылья вырастали.

И дальше была встреча, еще одна, и еще одна. Они были рядом, но не вместе, не решаясь изменить своей настоящей жизни... разбирали песок прошлого по крупинкам, но не задумывались о том, что можно заиграться и пораниться о стекло...

После очередной встречи расставаться стало невыносимо, а крылья, которые ранее окрыляли, стали уже столь велики и тяжелы, что

тянули к земле... Она просила его не оставлять, не уходить... Но, видимо, он уже наигрался, он спешил...

И как же было мучительно больно, тоскливо и вязко в груди. И хотелось плакать и звонить ему...

Утирая слезы тыльной стороной ладони, она шла под огромным черным зонтом, за шумом дождя или своих слез не расслышала сигнал машины и только почувствовала боль и ушла в темноту...

...

Она гуляла со своей младшей внучкой в городском парке, подхватив голубую юбку, спешила за маленьким велосипедиком. «Простите», – она столкнулась с кем-то, спеша, подняла глаза, и что-то очень больно кольнуло в груди, его глаза...

«Прости меня, я все еще люблю тебя», – сказал он ей, – и болью отозвались крылья, которые подрезал он тогда... И встрепенувшись, зашагала все быстрей она за прошлым – тем, – что без него жила...

Если ты знаешь, почему ты кого-то любишь,
это значит, что ты его не любишь.
Фредерик Бегбедер

Техническая суть:

(Дорогой друг, и снова я попытаюсь описать ту технологию, которая имела место быть)

И он, и она несколько раз начинали роман (в детстве, в юношестве, в зрелом возрасте), и каждый раз отношения оставались незавершенными – по разным причинам – обстоятельства, страхи, обязательства... но чувства до конца не утихали, это как незавершенное действие (эффект незавершенного действия

Зейгарник или эффект незавершенного гештальта). Это психологический эффект, заключающийся в том, что человек лучше запоминает прерванные действия, чем завершённые. Феномен воспроизведения незавершённых действий также исследовался Куртом Левином. Согласно его Теории поля доступ к следам памяти облегчается при сохранении напряжённости, которая возникает в начале действия и не разряжается полностью при неполном его завершении. В его экспериментах творческую деятельность детей прерывали и предлагали им другое занятие. В случае нереализованности остатка потенциала дети при первой возможности стремились завершить неоконченное дело. Незавершенные гештальты, то есть неудовлетворенные потребности, никуда не деваются, а накапливаются, как несделанные дела, и поглощают некоторый объем нашей психической энергии. Поскольку объем психической энергии весьма ограничен, ее начинает не хватать на многое, в том числе на получение удовольствия от жизни. Чаще всего потребность остается неудовлетворенной, потому что человеку неясно, в чем она вообще заключается. Поэтому чтобы завершить гештальт, нужно сначала определить эту потребность, то есть пройти фазу преконтакта. Затем нужно понять, как ее можно удовлетворить в имеющихся условиях, то есть пройти фазу контактирования. При постоянной неудовлетворенности от полученного, нужно обратить внимание на то, не пропускается ли фаза постконтакта.

Нет ничего сильнее нежности и ничего нежнее настоящей силы
Пастер Ральф Сокман

САМ СЕБЕ ВОПРОС - ОТВЕТ

Женечка, простая и открытая и, как многие говорят, чуть сумасшедшая, от природы она не обладала никакими особенными внешними данными, можно сказать, что она была чуть милая, но без красивых длинных ног, стройной фигуры и умопомрачительных глаз… и когда-то она переживала из-за этого, а потом научилась жить так, чтоб быть собой, быть не похожей на других, достойной и уникальной, она верила и любила, открывала мир и старалась счастьем наполнить каждую секунду… когда глаза не наполнялись слезами…

Итак

«…

Я всегда любила музыку во всех ее воплощениях – будь это простой там-там, классика или современные ритмы… и всегда музыка для меня была и есть сила ответов и вопросов… Уверена, что многие переживают подобные чувства, слушая музыку, – возникают ассоциации, воспоминания и образы, и, следовательно, захватывают чувства…

Но тут музыка была чередой ответов…

Некоторое время назад, находясь в гостях у друзей, я увидела клип по ТВ… и замерла… любимые друзья тут же нашли эту песенку в сети и заботливо записали на флеш… сев в машину, я прослушала песню не один десяток раз и чуть поостыла, что было дальше на флеш, я слушать не стала…

Песня крутилась в голове, я думала: что в ней такого особенного, пыталась прочитать, что она мне говорит…

Бег электронов по вечному кругу,
Разные вещи тянет друг к другу,
А мы почему-то движемся в разные стороны.
Ты на орбите, я под водою.
О разных вещах мы мечтаем с тобою.
Хрупкой снежинкой, космической станцией, -
Ты за пределами моей гравитации.
Родион Газманов «Гравитация…»

А потом прошло пару недель, и тут я поняла, про что она – эта песня, этот драйв ритма и смысл слов… Я встретила его… поняла не сразу, поняла, когда уже дороги назад не было и все уже произошло и я даже уже с ним попрощалась навсегда и села в машину…

Это тот человек, с которым хочешь вместе просыпаться, готовить ужин, читать книгу, быть с ним во все времена и во всех вселенных…

Но закон несвоевременности и вечной драмы работает безотказно…

Мы получили счастливый билетик -
Но почему нам обратно приходится сдать его?
Родион Газманов «Гравитация…»

Мы разъехались в разные стороны, я не смогла, я не сумела сказать ему о чувствах. А дальше не было возможности.

Я поняла, что надо сдать счастливый билетик и жить дальше, крутила эту песню до умопомрачения... и стало пусто...

...»

Пока стало пусто, потом будет легче...

Спустя год она неслась по трассе между городами и по радио заиграла знакомая мелодия...

И она знала, чувствовала, уже кожей до этого ощущала, предвкушала, что ее что-то ждет...

Я искал тебя на Земле!
Я искал тебя в космосе.
Я устал всем Богам объяснять,
Что мы созданы, чтобы быть вместе
Родион Газманов «Гравитация…»

Техническая суть*:*

(Дорогой друг, и снова я, как обычно, попытаюсь простенько описать тот процесс, который имел место быть)

Героиня является эмоциональной личностью, ею очень ярко переживаются многие моменты жизни, которые горят и прогорают.

В данном случае героиня не смогла целиком и полностью пережить все эмоции и чувства в реальности, поэтому имеет место эффект замещения – слушая многократно песню, где слова ассоциируются с человеком и чувствами, она переживала круг эмоций, пока чувства не сгорели дотла.

В самом же начале имело место программирование себя на ожидание чувств (так могут работать гороскопы, фильмы, предсказания*)*: сама первичная реакция, интерес к этой песне сформировали желание пережить подобные чувства и подобную ситуацию, как в песне. И когда появился мужчина, который подходил для реализации этого поведения и чувства, оно и случилось.

Как жаль, что тем, чем стало для меня твоё существование,
не стало моё существованье для тебя.
Иосиф Бродский

Три метра над реальностью

Стук колес поезда, стеклянный стакан в посеребренном подстаканнике… дорога… все располагает к откровенности, здесь, пересекая время и пространство, не имеют значения ни имена, ни даты, только чувства…

Я не люблю поезда, предпочитаю самолеты… Разговорчивая собеседница… она прекрасна – и душой и телом, действительно очень красивая женщина, видно, что уверенная в себе, достойная и гармоничная, при этом открытая и добрая… такие люди редкость… но у каждого своя ахиллесова пята…

Так вот, Милана… она любит и любит всем сердцем… но в этом и сложность…

Первый раз (и до недавнего времени единственный) она влюбилась в 12 лет, он был красив как Аполлон, и она, боясь быть отвергнутой, всеми усилиями скрывала свои чувства… так шли годы, она строила свою жизнь без него очень успешно…

Юрфак, успешная карьера адвоката… Муж – заботливый и любящий, она мужа любит тоже и счастлива с ним, ее любовь к нему как фундамент дома – основательная и спокойная, … налаженный быт, рождение ребенка…

Но часто, закрывая глаза, она видела образ Любимого, у нее сжималось все в груди и дрожали руки – это были просто образы, мечта, которая была безумно далека от реальности, она даже не

стремилась к ее реализации, она просто наслаждалась тем, что было ее сокровищем, сокровищем, которое принадлежало только ей и подогревало ее жизненный пыл.

И тут она встречает его, спустя *9* лет… Любимый так же прекрасен… они ужинают в ресторане, вспоминают детство и прочее…

И тут… «несвоевременность, вечная драма, где есть он и она…» Он признается ей, что любит ее с детства…

…они хотят быть вместе, они счастливы…

Ирония судьбы в том, что он свободен и готов делать шаги ей навстречу, она готова бежать навстречу ему… но у нее обязательства, которые она сама на себя взяла, это ее жизнь… а впереди выбор.

Я ее слушаю затаив дыхание, воображая хеппи-энд… а она сидит с четким подбородком, удивительно волевым для столь нежной и маленькой блондинки…

А она, наперекор своим крыльям, переехала жить в другой город… можно сказать, сбежала, а может, силу проявила…

Она пять лет подряд возвращалась в этот город по рабочим вопросам, так ни разу и не найдя минуты на встречу с ним, лишь уезжая, она набирала до боли знакомый номер и говорила: «Привет… как ты?»

Она себя ругала за слабость, любила, и вновь и вновь, прикрывая глаза, мечтала, улетая вверх на три метра от реальности…

Но жила-то реальной жизнью… и ее жизнь радовала. Получается двойная жизнь… в реальности и в мечтах… но она уже привыкла, и так было хорошо, налажено все и гармонично…

Жизнь бьет ключом… и в этом потоке она «глаза в глаза» встречается с новым чувством… Другой моложе ее на *3* года, успешен и красив… а главное – смотрит мимо нее… она ему безразлична…

А она уже влюбилась, второй раз в жизни, взлетала над реальностью, и три метра – это маловато…

И вот здесь было уже непонятно, что делать дальше… Поэтому она решила наслаждаться чувством… более того, она рассказала все своему Другому, все и о Любимом, и о муже, и о семье, и о себе… правда, потом она списывала это на глоток шампанского, который случайно свершился…

И вот сейчас она впервые за многие годы страдает, она привыкла любить, но при этом она не привыкла быть отвергнутой… и жизнь начала рушиться, первым делом она проиграла суд – брешь в ее карьере… и сейчас она спасает то, что еще не разрушила…

Ей нужно любить… это ее территория мечты, ее полет, отрыв от реальности…

Она пытается вернуть былые чувства, она встретилась с Любимым… но тот Другой занимает все ее сознание и неизвестно почему*:* потому что он лучше*?* или потому что отверг ее*?*

Мы прибываем к очередной станции, моя спутница, поспешно вытирая тыльной стороной ладони слезу, наскоро со мной прощается и выскакивает из поезда…

На моих губах застыли слова*:* удачи… все будет хорошо…

Односторонняя любовь самая правильная, наверное.
Не боишься, что что-то пойдет не так.
Роберт Паттинсон

Техническая суть*:*

(Дорогой друг, и снова я, как обычно, попытаюсь простенько описать ту технологию, которая имела место быть)

Наша героиня страдала так называемой виртуальной эмоциональной зависимостью, которая разнообразила ее жизнь, добавляла в нее эмоций, недостающих в повседневной жизни…

Ее влюбленность, как первая, так и вторая – это эмоции, и от мужчин, которые ее интересовали, ей нужны были только ее чувства… несмотря на то, что второй раз ее отвергли – это лишь ущемленное женское самолюбие.

И смена объекта эмоциональной зависимости свершилась по принципу «клин клином», хотя при появлении нового объекта сила чувств увеличивается, что характеризуется синдромом новизны.

Часто подобные эмоциональные зависимости у людей возникают по отношению к актерам, музыкантам и т.п. Эти эмоции разнообразят жизнь и дают поле для полета мечты…

У людей уже не хватает времени что-либо узнавать. Они покупают вещи готовыми в магазинах. Но ведь нет таких магазинов, где торговали бы друзьями, и потому люди больше не имеют друзей.
Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

Друг

Я стояла, склонившись над операционным столом, слезы крупными сочными каплями с оглушающе громким звуком ударялись о металлический стол... стол, на котором лежал он... близкий, родной, дорогой... единственный... Я держала его за лапу и понимала, что сейчас отдала бы очень многое за несколько дней его жизни, даже несколько часов...

Боль, когда ты не можешь ничего поменять...

...Я вышла, ноги еле тащились по лужам и асфальту, в туфлях хлюпала вода, но мне было все равно... перед глазами – стояла картина, где друг в крови на операционном столе... и теперь его больше нет.

Сев на какую-то скамейку, я смотрела на свои руки, сколько времени прошло, я не знаю, час-два или больше, пока на улице совсем не стемнело... Я встала и медленно зашаркала дальше...

Шла, и в памяти предательски мелькали кадры из нашей жизни: как он, клубочком свернувшись, спал на кухонном диване, но стоило достать замороженную курицу, которая вроде и запах не издает, он уже крутил своим носом у моего лица.

Как ночью в кровати он ложился именно туда, куда мне не удобно, если не на голову, так, что невозможно дышать, то точно на ноги, так, что мне не повернуться. И как бы ты ни расправила плед, он ляжет так, что плед из-под него не вытащить.

Как утыкался ласковой мордочкой тебе в ладошку, как ласкался и требовал, чтоб его погладили...

И как пришел домой раненый, весь потрепанный, и, видимо, еле дошел, истекая кровью... то ли лиса из леса, то ли собаки блудные из

деревни... мы так и не узнаем, что произошло, но знаю, что он защищал свою территорию, свой дом...

Я дошла до машины, предательски дрожа, не знаю, от чего больше – от холода или от боли... как доехала до дома, не помню... вышла из машины, чтоб открыть ворота и заехать.... запнулась о что-то мягкое и вскрикнула, и сквозь шум в ушах услышала не громкий, но пронзительный звук... сквозь пелену слез увидела маленький серый комок: «Ты откуда здесь?», а он не двигается и не убегает... «Иди ко мне...»

И сердце оттаивает... а малыш дрожит...

«Привет...»

«Ты кушать хочешь...»

«Малыш...»

Сидя на кухне на диване два сердца оттаивали и вновь наполнялись любовью.

И когда ты утешишься (в конце концов, всегда утешаешься), ты будешь рад, что знал меня когда-то. Ты всегда будешь мне другом. Тебе захочется посмеяться со мною. Иной раз ты вот так распахнёшь окно, и тебе будет приятно... И твои друзья станут удивляться, что ты смеёшься, глядя на небо. А ты им скажешь: "Да, да, я всегда смеюсь, глядя на звёзды!" И они подумают, что ты сошёл с ума. Вот какую злую шутку я с тобой сыграю...

Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

Техническая суть:

(Дорогой друг, и снова я, как обычно, попытаюсь простенько описать те психологические процессы, которые имели место быть)

Привязанность между людьми и животными зачастую формируется намного быстрее и устойчивее, нежели между людьми, поскольку этап формирования базового доверия проходит

практически мгновенно, особенно если человек или животное находится в состоянии физиологического или эмоционального стресса, за исключением страха.

Животные, любых видов, являются для человека хорошим психо-эмоциональным и терапевтическим «инструментом» (поэтому так часто общение с различными животными используют как специальную психотерапию).

А если ты приходишь всякий раз в другое время, я не знаю,
к какому часу готовить свое сердце...
Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

В ПОИСКАХ ПРИЗРАКА ПРОШЛОГО

Она смотрела на Сашу, чуть склонив голову набок и прищурив глаза, она видела, как он реагирует на нее, она наслаждалась, что даже сейчас, спустя *6* лет, он влюблен в нее, он не видел ее *6* лет, но как только обнял при встрече, вся боль расставания исчезла в один миг... Инга приблизилась к нему как бы случайно... и он не выдержал... а она опять потеряла интерес. А тогда, *6* лет назад, все было не просто как в сказке... все было как в жизни.

...Они стояли на обрыве скалы и смотрели вниз на море, один неуверенный шаг – и было бы «они любили друг друга и умерли в один день»… И крылья их сводили с ума, голова кружилась от счастья и страсти, и три недели пролетели, как одна бесконечная ночь, ночь, когда они растворялись друг в друге, сливались воедино... он был ее продолжением, а она его...

Инга встала и медленно пошла к выходу, она знала, что Саша смотрит ей вслед, она знала, что этой встречей она изменила ему жизнь, он опять будет ее забывать и пытаться встретиться снова... Почему же она не может воскресить призрак...

...Ее длинные волосы разметались по подушке, Алексей смотрел на нее глазами, потемневшими от страсти, сжимал ее руку, говоря слова любви... Сейчас, спустя *11* лет, Инга смотрела на него, и с грустью осознавала, что страсть смыл дождь за окном еще тогда, *11* лет назад, и тогда она не зря сбежала, как только дождь закончился...

Инга, сказав Алексею, что очень рада была его увидеть, что прекрасно провела сегодня с ним вечер, опять сбегала, быстро шагая к выходу из ресторана... сожалея о том, что все еще призрак спит.

Руслан был бесконечно учтив и внимателен, что сейчас, что тогда, *5* лет назад. Разговор с ним очень приятен, интересен и содержателен. Флирт легкий и ненавязчивый. Она прикрыла глаза и вспомнила, как нежны и трепетны были его поцелуи, как она растворялась в его объятьях... и тут его рука потянулась к ее руке, он нежно гладил ее по запястью... вот-вот... вот еще чуть-чуть и должно быть … вот должно случиться это сладкое ощущение дрожи внутри, когда чуть сосет под ложечкой... она позволила ему себя поцеловать... но… темнота в конце туннеля. Инга быстро посмотрела на телефон, сделав вид, что пришло важное сообщение, и со словами, что очень торопится, она застучала каблучками к выходу, оставив Руслана в одиночестве опять, как и *5* лет назад.

Андрей не мог без трепета прикоснуться к ней даже тогда, *9* лет назад, а сейчас сидит рядом с ней в машине и вроде даже вздохнуть не может. Инга уверенно вела машину, ее платье чуть загнулось, и стало видно край чулочной резинки, и Андрей судорожно вздохнул. Она уже больше не ждала чувств и эмоций и медленно воздвигала крест на могиле своих чувств и страсти...

Бутылка хорошего бренди, бокал в ее руках. Инга – еще достаточно молода и красива, женщина в поисках любви..., или хотя бы страсти...

Она любила часто и страстно, каждый мужчина наполнял ее жизнь до горлышка... но потом она встретила его... и чувствовать перестала.

Костя, голубоглазый красавчик, вдруг столкнулся с ней в узком коридоре маленького музея, куда Ингу затащила подруга на скучную фотовыставку... Так, как ухаживал и завоевывал ее он... такого в жизни не было, она усмехалась и не верила его стараниям... Инга не играла, она не любила и даже не испытывала симпатии. А Костя старался. Как же это было великолепно*!* Инга сдалась, она растаяла. Он вознес ее на вершину страсти и наслаждения, она податливо и легко открывалась ему навстречу с полной самоотдачей и любовью. А он скинул ее с высотки счастливой жизни, скинул вниз, толкнул с края крыши... она летела вниз стремительно, пролетая этаж за этажом своей жизни и былого счастья, не успев расправить свои крылья, она упала навзничь на холодную равнодушную землю... и назло судьбе не умерла, а лишь сломала крылья...

Уже прошло две недели, Инга хочет начать чувствовать снова и решила начать с прошлого – с хорошего прошлого, полного любви и страсти... Саша, Леша, Руслан, Андрей... Она призрак... Она ищет себя.

Бренди в бокале, бокал в руках... тоска в глазах и боль в сердце...

«Девушка, вам больше не стоит ... не надо...» – Инга подняла глаза на женщину с темными глазами, окружёнными морщинами, с аккуратным платком на голове. «Простите...» – переспросила Инга... «Не надо пить, это повредит ребенку...» В глазах Инги застыл вопрос и изумление, она снова подняла глаза от бокала вверх, но перед ней уже никого не было. «Что за...» – подумала Инга, «надо двигать домой».

Дома еще через неделю, укутавшись пледом, она сидела и как завороженная смотрела на две полосочки на краю белого клочка бумаги... тихо накатывали чувства, от счастья до отчаяния, от боли до радости, от страсти до безмятежности...

На полу она увидела тень, тень, которая поднималась и двигалась к ней, она увидела свое отражение в зеркале, серый призрак окрашивался в цвета радуги... и показались крылья – пока еще маленькие и хрупкие, но они возрождаются...

Через *36* недель ее голова кружилась от страстного коктейля чувств нежности, любви, надежды, и двухдневный Костя с прекрасной улыбкой смотрел на нее своими голубыми глазами...

...

Инга шла с Костей по парку, он крепко держал ее за палец и пытался отчаянно перепрыгивать лужи, оба улыбались и смеялись. Инга не заметила, как за ними наблюдал мужчина.

...

Через *2* года они шли по парку, Инга смотрела то в голубые глаза любимого сына, то в карие глаза любимого мужа, который с трепетом нес на руках их кареглазую дочь.

Тогда, когда она уже не ждала ни любви, ни счастья с мужчиной, тогда, когда вся растворилась в простой любви к жизни, только перестав искать чувство – она его нашла...

Техническая суть:

(Дорогой друг, и снова я, как обычно, попытаюсь простенько описать ту технологию, которая имела место быть)

Одна из закономерностей исполнения наших желаний и целей – это расфокусировка. Например, если мы что-то очень хотим, действуем в этом направлении, прикладываем много сил и не достигаем, потом вдруг на мгновение чуть опускаем руки или чуть начинаем сомневаться, и тут происходит то, к чему шли или чего хотели. По сути мы убираем фокус внимания с главной цели или чуть его растушевываем или переориентируем.

Второй важный аспект, который описывается, – это наполненность чувством. Каждый раз, влюбляясь, главная героиня переполнялась чувством до краев, и такое состояние не могло быть постоянным, и чувства непременно шли на спад, и она ощущала спад интереса.

Несвоевременность - вечная драма, где есть ОН и ОНА
Игорь Тальков

Журавль в руках

Он проснулся от того, что голова дико гудела, тело жутко затекло и спина прижималась к чему-то холодному, он не сразу понял, где находится, а сначала ощутил руками приятное тепло и бархатную кожу, явно не своего тела. Открыть глаза было мучительно больно, а вспомнить вообще не реально, и он начал аккуратно ощупывать то, что было в его руках...

Она уже давно не спала, точнее не спала она вообще всю ночь, с того момента, как его, по чистой случайности, пьяного втащили в ее комнату общежития после общей грандиозной гулянки всем курсом. Она пыталась объяснить пьяным сокурсникам, что это ее комната и это ее кровать, но ее, собственно, никто не слышал... Она смотрела на красивое тело, лежащее на ее кровати, сладко сопевшее и глубоко дышавшее... Вот уже три года, с первого дня в институте, она влюблена в него – в этого красивого, холеного, избалованного, богатого мальчишку, и сейчас в глубине души рада, что все так... Она посмотрела вокруг и поняла, что спать-то собственно ей или на голом полу, или сидя на единственной табуретке, или с ним на одной кровати... и улыбнулась от перспективы. Она аккуратно его раздела, сняв обувь, пиджак и джинсы, предусмотрительно оставив его в футболке, напялила самую длинную футболку на себя и улеглась к нему под бок. К утру она уже очень уютно чувствовала себя в его объятиях, его же руки каким-то чудом оказались под ее футболкой и крепко обнимали ее за талию. Она упорно делала вид, что спит, даже когда поняла, что он просыпается – дыхание чуть участилось и руки заскользили по ее телу...

Он понял, что в руках тело девушки, причем частично одетой, что привело его в недоумение... Но почему спине так холодно и тело затекло... Он попытался двинуться и понял, что места нет... Он с трудом приоткрыл глаза и увидел перед собой жуткую стену с

обшарпанной краской и прядь светлых волос лежащей рядом с ним девушки.

Она замерла, понимая, что он окончательно проснулся... «Привет, – сказала она, – извини, что потеснила тебя, но я не могла спать на полу, там холодновато, а мою кровать ты занял».

Он не видел ее лица и по голосу не узнал, ему стало чуть неловко, впервые за многое-многие годы... «Спасибо за кровать... очень удобная...»

«Ха-ха, очень смешно, кровать в общежитии удобная... давай вставать», – она собрала все свое мужество в кулак.

Он затаил дыхание, когда она села на кровати... таинственная самовлюбленная девушка, с которой никто из парней на курсе не мог заговорить, спокойная, уверенная в себе и целеустремленная. Он еще на первом собрании обратил на нее внимание, а первого сентября на первом курсе искал ее глазами, но ответного взгляда не дождался... и вот она в его постели... блин... точнее, он в ее постели...

Она ждала, что он что-то еще скажет, но он молчал... пришлось говорить ей: «Завтракать будешь? Могу быстро что-то придумать...»

Они говорили о какой-то ерунде, вспоминали вчерашнюю гулянку, хотя ей вспоминать ничего и не надо, она-то не пила. Он осмелился спросить: «А у нас что-то было?», она наклонила голову и, усмехнувшись, спросила в ответ: «А сам как думаешь?»

С этого утра началась их бесконечная дружба...

Он смотрел на нее, восхищаясь ее фигурой, глазами, смехом... он ей доверял, как самому лучшему другу, точнее, она таковым именно и стала... Он – повеса... девушки в его жизни как калейдоскоп. Он боялся ее потерять и не делал шагу навстречу, чтобы не спугнуть дружбу.

Она все ждала, что он на нее посмотрит как на женщину, но бесконечная череда его романов то раздражала ее, то сводила с ума... но они понимали друг друга с полуслова... «Пусть лучше будет хотя бы дружба, чем вообще его в моей жизни не будет»...

Так шли год за годом, они закончили институт. В его жизни так же сменялись женщины. Она устремилась в карьеру. Виделись реже... но при каждой встрече каждый хотел сказать, что любит давно и навсегда, но по привычке оба прикрывались завесой простого рассказа, что все хорошо и жизнь радует... ни тот ни другой не могли увидеть смущение и отстранение, так как заняты были лишь своими чувствами и страхами...

Год за годом... он успел жениться, и у него родился сын, а потом еще и развестись. Она стала известным журналистом, живет с хорошим парнем, который ее любит...

Так прошло *15* лет...

Она друг и наставник, тот, кому можно доверить себя... и вот после очередной неприятности в жизни он приехал к ней, они сидели в ресторане отеля, где он поселился, и пили глинтвейн... потом непонятно как они оказались в постели в его номере...

Утром она, проснувшись в его объятиях, чувствовала себя безмерно счастливой... и тут отшутиться, как *15* лет назад, не получится...

Он смотрел в ее глаза, она оделась и ушла, он догнал ее уже на улице...

Она шла и плакала и в запале выпалила ему: «Ты... ты каждый раз ... я уже научилась жить без тебя... а ты.. ты врываешься в мою жизнь... у меня все налажено...» Он взял в руки ее лицо: «Я люблю тебя...» Она: «если ты... если ты меня предашь, или бросишь, или обманешь... я ... я...» Он целовал ее долго, как будто отдавая – забирал долг за прошедшие *15* лет...

Каждый раз, обнимая ее, он думал: «жаль потерянное время... если бы я не тратил время на синиц, которые сами летели в руки...»

...

Утром, завтракая на своей кухне, она, улыбаясь, пригласила его на ужин в ресторан: «У меня для тебя новость...». Он очень любопытный, но она как скала... и надо ждать вечера...

Он сидел в ресторане и ждал ее, телефон у нее почему-то был недоступен.

Она спешила на встречу, ругала телефон, который очень не вовремя разрядился... и представляла его глаза, когда скажет ему новость... не заметив выехавшую из-за угла машину, где водитель тоже отвлекся и не сразу заметил девушку, перебегающую дорогу...

Он сидел за столиком у окна и увидел, что на углу толпятся люди, подъезжает машина ДПС, он из любопытства вышел на улицу, но, узнав лежащую в стороне на асфальте красную сумочку, почувствовал тревогу...

Уже в морге ему вернули ее вещи и со словами «соболезнуем...» отдали черно-белую карточку – фото с УЗИ, «это было в кармане вашей супруги...», и боль новой волной нахлынула на него...

...

Он проснулся от того, что голова дико гудела, тело жутко затекло и спина прижималась к чему-то холодному, он не сразу понял, где и как он находится... Боль нахлынула новой волной, слеза покатилась по щеке... Открыть глаза было мучительно больно, но он ощутил руками приятное тепло и бархатную кожу, явно не своего тела... «Не понял», – промелькнуло в его голове. Он с трудом приоткрыл глаза и увидел перед собой жуткую стену с обшарпанной краской и прядь светлых волос лежащей рядом с ним девушки... «Боже мой, это был страшный сон...» Он крепко сжал девушку в своих объятиях и поцеловал ее в шею...

...

Когда он открыл глаза, все развеялось, и, ощутив смятение, он понял, что это был сон и вставал вопрос: «а что же делать дальше...»

Техническая суть:

(Дорогой друг, и снова я, как обычно, попытаюсь простенько описать ту технологию, которая имела место быть)

Ключевым элементом данного рассказа является тенденция чтения мыслей со стороны обоих героев. Длительное время оба предпочитали предполагать, что для другого являются только

другом, они зеркалили друг друга и вторили взаимному дружескому равнодушию.

Очень часто в жизни мы за других решаем, что они думают и чувствуют, и зачастую приписываем им мысли и мотивы действий, не зная при этом, что у человека на самом деле в голове и в сердце.

Самый простой инструмент – это спросить. Это так называемая обратная связь (первого порядка: просто повторить, что сказал человек: «я правильно понимаю...», «я тебя верно услышал...» и т.п. Обратная связь второго порядка: переформулировать своими словами то, как понимаешь собеседника. Обратная связь третьего порядка: переформулировать своими словами то, как понимаешь собеседника, и попытаться проинтерпретировать – объяснить причину поведения человека).

Если идти все прямо да прямо, далеко не уйдешь...
Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

Себе...

Я привыкла к успеху, привыкла к тому, что ставлю цели и их достигаю, привыкла, что жизнь идет по намеченному плану и я получаю от этого кайф... удовольствие от каждого действия, проекта, мысли. Люди, которые рядом со мной, сами собой складываются в хорошие успешные команды, где я мудрый руководитель. С самым сложным человеком я могу с мягкой улыбкой найти общий язык...

И как женщина я успешна, любима и желанна любимым и желанным мужчиной, я мама прекрасного ребенка.

В сутках у меня *48* часов... и все спорится... и да, конечно, все так, как хочу...

Ожидаете, что все в один миг рухнуло? – как было бы трагично... но нет... счастливое бытие начал нарушать моросящий дождь сомнений в моей душе, в голове, в сердце... мир вокруг меня стал как бы вторить этому дождю, создавая мелкие препятствия, через которые я, собственно, могла бы с легкостью перепрыгнуть, но я не хотела, не хотела бороться и сама о них спотыкалась... и было множество людей вокруг, которые готовы были подать мне руку помощи, чем, собственно, оказывали мне медвежью услугу, расслабляя меня еще более...

Я вкусила удовольствие плыть по волнам и чуть страдать от своего бездействия. Страдать ведь на самом деле приятно, так как находятся куча людей, готовых меня спасать... Туда я, естественно, и отправилась...

Решив, что мне непременно срочно нужно понять, кто я в этом мире, я отправилась за советом к умным мира сего... учеба, семинары, наставники... куча умных и мудрых мыслей... но все как-то чуть мимо...

Время уходило уже месяцами и начало считать годы... а я все искала... я, конечно, как и прежде, была хороша во всем – жена, женщина, мама, руководитель... но я не нашла искру, ту, что зажигала драйв... я что-то искала, искала, что хочу делать... искала прежних чувств и огня...

И я, как прежде, искала ответа в чьих-то вопросах, словах и мыслях...

Возвращаясь домой ранним утром, уставшая и вымотанная, после очередных поисков себя и истины, я ехала по трассе, на обочине лежал белый, как лист бумаги, снег... пролетела мимо стоявшей на обочине машины... потом почему-то решила сдать назад и узнать, все ли в порядке. В машине сидел дедушка, и было непонятно, кто старше – дедуля или машина. Он очень замерз... я помочь практически ничем не могла. Предложила его подвезти и заодно согреть. Отогревшись, дедуля оказался, на удивление, разговорчивым... он рассказывал мне о своей жизни, о машине, о первой и второй жене, о детях...

Я ехала, слушала и улыбалась... это был человек, у которого все просто и закономерно, все последовательно и логично... он мыслил как ребенок.

Одни только дети знают, чего ищут. Они отдают всю душу тряпичной кукле, и она становится им очень-очень дорога, и если ее у них отнимут, дети плачут...
Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

Высадив случайного попутчика в пункте назначения, я не останавливаясь улыбалась... Думала о его рассказе... о жизни, о себе...

Дорога белая и пустая, приморозило... и машину чуть повело, потом еще и еще... перед моими глазами мелькала то правая, то левая обочина, пока машина не остановилась как-то странно задом по пути следования...

Я глубоко вздохнула, на душе удивительно спокойно и все понятно... я аккуратно сдала назад, развернулась и уверенно порулила вперед.

Все предельно понятно, четко и просто. Я с огромным удовольствием сжимала руками кожаный руль и как никогда чувствовала силу жизни. В голове пока не было картинки, но было чувство, что я все знаю...

Доехав до подъезда, с удовольствием шагая, я пробиралась ближе к дому. Дышалось хорошо и глубоко, хотелось шагать дальше и чувствовать, что знаю куда... Я САМА знаю и делаю, САМА иду и понимаю, САМА СЕБЯ люблю и осуждаю.

Себя судить куда труднее, чем других. Если ты сумеешь правильно судить себя, значит, ты поистине мудр.
Антуан де Сент-Экзюпери, "Маленький принц"

Техническая суть:

(Дорогой друг, и в последний раз на этих страницах я попытаюсь простенько описать ту технологию, которая имела место быть)

Многие люди занимаются поиском себя более или менее длительный период времени, и в принципе это неплохо. Суть этого зависит только от того, как они при этом выстраивают всю систему жизни вокруг себя. Человек может конструктивно понимать, что ему необходим рост, оценивать себя, свои зоны для развития и соответственно этому обучаться и развиваться. Весь вопрос в ответственности, в способности и желании взять на себя ответственность за свою жизнь, за изменения в себе, за свой рост и за свои провалы.

Значительно ведь проще слушать умные мысли и советы, примерять их к себе и рассуждать – что не помогло, все не то... не так нам сказали, не так нас поняли... они – ответственность на них, на тех, кто

не смог мне помочь, не смог оказать мне медвежью услугу.

Ведь первый шаг всегда один – и я одна – понять, что я САМА СЕБЕ только что-то должна, мне никто не должен и я никому не должна.

А страдать, сопеть или вставать и делать – это только мой выбор. И пока я страдаю – это тоже мой выбор, и еще удовольствие от этого получаю.

Литературно – художественное издание

Анна Ас

Откровенные шаги навстречу

Рассказы

Корректор А.А. Аладьева

Всерстка и дизайн А.Е. Смирнова

Подписано в печать 1.05.2017.

Формат 60х84 1/16. Усл. печ. л. 3,5. Уч.-изд.л. 2,0. Тираж 700 экз.

Типография CMYK. Ярославль, ул.Победы, д.51, корп.2, оф.51.