

БИБЛИОТЕКА ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА

Лилия и Сергей  
Райченко

# СОЛНЕЧНЫЙ ВЕТЕР ПЕРЕМЕН

СМОТРИМ НА СЕБЯ - ПОНИМАЕМ ДРУГИХ



БИБЛИОТЕКА ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА

Лилия и Сергей  
Райченко

# **СОЛНЕЧНЫЙ ВЕТЕР ПЕРЕМЕН**

**Смотрим на себя - понимаем других.  
Психология лжи и обмана**

Институт Культуры ДонНТУ  
Донецк, 2011



издательство  
«ШИКО»  
Луганск, 2011

ББК 88.3

Р 18

Р 18 **Райченко Л.В., Райченко С.Н.** Солнечный Ветер Перемен. Смотрим на себя - понимаем других. Психология лжи и обмана - Донецк: «Институт Культуры ДонНТУ» - 2011; Луганск: ООО «Виртуальная реальность», 2011– 142 с.

ISBN 978-966-492-214-9

Что такое ложь? Как различить обман от самообмана? И бывает ли «белая ложь»? А ложь во имя спасения другого – это ложь или что-то другое, она со знаком плюс или всё равно остаётся в минусе? А лицемерие (примерка чужих лиц-масок)? Можно ли прожить без него, и как разобраться – это я сейчас говорю и/или действую, или маска; мной руководит мой или *чужой* тип поведения, который вьелся в сознание как «свой», и попробуй теперь разобраться, кто есть кто? Ведь иммунитет честности, с которым рождаются все без исключения дети, разрушается чуть ли не с первых лет жизни. И прививку лживости делают не врачи и улица, эту разрушающую бациллу обмана, зачастую, прививают малышу сами родители...

Связь с авторами:

e-mail: [raychencko@mail.ru](mailto:raychencko@mail.ru)

Тел. 095 - 210 - 14 – 73

095 – 497– 63 – 41

Институт Культуры ДонНТУ:

[http://www.roerich.com/n\\_m\\_.htm](http://www.roerich.com/n_m_.htm)

Все авторские права защищены.

ISBN 978-966-492-214-9

© Л.В.Райченко

С.Н.Райченко, 2011

## СОДЕРЖАНИЕ

Начало честного разговора	5
Глава 1. О чём ты сейчас думаешь?	7
Глава 2. Грани обмана. «Белая ложь»	12
Глава 3. Как научиться жить <i>своей</i> жизнью?	18
Глава 4. Измена: честный протест или...	26
Глава 5. Оставьте Прошлому хоронить прошлое	32
Глава 6. Свободу эмоциям!	38
Глава 7. Не то, что ты солгал мне, потрясло меня, но то, что я больше тебе не верю (Ф.Ницше)	49
Глава 8. Мне не нужна <i>такая</i> правда	52
Глава 9. Что больше всего волнует нас во лжи, так это ложь, совершаемая другими людьми	61
Глава 10. Неосознаваемый самообман	67
Глава 11. Ложный стыд – реальная разруха	74
Глава 12. Симуляция, или ложь во имя уничтожения себя	78
Глава 13. Мне за тебя стыдно	87
Глава 14. Давай договоримся говорить друг другу правду	92
Глава 15. Ты сказал, я поверил. Ты повторил – и я засомневался. Ты сказал в третий раз, и я понял, что ты лжёшь	98
Глава 16. Научись говорить «нет!»	104
Глава 17. Переиграть судьбу	110
Глава 18. Если хочешь правды, будь готов отразить ложь	120
Глава 19. А что вы понимаете под словом духовность?	125
Глава 20. В толпу. Между личиной и ликом	131

## В ТАНЦЕ

Бойтесь, когда спокойное придет  
в движенье. Когда посеянные ветры  
обратятся в бурю. Когда речь людей  
наполнится бессмысленными словами.

Страшитесь, когда в земле кладами  
захоронят люди свои богатства.

Бойтесь, когда люди сочтут  
сохранными сокровища только  
на теле своем. Бойтесь, когда возле  
соберутся толпы. Когда забудут  
о знании. И с радостью разрушат  
узнанное раньше. И легко исполнят  
угрозы. Когда не на чем будет  
записать знание ваше. Когда листы  
писаний станут непрочными,  
а слова злыми. Ах, соседи мои!

Вы устроились плохо. Вы все  
отменили. Никакой тайны дальше  
настоящего! И с сумою несчастья  
вы пошли скитаться и завоевывать  
мир. Ваше безумие назвало самую  
безобразную женщину - желанная!  
Маленькие танцующие хитрецы!

Вы готовы утопить себя  
в танце.

Н.К.Рерих

Посвящается нашим Учителям-Светоносцам  
Е.И.Рерих, Н.К.Рерих и Е.П.Блаватской.

## Начало честного разговора

Что такое ложь? Как различить обман от самообмана? И бывает ли «белая ложь»? А ложь во имя спасения другого – это ложь или что-то другое, она со знаком плюс или всё равно остаётся в минусе? А лицемерие (примерка чужих лиц-масок)? Можно ли прожить без него, и как разобраться – это я сейчас говорю и/или действую, или маска; мной руководит мой или *чужой* тип поведения, который въелся в сознание как «свой», и попробуй теперь разобраться, кто есть кто? Ведь иммунитет честности, с которым рождаются все без исключения дети, разрушается чуть ли не с первых лет жизни. И прививку лживости делают не врачи и улица, эту разрушающую бациллу обмана прививают малышу сами родители!

Нет, они не учат детей *специально* лгать, изворачиваться, лицемерить – наоборот, всеми силами пытаются *заставить* ребёнка быть честным, наказывая за обман или хитрость. Однако забывают (или не знают?) при этом, что для ребёнка, особенно в первые годы жизни, они, родители – представители *всего* общества, по *их* поведению ребёнок составляет представление *обо всём* мире, и только родители вкладывают в детское сознание и психику понятия о том, «что такое хорошо, и что такое плохо». Более того, ребёнок до подросткового возраста сохраняет веру в родительскую непогрешимость, выстраивая *идеальные образы* мамы и папы, даже если *реальное* поведение родителей не даёт таких оснований.

Это идеальные схемы, представления ребёнка о том, какими *должны быть* мама и папа, проносятся им сквозь жизнь и годы практически в неизменном состоянии. Поэтому, в более старшем возрасте, когда *реальная* мама раздражает и доводит психику до белого каления, *навязывая* взрослому человеку свои взгляды или тип действий, у него, как защита от «перегрева», включаются детские схемы: маму *надо* любить, маму *надо* слушать, мама хочет добра, мама хорошая, добрая, честная, она

*никогда* не пожелает плохого... Реальность и идеализм входят в конфликт, провоцируя человека на новые, порой роковые ошибки. Собственные решения заменяются родительскими схемами, планка ответственности падает (всегда есть на кого свалить вину: родители посоветовали, родители сбили с толку). Сколько семей разрушилось только потому, что «а говорила мне моя мама!» А сколько семей не состоялось вообще, только потому, что избранник/избранница не нравились родителям.

Чем больше критикуются взрослыми детьми их родители – тем больше вероятность того, что они будут воспитывать уже своих детей и реагировать на мир *такими же* стереотипами поведения. Почему? Всё очень просто – потому, что ребёнка нельзя обмануть!! Обмануть в том, что сами взрослые не выполняют, не живут теми правилами и требованиями, которые выставляют детям. «Не ори!», - гневно *орёт* мамаша на ребёнка; «Как ты с отцом разговариваешь?!» - делая грозное лицо, восклицает мать, но через какое-то время на того же отца (мужа) выливается столько грязи и ора, что трудно понять, почему же мне нельзя обвинить папу в том, за что его так ненавидит мама. «Уважай мать!», - вопит, поучая отца, а через какое-то время мать от ударов и пинков ищет пятый угол, а отец объясняет своё поведение тем, что «нечего было меня раздражать». «Не воруй!», - поучают родители, но если есть возможность что-то «взять» с работы (ну хоть скрепку или листок бумаги), они это делают легко, и при этом даже не скрывают от детей, откуда что взялось. Даже выражение такое появилось: «Тихо спендрил и ушёл, называется нашёл». Все улыбаются, всем весело, наверное, потому и в такой весёлой стране живём.

Ребёнок *внешне* поддерживает ваши требования, внешне *приспосабливается* под ваше неустойчивое поведение и, порой, непомерные требования, но *внутренне* он считывает ваше поведение мгновение за мгновением, и на самом деле ему не нужны ваши обманные слова о том «как хорошо быть честным, смелым, добрым» - он чувствует и понимает через подсознательные структуры психики всю истинность и искренность ваших деклараций, и *через ваше* поведение с другими людьми, *через ваше* отношение к другим людям, строит свои схемы, точь-в-точь *похожие на ваши*. И когда озлобленные или раздражённые родители жалуются на своих детей, обвиняя их в лживости, агрессивности, безразличии, бездушии – они,



не подозревая об этом, говорят о себе! Ведь дети – это зеркало своих родителей. Что вложили во внутренний мир ребёнка через *свой* внутренний мир – то на выходе и получаете. А красивые слова так и остаются словами. Не умеете их сами прилагать в жизни и к жизни, не верите в них – вот и ребёнок не верит вам, поэтому и учится лгать и лицемерить, беря с вас конкретный пример.

А нужна ли вообще в нашей жизни правда, и если нужна, то какая именно? Ведь часто люди заявляют: «Мне *такая* правда не нужна!» Тогда *какую бы* хотелось услышать? И будет ли услышанное – правдой?

Много вопросов. Не всех *устроят* наши ответы. Но ведь когда-то же надо начинать? А если начинать, то с кого? С детей? С супруга? С родителей? Кого к правде призывать будем? Никого! За исключением себя! Начнём искать себя и правду в себе. А там, глядишь, и другие захотят изменить свою жизнь к лучшему, ведь что ни говорите, а быть самим собой – *выгодно*. Хотя бы потому, что не надо ничего придумывать о себе, а потом всё это запоминать и носить в себе, рискуя каждую минуту проговориться или оговориться.

Искренность – от слова «искра». От искры возгорится пламя. И в свете пламени *искренности* познаем себя. Может тогда и любить научимся? Сначала себя, потом – других. Потому что наоборот – не бывает. И кто утверждает обратное – лжёт.

## Глава 1. О чём ты сейчас думаешь?

«О чём ты сейчас думаешь?» - лёгкая заминка: «Да так, ни о чём».

Это что сейчас было? Преднамеренный обман, бесцеремонное вторжение в чужие границы сознания и соответственно корректный отпор, или действительно правдивый ответ, отражающий безвольное шевеление мозгами, когда мысли плывут сами собой, не задерживаясь ни на чём конкретно? Смотрите, мы пошли по стандартной схеме, и начали анализировать ответ. А ведь суть *уже проявившейся проблемы обмана* заключается в вопросе. Причём совсем не в таком уж



безобидном, как кажется на первый взгляд.

Знать, о чём думает рядом стоящий или интересующий меня человек – это желание вполне объяснимое. И подобное знание даст возможность правильно скорректировать свои действия, что-то пересмотреть в поведении, словах, реакции, собственных мыслях. Вот только сами вы часто отвечали на подобный вопрос правдиво? И когда задавали такой вопрос – действительно ли хотели знать *честно* о том, что думает человек, или ожидали *заранее приятный* для себя ответ? Второе предположение очевиднее всего. Хотя бы потому, что невозможно полностью отделаться от субъективного восприятия мира, а значит, от предположения того, что тот, кто рядом думает так же, как вы, и, конечно, о том, о чём, *как вам кажется*, он должен думать. Это позиция ребёнка. Эгоцентричная, то есть замкнутая на собственной персоне. И если перед глазами ребёнка стоит вон та заветная машинка или кукла, которую он очень хочет иметь у себя, то разве может кто-то в мире думать о чём-то другом, кроме как о машинке или кукле? Во взрослой жизни этот эгоцентризм проявляется через страх того, что все только обо мне говорят и думают, если сделано что-то не так, если случилась неудача, *как мне кажется*, провал, попадание в неприятное положение...

Попробуйте на новогодний праздник подарить ребёнку не заветную куклу или машинку, а что-то другое, он *честно* расплатится или затаит обиду. Почему? Потому что ему и в голову не может прийти, что вы также *честно* не думали о кукле или машинке или не догадывались о его желании. Помните, мы начали с вопроса: «О чём ты думаешь?» Ответ на него может быть *честным* только тогда, когда вы попадаете, как в «яблочко», в мысли спрашивающего. Влюблённая девушка *хочет* слышать в ответ *честную* фразу: «Я думаю о тебе. О том, как я тебя люблю, и когда мы поженимся». Ей кажется, что именно об этом, и *только* об этом (с некоторыми вариациями) можно думать, находясь рядом с ней. То, что у парня в голове могут быть другие проблемы и дела, ей не то чтобы в голову не приходит, однако если сказать об этом открыто, она сильно обидится. А собственно, на что обидится? На то, что кто-то думает не так, как она?

И обратите внимание – мы всё время выделяли слово «честность» и фразу «как мне кажется». Но при этом было ясно

и понятно, что о настоящей честности никто даже не задумывался. По крайней мере, у каждого она, как и правда, всегда оказывается своей.

Давайте предположим, что ответ всё таки прозвучал более внятный и конкретный, чем защитная отмазка «ни о чём», причём действительно честный, а значит неожиданный. Чтобы не показать разочарования (то есть *скрыть* искренние, честные эмоции), задаётся следующий вопрос, причём достаточно агрессивный, хотя и скрытый маской вежливости: «Почему ты так думаешь?»

Чувствуете, как закручивается спираль лжи? Правдивый ответ явно не устроил, вызвал недоумение и *несогласие с ответом* (!), а потому надо через второй вопрос объяснить человеку *его ошибку*, и *заставить думать* иначе. Начинается утомительный, нервоизматывающий диалог, заканчивающийся, как правило, ещё большими *скрытыми* обидами и недоговорённостями. Всё, что мы скрываем, везде, где мы «делаем вид» называется одним малоприятным словом – лицемерие. Но говорить правду не всегда выгодно, показывать обиды не всегда прилично и тем более не выгодно. А вот доказать собственную правоту – выгодно, убедить человека в том, что он *неправильно* думает и *не о том, о чём говорит* – тем более выгодно. Таким образом, устанавливается контроль над собеседником, контроль над ситуацией, которую, *как кажется*, можно прогнозировать, то есть делать предсказания на будущее.

Однако, как вы уже сами понимаете, будущее можно спрогнозировать только тогда, когда владеешь хотя бы относительно правдивой информацией. А если всё базируется только на скрытых обидах, на желании слышать только то, что хочется слышать, если «правда» интересна ровно до той степени, на сколько она будет соответствовать желаемому представлению о себе или событии, то и прогноз будет соответствующим – ложным. И к такому «будущему» не бывает готова ни одна сторона. Вот почему так много разочарованных по жизни, вот откуда берутся измены и разводы, слёзы и страдания, обвинения и саможаления. Человек сам выстраивает себе *свою* «правду», он сам определяет, как к нему должны относиться те или другие люди, он сам определяет *как* они и *о чём* они должны думать, а потом искренне и с возмущением удивляется, что кто-то может мыслить совсем в противоположном направлении!

«О чём ты сейчас думаешь?» - это не просто вопрос с заранее ожидаемым ответом. Это ещё и диагноз низкой самооценки, неуверенности в себе, в своих силах и достоинствах, в своих способностях и собственной неповторимости. Да-да. Уверенный в себе человек не останавливается на подобных вопросах. И не потому, что ему не интересно, безразлично, что о нём думают, о чём при нём думают – а просто потому, что он вполне допускает мысль о том, что может нравиться не всем, что у кого-то могут быть другие интересы, кроме как думать о нём или замечать за ним мелкие недостатки. Уверенный в себе человек, с верой в себя, просто живёт и радуется жизни, *учитывая* чужие мысли и пожелания, но ровно настолько, насколько это оставляет *свободу* мысли и действий. Заметили? Контроль над собой, зависимость от чужого мнения исключаются как само собой. И на вопрос: «О чём ты сейчас думаешь?» уверенный в себе человек, как правило, пожимает плечами, отвечает: «Да так, ни о чём», и никогда *не даёт тянуть себя* в диалог на эту тему, как бы чётко ограничивая своё психологическое пространство от непрошенных гостей. Он оставляет за собой право иметь те мысли, которые он не хочет озвучивать, он оставляет за собой право ни перед кем не отчитываться, и если кто-то обиженно надувает губы или достраивает свои ложно-фантастические версии по поводу того, что скрывается за уклончивым ответом – что ж, это право того, кто хочет этим заниматься (если других дел и проблем в жизни мало).

А почему ещё возникает внутреннее возмущение, когда мы всё же слышим в ответ то, что не готовы услышать? Ну, может не возмущение, а так, лёгкое раздражение, неудовольствие, удивление? Ведь задавая подобные вопросы, всегда надо быть готовым к неожиданным ответам, особенно если хочешь честных и открытых отношений. Здесь есть ещё один подвох – страх не соответствовать тому, чего от тебя ожидали. Страх оказаться не в той роли, страх не вписаться в ту схему, которая... Стоп! Давайте поразмыслим, что, кто, от кого и чего ожидается. Вполне естественно, что садясь в рейсовый автобус с чётко обозначенным маршрутом, мы ожидаем добраться в нужный нам пункт назначения. И что думает лично о вас водитель этого автобуса, вам не интересно. Если, конечно, он не заинтересовал вас в роли любовного объекта. Трудно не догадаться, каких отношений будут ожидать от «девочек по вызову» или от

пришедшего на дом врача. Но и здесь, когда роли и обязанности чётко обозначены, вопрос кто и что о вас думает, вам неинтересен. Вы уверены в том, что выполнили свои обязательства, и ожидаете того же от оплаченной стороны. Заметьте, страха не соответствовать чьим-то ожиданиям просто нет. Есть роли, которые каждый играет, соблюдая правила, и всё. Страх появляется только тогда, когда вы «переходите на личности», когда возникает симпатия, когда на кон ставится ваша личная карьера и/или жизнь, *когда есть тот, кому вы хотите понравиться*. Заметьте, не проявить себя как себя, а именно понравиться. То есть как можно тщательнее замаскировать недостатки и как можно выгоднее выставить достоинства. Нет внутренних достойных качеств, в ход можно пустить и внешние прелести. Однако, обманывая *себя*, обманывая других, рано или поздно придётся столкнуться с ответным обманом.

Зачем мы прячем свои недостатки? Почему именно прячем, а не избавляемся от них путём накопления более достойных черт характера или привычек? Потому что не доверяем себе, не верим в себя. Кто-то кажется нам более лучшим, более достойным, более красивым или удачливым. Кто-то, но не я. И вот здесь позвольте с вами не согласиться.

Работая с разными людьми, разного статуса и материального положения, приходишь к выводу, что чем больше «понтов» и чванства, которые часто путают с уверенностью в себе, тем больше человек именно неуверен в себе, его сознание забито всевозможными страхами, тревогами, комплексами, и ему не остаётся ничего другого, как демонстрировать миру совершенно противоположную маску. За высокомерием часто скрывается трусость, за презрительным отношением к другим – страх, что кто-то окажется лучше и достойнее, а хвастливое перечисление своих «достижений» или стремление слышать только лесть скрывает за собой ужас потери всего того, о чём говорится. И ужас не в самой потере статуса или денег, ужас в том, что перестанут уважать, воспринимать как того, перед кем надо склонять голову.

Так на кого равняемся? Кому хотим «соответствовать»? Может, *выгоднее*, всё же, вспомнить – кто я, где моё во мне, а где чужое, навязанное «общественным мнением»? Может, *выгоднее* вначале понравиться самому себе? И отталкиваясь от осознания себя как себя строить отношения с другими? Тогда и вопрос,

что и кто думает, тем более о вас, перестанет быть актуальным. Ведь подстраиваться ни под кого, ни под чьи ожидания уже не будет иметь смысла, а выполнять свои обязанности приятнее с чувством собственного достоинства.

Смотрите, куда бы ни повернули наши размышления, а всё упирается в самого человека, в то, что *он сам думает о себе*. И если он уверен в себе, чьё-то злобное, завистливое мнение, чей-то лицемерный ответ не смутит его, и конечно не обидит. Он останется *честным по отношению к себе*. А другой честности в мире просто не бывает.

А так ли выгодно быть честным даже по отношению к себе? И не сомневайтесь: над вами невозможно будет установить контроль, навязать вам чуждые мысли, заставить выполнять незаконные или неприемлемые для вас поступки, вы не сможете оставаться на нелюбимой работе или подличать по отношению к другим... Этого не позволит уважение к себе. Но чтобы уважать себя, надо начать всё с той же честности по отношению к себе. Теперь уже новый круг замыкается. Круг, где нет лжи, лицемерия, предательства, обмана, круг, где появляются настоящие друзья и любимые, от которых вы не ждёте «правдивых» ответов, а просто верите им... Так же, как и себе.

## Глава 2. Грани обмана. «Белая ложь»

«Белая ложь», или ложь во спасение – это всё же ложь, или залог спасения, без которого невозможно обойтись?

Если мы вспомним Великую Отечественную войну, когда простые советские люди спасали от фашистов, рискуя своей жизнью, евреев, раненых солдат, беженцев с концлагерей, поддерживали связь с партизанами, и даже под пытками не выдавали товарищей – использовали ли они при этом ложь и обман? По отношению к фашистам – да. По отношению к себе, и к тем, кого они спасали и защищали – ... Но как-то не вяжется с истинным человеческим подвигом, с самопожертвованием *без ожидания* наград и почестей, слово «ложь». Наверное, не всё то, что не отражает правду, является ложью и обманом, и наверное, не всё то грех, когда говоришь заведомо неправдивое, зная, что от этого зависит чья-то жизнь. Хотя...

А если человек спасает заведомого негодяя, подлеца, убийцу, подонка? Если он скрывает его от правосудия, сохраняя ему жизнь – это как, грех или подвиг? Ведь на кону тоже, пусть гнусная, но человекоподобная жизнь. Как быть здесь?

А всё не так уж сложно. Достаточно просто понять, какие чувства испытывает человек, и какие морально-нравственные ценности исповедует. Ведь негодяй может внушить страх, запугать, пустить в ход шантаж близкими людьми, и тогда выбора между обманом и честностью не остаётся, ведь на кону всё та же жизнь, но уже собственная или своих близких и родных. Да, можно легко попасть в разряд предателя, но ведь и здесь всё зависит от того, кто на чьей стороне. И шпион для одной страны тут же оказывается героем разведчиком для другой. Где те грани, где критерии, по которым можно точно определить – это враг, а это друг?

Нет таких критериев, и грани условны. Единственный параметр, которым измеряется поступок – это совесть. Только она даст веру в себя и придаст мужества для благородного поступка, или постепенно уничтожит, деморализует, превратит в нравственного уроды.

Не верите? Это потому что вы не знаете изнанку жизни, ту самую, с которой мы встречаемся ежедневно. И кому, как не нам, известно, как складываются жизни и судьбы у «крутых» парней и женщин-вамп, насколько неприглядной и уродливой бывает их серединка, скрывающаяся за блестящим фантиком. Ну, а то, что «богатые тоже плачут» - можете даже не сомневаться, плачут, и платят порой слишком высокую цену за тот мнимый «достаток», к которому стремятся всем сердцем.

«Скажи мне, где твоё сокровище, и я скажу, где твоё сердце». И если под «сокровищами» подразумеваются только материальные ценности, не трудно представить, где сердце «богачей» и кому они поклоняются в духе. А если так, то такие понятия как «честь и достоинство», верность данному слову – всё это не вписывается в программу «бизнес-плана». «Подставы», «удары в спину», оговоры, доносы, зависть, стремление захватить чужое – разве это сейчас называют ложью? Или обманом? Нет. Как раз эти качества проповедуются современным телевидением, литературой, теми, кто даже по долгу службы должны бы стоять на другой стороне. И здесь, как нигде, соблюдается «святое» правило: «ворон ворону глаз

не выключает». Вокруг лжи стоят самые сплочённые силы на земле. И нигде так не уважается ложь и предательство, как в среде лжецов и предателей. Это они придумали выражение «белая ложь», и это они прикрываются примерами благородных сердец, тех, кто ценой своей жизни *защищал* других.

Ложь, в какой чепчик её не наряди, всё равно останется ложью. Подвиг Настоящего Человека, с какой стороны на него не посмотри, навсегда останется Подвигом. И перепутать эти грани невозможно. Другое дело, что понять сам *внутренний порыв* подвига может далеко не каждый, потому что не каждое сердце отзвучит на чужую боль и страдания, но это уже из другой темы.

Не менее обманным является утверждение ханжей и лицемеров, заявляющих, что правду нужно говорить всегда, даже если она может нанести вред здоровью или разрушить отношения между людьми. Тут всегда важно уточнить – *какую* правду имеют в виду подобные «правдолюбцы», и не используют ли они её в своих далеко не благородных целях. *Что* движет, *какие* помыслы направляют человека к тому, чтобы «раскрыть правду»? И так ли всё бескорыстно?

Давайте возьмём самый известный пример с медицинским диагнозом. Врач, имеющий честь и совесть, никогда не скажет пациенту *всю* правду. Хотя бы потому, что давать прогнозы в наше время – неблагодарное дело. Человек, вопреки всем прогнозам и диагнозам, выздоравливает и живёт долго и счастливо. Хотя бы потому, что и сам диагноз может быть ложным (особенно в наше время). Ну, а о том, что *всей* правды неизвестно даже доктору, мало кто из столкнувшихся с нашей медициной, будет сомневаться. Нажиться на «диагнозе» в наше время – проще пареной репы, и в таком случае – доктор говорит «правду». И подло эксплуатируя эту «правду он не пытается вылечить, ему это невыгодно, он пытается продлить болезнь и диагноз на более длительный срок, чтобы «доить» беспомощного и доверчивого человека, попавшего в беду. Смотрите: правда и ложь, честь и подлость, долг и злостное злоупотребление служебным положением – всё смешалось в одну кучу, и правда стала бутафорным фантиком, а ложь – золотой, доходной серединкой.

Можно взять другой, не менее актуальный пример из жизни. Две подружки. Одна с трудом скрывает зависть по отношению к другой, и просто погибает от ненависти, глядя на счастливую



в любви подругу. Но разве даже самой себе можно признаться в зависти и ненависти, а значит в том, что а вот тебя-то вот *так* никто и не любит, а может и не полюбит. Потому и идёт в ход «правда», рассказываются счастливой подружке все сплетни, сочувственно кивается головой и произносится заветная, тоже «правдивая» фраза: «Да брось ты его, этого ..., найдёшь себе получше!» И ведь верят в подобную «правду»! И рушатся отношения, рушатся семьи, страдают рождённые дети, убиваются-четвертуются нерождённые. И всё это – под лозунгом «правды».

Говорить о политике даже не будем. Разбирать отношения на работе – тоже нет смысла, всё ясно и так. Отношения между родителями и детьми – это вообще отдельный и особый разговор.

Ну, что-то грустно у нас выходит. Везде обман, везде подлость, а что – правды так-таки нигде и нет? А может именно обман, а не правда являются тем скрепляющим (склеивающим) элементом, на котором только и могут строиться человеческие отношения? Но «клей» этот не столько соединяет, «скрепляет» нас, сколько служит изоляцией, надёжно разделяющей нас и наши мысли друг от друга.

Давайте рассмотрим маленький пример. Молодая девушка. Недавно родила прекрасного малыша. На дом приходит педиатр. Смотрит на молодую маму и краснеет. Улучив минутку, спрашивает у бабушки (мамы девушки), а сколько вашей дочери лет?

Для начала – что поменяет для доктора возраст молодой мамы? К тому же, перед ней карточка новорожденного, где чётко прописан год рождения женщины. Зачем вопрос?

А не верит педиатр написанному. По карточке этой мамочке должно быть двадцать, а она с трудом на пятнадцатилетнюю тянет. Вот и не выдерживает сердце врача. Вернее язык. Тот, который почесать хочется. И который «правду» уже и так готов растрепать. Только вот незадача – покраснев от возмущения, бабушка открывает паспорт дочери и там... Не верю! – так и рвётся изнутри у докторицы, а на лице – змеиная улыбка, которую трудно удержать от разочарования. Молодой мамочке действительно двадцать.

Проходит пять лет. И появляется у этой женщины ещё один прекрасный малыш. И всё так же молодо она выглядит:

подтянуто, худощаво, с детскими озорными искорками в глазах. Гуляет она в парке со старшеньким, а на руках – младенец. Подсаживается «добрый» дедушка. И эдак слащавенько, как будто смакуя, как сейчас в краску вгонит эту шлюху малолетнюю, спрашивает: и сколько ж тебе годочков? Дивчина смотрит на «доброжелателя» и спокойно отвечает: двадцать пять. А пожилой человек аж затрусился от негодования. Как он орал! Какими словами стыдил мать двоих детей только за то, что та осмелилась сказать не то, что он *хотел, ожидал* услышать в ответ. Орал, пока его не уgomонили несколько женщин, знавших эту дивчину, и обсмеявших «блюстителя нравов».

Поверил ли он им? Навряд ли. Да это и не важно. Важно то, что на этом простом примере вы чётко увидели, как из истины, неоспоримой и легко доказуемой, люди, с искажённым сознанием, люди злобные и недоброжелательные, люди, у которых и у самих не один скелет в шкафу запрятан, сотворили ложь, в которую поверили сами, и с которой не хотели расставаться даже тогда, когда истина не оставляла выбора. Почему так трудно было поверить на слово? Потому что *собственный опыт* им подсказывал – здесь кроется обман.

Понимаете? Через неверие эти люди раскрыли всю *свою* сокрытую от других природу. Они раскрыли *свою* сущность. Будучи порочными в *своём* собственном естестве, они проецируют эту порочность на других. Ведь каждый судит только *по своему* опыту и по своему сознанию. Потому, глядя на подобных «правдолюбцев», совсем не сложно определить, продиагностировать *их собственные* уязвимые стороны, те самые, которые они как зеницу ока хранят в своих не очень чистых душах.

Можно привести и ещё один пример. Встречаются случайно, на улице две бывшие одноклассницы. Слово за слово, и вот спрашивает одна у другой: а как ты родила после аборта? Та, у которой спрашивали, даже опешила от подобного вопроса, и тоже спросила: какого аборта? «Да, ладно, все ж знают, что ты делала, чего уж там! Просто я спрашиваю потому, что сама не могу забеременеть после аборта, может, подскажешь что?»

Стоит дивчина, и не знает как реагировать. Ответила правду – не поверили, уличили во лжи. Попробовала ещё раз сказать, что сплетням верить не надо, но обиделась-рассердилась «правдолюбка», процедила сквозь зубы что-то злобное,

развернулась и ушла. Можно только представить, какой грязью она поливала по дороге одноклассницу, какие сплетни распускала впоследствии, рассказывая про диалог, а всё почему? Что задело? Что вызвало бурю злобной раздражительности? То, что одноклассница оказалась «не такой», как она сама, и вообще «не такой», какой она себе её представляла.

Вдумайтесь – ненависть и неприязнь к другому человеку возникла только потому, что «правда» оказалась ложью, а то, во что верить не хотелось – правдой! И опять, за этой негодующей реакцией вскрылось, проявилось что? – *Собственная* природа, *собственная* грязь, та, которую лучше не замечать и которой проще обмазывать других, чем исправить что-то в себе.

Но есть у подобного обмана, у «белой» «правдолюбной» лжи ещё одна грань. Обвиняя кого-то в чём-то, автоматически становишься «белым и пушистым». Если она – дрянь, если я осуждаю чей-то порок – это означает, ни больше, ни меньше, то, что мне лично *такое* не присуще! Свекровь перемывает кости невестке, обвиняя ту в неряшестве, в неумении вести хозяйство, быть хорошей женой... Но если она видит чужие недостатки, значит она точно знает, как правильно? Значит уж она-то чистюля, и жена хоть куда? Так по логике выходит? Вот только логика часто расходится с истинным положением дел. И если присмотреться к «чистюле», или войти без приглашения, то можно много кое-чего увидеть и в плане чистоты, и в области ведения домашнего хозяйства, да и отношения с собственным мужем оставляют желать лучшего, если этот муж вообще в природе существует и не сбежал от «хозяйшки» к другой, не менее поносимой и осуждаемой со злобой и ненавистью. Что ж выходит?

А выходит странный вывод: обвиняя кого-то в чём-то, человек с головой выдаёт себя, свои пороки и недостатки. Бывшие комсомолки-проститутки, ублажающие по баням своих партийных боссов, сейчас самые рьяные поборницы «нравов», и это у них невестки – шлюхи и развратные девки. Женщина, которая вела нормальный, действительно добропорядочный образ жизни, никогда не заподозрит и не обвинит ту, которую любит сын, в том, чем не занималась сама. Ей просто не с чем сравнивать! У неё не было такого опыта! Потому и глаз на шлюх «не намётан». Она верит жене сына так же, как верит в своего сына, и уважает его выбор. Кто сплетничает и разносит грязь

про других? Только те, кто неудовлётворён своей жизнью, кто завидует другим во всём и пытается хоть через грязь слов нагадить исподтишка тем, на чьём месте они хотели бы и сами оказаться. Да-да. Мы не ошиблись. «Белая» ложь гнусна тем, что прикрывается она «благородными» побуждениями. «Белая» ложь – это вывернутая наизнанку правда *собственной* жизни. И вызывает возмущение и гнев только то, что скрывается внутри себя, что не прощается себе, чего не хочется замечать и признавать у себя.

Конечно, может возникнуть вопрос: а если видишь перед собой или читаешь, или узнаёшь о действительно мерзком событии, тогда как? Не осуждать, или тут же записать себя в лагерь тех, кого не приемлет *совесть*? Собственно в вопросе оказался ответ. Всё дело действительно в совести. В том самом ингредиенте, на котором не взрастёт белая плесень лжи. Пороки можно и нужно осуждать. Но только когда это – *доказанный* факт. Когда ваша совесть никогда не позволила бы *вам* перейти *эту* черту. К тому же человек, уважающий себя, не погрязнет в досужих сплетнях, а просто даст собственную оценку произошедшему, и ещё больше начнёт уделять внимание *своему собственному* поведению, живя своей собственной жизнью. Своей, заметьте, а не той, которая постоянно на злом завистливом языке.

### Глава 3. Как научиться жить *своей* жизнью?

Сказать – живи своей жизнью, ещё не значит понять, как это сделать на самом деле. Да и сама формулировка «жить своей жизнью» может вызвать удивление и недоумение: а что, есть кто-то, кто живёт чужой жизнью? И как такое вообще возможно?

Но фактов этому явлению – уйма. Вот мама, которая контролирует тридцатилетнего сыночка-манюньку, дотошно выпытывая у него «где был», «с кем был», «зачем был», «сколько раз был», и тут же дающая советы, как не попасться на происки тех, кто просто мечтает стать её невесткой, а заодно овладеть её собственностью – сыном. И странно, при внешнем возмущении, даже очень громком, особенно перед друзьями, сыночек-«малолетка», который всё никак не сопоставит свой паспортный возраст с психологическим, выполняет указания заботливой мамочки чуть ли не буква в букву, отдавая свою судьбу в руки

родительницы. А мать и не отказывается. Она свою жизнь, скорее всего, прожила неумело, «не так», так хоть сыновней (дочерней) воспользуется всласть. И вот уже командует она «как надо», «куда надо», «по какому поводу», и всё приговаривает: «говорила же я тебе...».

Можно и другие примеры привести, когда «засовывают нос в чужие дела», забывая напрочь о своих. И тогда идёт бурное *переживание* (проживание) чужих страстей, чужих событий и судеб. Собственная жизненная энергия, которую надо бы было потратить на собственное развитие и реализацию, разбазаривают на то, чтобы либо позлорадствовать, либо дать такой совет, чтоб после него вообще всё разрушилось. Однако всё это преподносится как *доброжелательная* помощь.

Мы не преувеличиваем. Жажда давать советы, неуёмное желание подсмотреть в дырочку, а что там, за стеной, ощущение радости и прилива сил от узнавания новой порции сплетен, и чем они скандальнее, тем на больше времени их хватит, чтобы с азартом смаковать «факт» за «фактом», выискивая и додумывая всё новые детали – разве это надуманный факт? Разве это преувеличение? Попробуйте влиться в любой коллектив, особенно женский, и вы уже будете не так категоричны по этому поводу.

А, кстати, по поводу коллективов. Давайте вспомним, кто яростнее всех распускает сплетни и клеймит позором тех, до кого им «как до Киева на пуантах»? Присмотритесь к этим любителям жить чужой жизнью, совершенно забывая о своей собственной.

А, собственно, собственной жизни у них как раз таки почти и не наблюдается. Нет её, этой жизни, как таковой. У злостных сплетниц, как правило, разрушены собственные семьи, а если брак ещё остался в виде штампа в паспорте, то это ещё ни о чём не говорит.

Однажды, сидя в кабинете одного начальника, мне пришлось длительное время работать «на телефоне». За тонкой перегородкой сначала слышался мерный рабочий гомон, а потом как прорвало. Очевидно, посторонних не было, и дамы, занимающие достаточно высокое положение в этом заведении, начали, как базарные торговки, с матом и «смачными» оборотами обсуждать последнюю новость – как некая сотрудница из соседнего отдела переспала с их начальником, и

как их чуть ли не на горячем застукали, и *как* это было, и где... В общем, дамы негодовали. Они выносили приговор. Они были сама целомудренность и непорочность. Зная одну из них, как свою клиентку, а потому и *всю* её жизнь, было *удивительно* и мягко скажем, неприятно слышать изливаемую на другого человека грязь, причём на того, кого не было рядом... А это, кстати, тоже весомый критерий порядочности – говорить о человеке не за глаза, а в глаза.

Кто любит унижать? – униженный. А оскорблять? – оскорблённый. Кто осуждает с пеной у рта чужие измены? – только те, кто либо сами через это прошли, но их-то как раз «не застукали», либо те, кто и сами были не прочь этим заняться, однако подходящего случая не было, никто «не позарился».

Да, мы знаем, какое сейчас искреннее негодование вызываем у блюстителей «нравственности», у этих «доброжелателей», которые не побрезгуют даже анонимно сообщить обманутому супругу или супруге об измене их половинки. И всё только из «добрых» побуждений, «не корысти ради». Только вот не доброта это, и не любовь к честности и справедливости. Под личиной «добропорядочной нравственности» скрывается ехидная рожа истинной безнравственности. Драгоценные жемчужины-минуты, которые можно было бы посвятить, даже на рабочем месте, обсуждению чего духовного, достойного, прекрасного, те самые прекрасные минуты, которые, может быть, давались Жизнью для того, чтобы сказать близкому человеку «я люблю тебя», а не очень близкому просто улыбнуться и от души пожелать удачи и добра, сказать доброе слово по поводу его внешности или успеха, а то и просто выйти на улицу, посмотреть на небо, на облака, на солнечный лучик и поблагодарить Жизнь за жизнь, за ту Красоту и Радость, которую можно найти в любой травинке или облачке, любом придорожном цветочке, щедро открывающем вам своё сердечко-серединку и дарящем искры любви в переливающейся на солнце росинки, вот эти самые драгоценные минуты тратятся на созидание грязи, на то, чтобы уничтожить Красоту и Радость в чужой, но ведь и *в своей* жизни. Зло во имя зла! Чёрные маги просто отдыхают.

Да. Романы на стороне – не самое лучшее построение личной жизни. Да, наступят минуты расплаты, и горечь раскаяния зальёт

огненным потоком сердце, а в голове будет крутиться только одна мысль: зачем? зачем было всё это?! А если ещё и семья разрушится – это наказание пережить бывает и совсем непросто.

**Но судьи-то кто?**

Затрепетало одно сердечко навстречу другому. Заблестели бездонными морями глаза. Закрутился вихрь чувств, втянул в себя неистовой силой... Колыхнулось сердце приливом счастья. Захлопнулся разум со своими предупреждениями и прогнозами. Рвануло что-то изнутри... Ну хоть часочек счастья! Пусть ворованного, пусть «незаконного», но на этот час – моего!

О чём это мы?! Разве измены – это не аморально?!

А если чуть повернуть грань и спросить по-другому – возникнет ли даже мысль об измене, если в семье всё хорошо, и двое *любят* друг друга? Именно *любят*, а не живут *рядом*, воспитывая детей, в «положенное» время «отрабатывая» «супружеский долг», а то и просто ища повод для того, чтобы не делать этого как можно дольше. Этот стиль семейной жизни – не аморальный? Это семья построена на открытых и честных чувствах, или на лжи, лицемерии и обмане, в первую очередь себя?

Да, найти любовь, а потом и сохранить её на долгие годы – дело серьёзное. Здесь нужны недюжинные *сердечные способности*, и весь арсенал веры в себя и в другого. Ведь ревность – это не просто уродливая гримаса подозрительности, это, в первую очередь, демонстрация собственного безверия в себя как в того, кого *можно* любить. Не просто за что-то, а просто так. Просто любить. И когда этой веры *в себя* нет – возникает паника: меня могут бросить, найти другого/ю, лучше, достойнее меня... И начинается борьба за сохранение того, что разрушается собственными руками и мыслями. С одной стороны страшно потерять любимого/ю, с другой – делается, через скандалы и выискивания компрометирующих фактов всё, чтобы это произошло на самом деле. Есть ли честность в ревности? Нет. Подозревать другого – это уже унижение и себя и того, кого подозревают. А не верить в себя, в свои силы, в свою уникальность и неповторимость – это дважды унижение себя собой.

Сохранить семью, *настоящую* семью, можно только тогда, когда двумя свято хранится огонь любви и уважения друг к



другу. Тогда, и только тогда, эти двое проживают *свою* жизнь, и не возникает у них даже желания вмешаться в жизнь детей. Любовь и доверие к другому, уважение мнения и выбора другого – вот те показатели, по которым определяется счастливая семья. В ней просто верят друг другу, верят друг в друга, в ней каждый верит в себя, и если эта вера чуть поколеблется, каждый принесёт искорку своей веры в другого и поддержит мерцающий огонёк любимого, не давая сомнениям шанса его погасить. И нет здесь места лицемерию. И слыша сплетни и злорадные досужие вымыслы, проходят мимо такие люди, не желая мараться в чужую грязь. Однако, их замарать пытаются многие «доброжелатели». В микроскоп рассматриваются каждый шаг, каждое слово, каждый жест. Сами-то своё счастье давно, как морковку на тёрке, истёрли своими языками, вот теперь от безысходности и приходится хоть так «налаживать» свою жизнь. Помните? – если кто-то плохой, значит я автоматически – хороший. Кто-то – это фон, тёмный и неприглядный, и на этом фоне даже серая фигура может выглядеть ярко. Но Жизнь – это не игра *чужих* светотеней, Жизнь – это театр одного актёра, где сравнивать себя можно только с собой. Только в этом случае можно сказать – я живу *своей* жизнью. Но если нет желания быть режиссёром и постановщиком *собственной* судьбы, если не хватает таланта играть *свои* роли, если быть зрителем на *собственном* спектакле Жизни нудно, и раздражает примитивизм и шаблонность написанного *собственноручно* сценария – что ж... тогда понятно, почему занимают места в первых рядах *в чужом* Театре. Именно в первых рядах виден грим и порой измятость, а то и вовсе с дырочками, старенький костюм, заметно, как грубовато наложены парики, и слышны звуки от каждого вздоха. Критик – это тот, кто не может и не умеет сам, но знает *как надо* другому. Критик живёт чужой жизнью, он питается крохами со стола чужого таланта, и чем больше и ярче талант, тем яростнее и злобнее критика.

Мы говорили о ревности, которая разрушает семью. Мы говорили о том, что счастливые семьи хранят своё счастье вдали от чужих завистливых глаз, не вынося его на всеобщее обозрение, не делая из него предмет обсуждения и осуждения. Давайте сейчас попробуем рассмотреть такую мало

изменяющуюся, даже в наше время, формулу: бьёт – значит любит. Причём верят в неё не только взрослые тётки и дяди, но даже двадцатилетние девчушки, которые преданными собаками заглядывают в глаза своим вечно «выпившим» кавалерам, и рады уже от того, что на них вообще хоть кто-то обратил внимание. Собственно, в поставленной проблеме, уже кроется ответ. Кто полюбит, кто будет нуждаться в том, кто обращается с тобой, как с собакой? Только тот, кто считает себя, извините, собакой. Грубовато, согласны. Но хоть когда-то себе, не нам, правду сказать надо?

Сколько поломанных судеб, сколько слёз, унижений только от того, что нет уважения к себе, чувство собственного достоинства давно растворилось в неверии в себя, но есть вера в то: «кому ты будешь нужна?» Так говорят те, кто бесцеремонно и нагло использует чужую жизнь себе во благо, пользуясь ею как собственностью. Они как должное воспринимают то, что за ними ухаживают, им готовят, для них убирают, стирают, гладят, без них воспитывают детей. В это время, когда ответственность с себя снята кулаками и оскорблениями, можно «расслабиться», сходить в казино, в боулинг, просто «на пиво», погулять с «девочками»... Давно уже не осмеливается та, которая ждёт, задать вопрос: где был, почему так поздно, или вообще не пришёл домой? Зачем? Правды всё равно не услышишь, а ложь известна наизусть. Да и провоцируют подобные вопросы очередные скандалы, заканчивающиеся порой и физической расправой.

Но почему тогда терпят?! А здесь всё просто. «Хоть плохой, да мой!» Хоть пьяненький, да всё мужичонка в доме, пусть перегаром, но всё ж мужским пахнет. А так, бросишь, а тут его цап-царап, и другая «подберёт», такой «товар» почему-то всегда в цене, и борьба за него нешуточная разворачивается. А если прибьёт где – так ведь это «по делу». Раз бьёт – значит хочет, чтоб всё хорошо было, за семью переживает. Ведь не бьёт же просто так? Всегда причина находится. А причина ведь действительно есть – трудно пройти мимо собаки, заискивающей ползающей на брюхе, и удержаться от желания пнуть её ногой. Не обижайтесь любители собак, мы не против животных (и сами держали собак), мы против того, чтобы люди превращались в животных. Нельзя так обманывать себя, убеждая себя же в том,

что никому больше нужна не будешь. Во-первых, и мы подчёркиваем это в каждой книге, человек не вещь, которую можно потерять, о которой можно забыть, которая может быть нужна или нужна. А во-вторых, свою значимость человек определяет сам. И если он не нужен самому себе, если он боится взять ответственность за свою жизнь на себя, если он панически боится оторваться от условностей «быть как все», он так и останется «как все» - серой бесформенной массой, которую можно использовать как пластилин, лепя из неё всё, что взбредёт на пьяную или деморализованную голову. Что ж удивляться, если иногда подобный «пластилин» становится «грушей для битья» или «футбольным мячом»? Тем более, что можно же на утро и извиниться. И даже сбегать в аптеку за примочками от синяков. А вы говорите – не любит. Любит! Ещё как! Особенно если понимает, что вы можете сгоряча и на развод подать. А вот это уже в планы не входит. Теряется привычный комфорт, теряется «взаимопонимание», рушится привычный способ жизни.

Скажите – где здесь правда, а где ложь? А ложь – всё. Даже если муж ни разу руку не поднял. Обманом и лицемерием пропитаны все отношения. И дети, ваши чистые и невинные крохи, вынуждены жить и воспитываться в этой лжи, впитывая в себя этот яд, чтобы потом строить *такие же* отношения уже в своей жизни!

Кто пьёт и бьёт, неистово оскорбляет всех матом? Тот, кто не верит в себя. Тот, кто не нужен сам себе. Тот, кто никак не поймёт *ценность своей* жизни. А не ценя свою жизнь, не понимая, *не видя в ней смысла*, не чувствуя божественного замысла по отношению именно к своей жизни, невозможно ценить и уважать другую жизнь.

Кто терпит унижения и находит отдушину в сплетнях и мыльных сериалах? Тот, кто не верит в себя. Тот, кто никак не поймёт *ценность своей* жизни. А не ценя свою жизнь, не понимая, *не видя в ней смысла*, не чувствуя божественного замысла по отношению именно к своей жизни, невозможно ценить и уважать другую жизнь. Замкнутый круг. Порочный круг. Родовое проклятие. И вырваться из этой паутины можно только собственными усилиями, через собственный труд над собой, через переосознание своей цели жизни, своих стремлений

и устремлений. И должны они быть не «серыми». И должны они стрелой лететь *над* принципа «быть как все».

Как это понять? Как найти *к себе* честный подход? А просто перестать врать самому себе. И другим. Это невероятно сложная задача. Ведь паутина лжи плелась годами, её сначала укрепляли мама с папой, потом окружающий мир, подруги, друзья, просто знакомые. Ведь часто человек создаёт о себе мнение только через мнение других о нём. И страх «а что обо мне подумают» – один из самых опасных и ядовитых страхов. Порой самоотравление доходит до того, что если о человеке не говорят, если на него не обращают внимания – он чувствует, что его как и нет на этом свете. И тогда панически включаются «проверенные» средства: покупаются новые вещи, чтобы дать повод поговорить о них, приглашаются на вечеринки друзья, чтобы потом поговорить о ней, делаются подарки, чтобы через них помнили о дарителе... Видите? Человек напоминает о себе миру через внешние атрибуты. Он готов, чтобы его обсуждали, чтобы ему ставили оценки, чтобы они говорили пусть не всегда лестно, но всё же *о нём* (бьёт – значит любит!). Вот почему так живуча эта формула.

Заметьте, человек пытается проявить себя через внешнюю презентацию, а где же его внутренний мир? Увы. Этот мир заперт на ключ, а ключ в ларце, ларец тот в глубоком море, а море то за тридевять земель, и найти путь к нему может то, не знаю что... Сказки – это не просто рассказы – они истину глубинную в себе таят, психологию человеческую описывают... *То, не знаю что* – это непознанная и загнанная в рабское состояние Душа человека, его истинное человеческое достоинство, его самая лучшая и светлая часть. И пока не будет она поднята на высоты собственные, пока сознание не воспримет её как то, без чего невозможно не то чтобы мыслить, а даже жить – до тех пор и на найдётся путь ни к «морю», к собственным глубинам душевным, ни к ларцу, в котором ключ от собственного счастья хранится. Конечно, мы можем подсказать, что ходить за тридевять земель не надо, что Ключ находится в сердце, а сердце – это престол Души, но ведь и сердце собственное не каждый познавать хочет. Страшно. Страшно менять что-то в жизни. А вдруг и правда «я никому не нужна»? А вдруг и правда – другого не будет? И пока будут звучать подобные вопросы и пока будет замирать сердце от этих страхов – и не сомневайтесь: другого точно не будет, и

если не нужен сам себе, то другим – тем более. Смело оставайтесь на старых позициях, и терпите, веря – бьют, значит любят. Бьют – значит, хотя бы замечают, кого бьют. Хотя здесь можно и посомневаться.

Жить своей жизнью – целая наука. И у Жизни – много граней. Отблески чужого света создают иллюзию того, что именно так должен блеснуть и ваш Кристалл Судьбы, и что именно чужие грани, чужих кристаллов, являются истинными для вас. Вы всматриваетесь в себя, вы ищите в себе то, что видели у других, и не находя – пугаетесь! Начинается лихорадочный поиск масок, пусть карикатурных, пусть ужасных – лишь бы были похожи на те, которые есть у других. Так теряется *своё лицо*. Оно забывается. Оно стирается и искажается от масок. И почему-то никому не приходит в голову уточнить – а то, что взято для примера – *это* истинное? *это* настоящее? или тоже скопированное с кого-то? (!) Вот так и проходит жизнь под копирку. Под чужую копирку. А Жизнь разменивается *своя*.

И своя Душа томится в путях собственноручно сплетённой лжи.

## Глава 4. Измена: честный протест или...

В прошлой главе мы как бы оставили за кадром нравственную составляющую измен, обозначив проблему через два фактора:

- счастливой семье, которую скрепляет любовь, измены не страшны;
- счастливые минуты, когда вырвавшись «на волю», человек вдруг влюбляется, забывая всё на свете.

И мы не спроста употребили в двух противоположных случаях слово «счастливые». Потому что только ощущая счастье и прилив новых сил, человек ощущает радость жизни и хотя бы на немного чувствует себя честным по отношению к самому себе. Переполюющее счастье как бы накрывает, перекрывает собой «угрызения совести», «ответственность», унылость существования рядом (не вместе!) с тем, кто проштампован в паспорте.

Нет, мы сейчас не пытаемся оправдать измены и подлости по отношению к тому, кто доверчиво верит в семейную

стабильность. Мы просто рассматриваем поставленную проблему с максимального количества сторон, заведомо зная, что Жизнь – это многогранный кристалл, у которого всегда есть *противоположные* стороны, однако это не мешает ему быть целостным. Когда мы даём однозначную оценку тому или иному событию, мы *односторонне* видим и понимаем проблему. Мы находимся только *на одной* стороне, не учитывая всех остальных. И от этого как бы невольно обманываем себя, закрывая глаза на то, что существуют и другие точки зрения. Можно понимать этот обман, можно тупо стоять на своей и только на своей позиции – многогранность жизни от этого не изменится. Изменится, а правильное – исказится только ваше понимание проблемы, заузив ваше сознание до минимума. Представьте себе огромное пространство, покрытое мраком. Вы стоите где-то посередине и ничего не видите, не понимаете. Вдруг мощный луч прожектора узкой полосой освещает вам часть этого пространства. И тогда вы видите только этот участок, но всё остальное становится ещё более тёмным. Совершенно не подозревая, что может находиться даже совсем рядом, что не смог охватить луч, вы делаете выводы только о том, что видите. Если луч осветил вам грядку с капустой, вы сделаете ложный вывод о том, что всё пространство во тьме – это огромное капустное поле. Можно, конечно, допустить, что где-то может быть посажена морковка, но мысль о том, что совсем рядом может быть пропасть, огромное водное пространство, некие строения, лес, пустырь, кладбище, свалка, горы, да мало ли что ещё – вам просто не придёт в голову. Не видя ситуации в целостности, не зная её изнутри, не прочувствовав её с точки зрения *разных* сторон, делать однозначный вывод явно опрометчиво. Он никогда не будет соответствовать, даже близко, истине. Поэтому сплетни – это всегда только завистливые и злобные домыслы, сделанные, как правило, на основе *собственного* опыта и переживаний. Послушай сплетника, и узнаешь *о его* внутренних переживаниях. Сексуально озабоченные и неудовлетворённые мужьями женщины будут с неимоверной яростью смаковать чужую «любовь». Неудовлетворённые жёнами мужчины рассказывают о своих «подвигах». Неудовлетворённые своим статусом и общественным положением мужчины смакуют сплетни о

политиках и «богачах», с важным видом обсуждая их поведение и подавая «жаренные факты» под таким углом, как будто они «особо приближенные» к этим людям. Ложь, ложь, ложь – и она заполняет собой весь досуг, всё жизненное пространство огромного количества людей, которые не могут, не хотят быть честными *по отношению к себе*, а потому и не прощают другим даже малейшего отступления «от морали». Видя лишь малюсенький островок чужой жизни, иногда даже искусственно освещаемый, чтоб сохранить всё другое личное пространство, эти «правдолюбцы» и «моралисты» впиваются в него как вши, копошась и плодя новые домыслы с неимоверной быстротой.

Нет у них своей жизни! Не отзываются их сердца на Красоту и Радость. Не ведают их сердца о Любви. Скукожилось оно от страха потерять и то, что есть – унылую серость да видимость стабильности. Женились да замуж выходили тоже, чаще всего, не по любви большой, а потому что «залетели», потому что возраст поджимал, потому что перед подругами было стыдно, «а что я – хуже, что ли других?», не особо и выбор был, а может просто от родительского контроля сбежать хотелось. Да мало ли по каким причинам семьи создают. Хотя причина-то одна настоящая должна быть, самая честная и истинная – любовь. Когда зажигаются сердца, вспыхивают огромными кострами от соприкосновения друг с другом, и поддерживают этот огонь на многие-многие годы. Любовь – единственная правда жизни. Если сердца не стучат от встречи друг с другом, если ноги сами не несут домой, чтобы увидеть родные глаза, если язык распинаят и унижает, треплет самые интимные, самые сокровенные стороны жизни, оправдывая всё это стремлением сохранить отношения и испросить совета у «знающих» – это лицемерие. Обман. Себя – в первую очередь. Потому что тот, кто по-настоящему любит – свято хранит свою любовь. А ещё – доверяет своему горящему сердцу, которое само подскажет, как сберечь и сохранить свой огонь.

Банальный пример: служебная командировка. Он и она. И у него, и у неё – семьи. А может у кого-то уже и нет. Они много часов проводят *вместе*. Длинная дорога, где молчать уже долго просто не хочется. Да и по работе надо кое-что обсудить. Значит, есть *общая* тема.

Понимаете, где скрыт змей искушения? В словах «вместе» и



«общая». Ведь дома как? – утром разбежались на работу, чаще не выспавшиеся, с хмурным настроением, всё в спешке, кто-то раньше, кто-то сразу следом. Иногда муж подвозит на работу, но этого времени хватает лишь на то, чтобы уточнить бытовые вопросы: что купить, за что заплатить, куда успеть. На работе приходится думать о работе. Вечером – ей заниматься хозяйством, детьми, уроками, ему – хочется посмотреть телевизор, засесть за компьютер, или провести вечерок с друзьями... То есть *вместе* – не получается. И если честно – то уже и не хочется. А почему? Потому что уходят *общие* темы. А быт – это только повод для разъединения, а не объединения. И чем больше пропасть между двумя, тем чаще задаётся вопрос: куда тратятся деньги, кто и сколько работает, кто кого обслуживает и т.д. *Общее* разбивается на мелочи, которые *в общее* собрать уже вряд ли удастся.

А в командировке всё делается сообща. Целыми днями – вместе. И всё – общее. Даже семейные или личные проблемы обсуждаются с излишней откровенностью. И вот уже встречаются как-то по-особому глаза, сердце почему-то странно замирает, руки ищут друг друга, и хочется верить, что это – любовь, это – тот/та, кто понимает всё без слов, или тот/та, кто сохранит эту тайну в тайне. Вот она – отдушина от семейной рутины, вот оно – украдкой *ворованное* счастье. Стоп!! А разве счастье можно украсть? Особенно у себя? Тем более у кого-то? Оно что, имеет физические величины: вес, длину, объём? Тогда почему счастье от встречи с другим человеком называют ворованным? Как можно украсть то, что может вместить в себя только сам человек? Как можно украсть радость?

Вот сидит набундюченный человек, который всем недоволен, всех поносит скверными словами, ненавидя родину, детей, людей. А вот мимо идёт счастливый человек, которого переполняет радость. Разве может он поделиться нею с этим угрюмым человеком. И рад бы, да только кто примет? Ведь сердце забито мусором недовольства, зависти, злобы, раздражения, неприязню... Разве радости там место?

А может ли кто отнять радость, если она, как жизнеотворяющая субстанция заполняет всё естество человека? Если она, рассыпаясь радостными искрами из взгляда, самовосстанавливается в ещё больших размерах? Тогда почему

говорим о ворованном счастье? Украсть это чудо можно только у самого себя. Но нужно быть безумцем, чтобы сделать это. А когда ни красть, ни терять уже нечего, когда внутри есть только пустота, которую заполняют кто алкоголем, кто посиделками с подругами, кто изменами на стороне, кто казино или компьютерными стрелялками – то это и называть надо своими именами.

Вернёмся к пресловутым командировкам, или курортным романам, к отдыху в санаториях и подобным ситуациям. Разве «романы» «закручиваются» всегда? Правильно. Только тогда, когда двое готовы и настроены на них. Всё остальное – насилие, которое карается уголовным кодексом. А когда двое хотят «клубнички»? Когда внутри ПУСТОТА. Нечего хранить. Нечем рисковать. Даже если всё вылезет наружу, ну и что – извинюсь, поплачусь в жилетку, глядишь, всё и забудется. Первый раз, что ли? А пустота растёт. И заполнять её надо всё чаще, потому что разъедает она душу неудовлетворённостью, загоняет в депрессию, наводит на негативные мысли о себе, о своей никомуненужности, никчемности, ставит в тупик безнадёжности, где есть только один выход – работа. Вот и спешат все на работу. И не спешат с работы домой.

Причина подавляющего количества разводов и измен – ДУХОВНАЯ ПУСТОТА. Люди перестают ДУХОВНО чувствовать друг друга. Потому что ДУХОВНОСТЬ – это умение сопереживать, сочувствовать, умение становиться на позицию другого, а значит понимать его, принимать его, *восполнять* ему то, чего не хватает. Забота о другом, стремление доставить радость, приятно удивить, просто сказать «я тебя люблю», обнять, уловить, когда надо быстро и незаметно подстраховать в быту – да разве всё перечислишь?

Духовность строится на *взаимности*. Игра в одни ворота – это уже безнравственность. Получать от другого то, чего не желаешь давать сам – вот это воровство. И это надо называть своими именами. Духовность строится на КУЛЬТУРЕ. Без культуры общения, без культуры взаимоотношений, культуры быта, культуры речи и действий, причём культуры не наигранной и искусственной, а той, которая «в крови», которая естественна как дыхание, ни о какой духовности речь идти не будет. Потому что Матерью Духовности является Любовь. И

это Любовь учит Культуре, которая держится на Духовности. Только эта священная Триада называется Истиной. Только с позиций этой Триады можно давать оценки и познавать мир. Но давать оценки может тот, кто *вмещает в себе* эту Триаду. Тот, кто судит с Пустотой в сердце – пустой человек, и суждения его – пусты и лживы. И тогда поистине – не суди, да не судим будешь.

Измена – это действительно протест. Протест против лицемерия, установившегося в семье. Тысячи соблазнов встречаются нам на пути. Но выбираются только те, где есть Пустота. Повторимся – Духовная Пустота.

Измена – это вопиющая бездуховность того, кто выбирает её как путь ухода от внутренней пустоты. Но путь этот в никуда. Он бесконечен и ведёт к потере и того, что ещё теплилось как надежда на лучшее.

Измена – это суррогатная замена Любви, Счастья, Радости тем, что называют «любовью», а честнее и правильнее – сексом. Животным, звериным чувством, которое восполняет только потребности тела, но изгаживает потребности Души. Секс, как физиологическая потребность, никогда не удержит здоровье на высоком уровне. Обман и лицемерие, козлияная похотливость, извращённость потребностей, перенасыщение блудом – всё это ведёт к потере здоровья, потому что только при здоровом Духе здорово тело, но никак не наоборот! И кому сейчас не ведомо то, что практически все заболевания «от нервов», а правильнее – от бездуховности, от пренебрежения к самому святому – Психее-Душе.

Мы осветили вам проблему измен с разных сторон. Хотите остановиться только на одной, *удобной* для вас? Ваше право. Мы сделали свою работу – вскрыли ложь и обман. И как бы вы теперь не оправдывали и своё пристрастие к сплетням и оговорам, осуждениям ближнего своего, как бы вы теперь не оправдывали свою двойную жизнь – пусть мозг, а не сердце, но всё же будет напоминать – кого обманываешь? – себя? Что заполняешь грязью и нечистотами? – Духовную Пустоту. Остановись!! – кричит сердце. Ещё есть время всё переосмыслить! Ещё есть время честно прожить *свою* жизнь. Любви вам и Радости!

## Глава 5. Оставьте Прошлому хоронить прошлое

Начнём сразу с примера. Женщине за пятьдесят. Выглядит моложаво, видны попытки сохранить подтянутость, стиль одежды – ближе к молодёжному, чем к своему возрасту. Заметно нервничает. У неё проблемы с мужем, со здоровьем, с сыном, со свекровью, с подчинёнными, с собственной мамой... И каждая проблема уже расфасована по полочкам и промаркирована. Всему есть объяснение и во всём проведён анализ. Не зря же десятки тренингов прошла, модные книги по психологии читала. И чего не коснись, на всё готовый ответ есть. Даже сама практикует с другими «расстановки по Хелленгеру» и рискует проводить дыхательные сеансы по ребёфингу (без соответствующего образования и права этим заниматься!! Скажем сразу – не каждый врач рискнёт этим заниматься). В общем, это продвинутая современная дама, которая знает всё, обо всём, направо и налево раздаёт советы по сохранению семейных отношений (подчеркнём – без не просто специального образования, а вообще без образования!!). Но это выяснится только потом. А сейчас – трогательный рассказ о тяжёлом детстве. Руки дрожат не наигранно. Женщина не может скрыть волнения, потому что давно распустила свои нервы и слово «контроль за собой» уже давно не входит в её лексикон.

Но давайте её послушаем. Тем более, что рассказ идёт уже сразу с психоанализом, так что даже напрягаться не надо. Родилась наша героиня в семье, где мама вышла замуж за папу «из принципа», «по залёту». Папа долго сопротивлялся, но когда «прижали кодексом», решил выбрать путь наименьшего сопротивления: женился и продолжал ещё рьянее вести разгульный образ жизни, даже не скрывая этого от окружающих. Эдакий бунт против насилия над личностью. Мама, конечно, плакала, скандалила, кидалась драться, бросалась тяжёлыми предметами, но папа был непробиваем, а потому основная злоба срывалась на родившейся дочери. То, что она была нужна только для штампа в паспорте, было понятно и до её рождения, причём не только папе и маме, а всем вокруг. Но правда в данном случае никому не нужна, а потому дочь получала сполна «за своего папочку», которого, кстати, любила чуть больше, чем маму. Мать

часто была и требовала от ребёнка того, чего не хотела делать сама: вымытой посуды, вымытых полов, выметенных половиков без единой крошки, идеального порядка на кухне и в комнатах, начищенной картошки до её прихода с работы, идеально натёртой мебели, чтоб ни одной пылинки... Если что не так – побои с матом, угрозами, оскорблениями.

Всё своё детство ребёнок провёл по детсадам, там же и ночуя. Бабушки, обе, сразу отказались нести на себе чужой «грех», мама никогда не отказывалась от командировок, чтоб был повод держать ребёнка в круглосуточных группах, в общем, ребёнок был никому не нужен, а если нужен, то как рабочая сила, и не более того.

В садике девочку не любили. Ни дети, ни воспитатели. В школе тоже. Училась она плохонько, а тут ещё брат младший родился, рождением которого мама хотела «скрепить» семью (?!). Естественно, что сын ей нужен был для того же, для чего и дочь, а потому все заботы о малыше легли на плечи девочки. Мама продолжала неделями зависать в командировках, папа гулять и не ночевать дома.

Девочка тянулась к «элитному» обществу. Ей хотелось попасть в круг тех, кто был благополучен, у кого были «крутые» родители, кто мог позволить себе многое из того, о чём только мечталось нашей героине. Потому что жила она в семье, где всегда «не было денег», особенно на еду и одежду для детей. Естественно, что «элитные» её отвергали. И также естественно, что она превратилась в ту, над которой издеваются и стараются пнуть как можно больнее. Но школа осталась позади, мама с трудом оформила дочь в ПТУ, которое окончилось с таким же трудом. На этом образовательный уровень прекратился, начались рабочие будни. Встретился парень, который не очень нравился, но приносил вкусные конфеты. Нравился совершенно другой. Но этот предложил выйти за него замуж, и согласие было тут же получено. Тем более уже ожидался ребёнок.

Если вы заметили – девочка полностью повторила путь мамы. Вышла замуж «по залёту», за нелюбимого, самая первая из одноклассниц (гордость переполняла до краёв). Наконец-то хоть кто-то, хоть в чём-то завидовал и ей! То, что муж тут же начал ходить «налево», верить не хотелось. Свекровь сразу превратилась в ненавистное существо, которое везде «совало

свой нос». Ну, например, постоянно стирала мама мужа вещи детские, ухаживала за малышом, готовила на всех, убирала за всеми... Но... Стирала плохо, убирала плохо, готовила плохо... Всё было плохо нашей героине, ничем ей не угодишь! Ещё б чуть-чуть, и избивала б она свою свекровь в кровь, как когда-то, за то что не угождала матери, была её собственная мать. Да и болеть начала как-то вдруг наша дама. Её мама когда-то в командировки ездила, а она теперь в больницах месяцами лежала. Понимали врачи, что симуляция, понимали, что истерические припадки должны лечиться в психиатрии, но жалели молодую дивчину, и делали вид, что верят в её болячки. Так и рос её сыночек придорожной травой, и была у него только одна настоящая мама – бабушка, мама его папы. Та самая ненавистная, и никогда ни в чём не угождающая свекровь.

С мужем были постоянные скандалы. Не любя, разве можно жить в мире?!

Наступили «великие перемены», «перестройка» в стране. Быстро сориентировался муж. Открыл кооператив. Денежка появилась, в кармане зашелестела. Казалось бы – живи и радуйся тому, о чём мечталось. Уже и те одноклассницы, которые с презрением относились в школе, стали заискивающе проситься на работу, вот где отыгралось бы самолюбие! Но ведь нет! Не хватает всё равно чего-то. Ругань и кидания на мужа усиливаются (вспомните, как вела себя её мать), отношение к подчинённым и окружающим людям – презрительное (и разве это удивительно?), вечное недовольство всем и всеми, агрессия и бесконтрольность, подпитанные вседозволенностью (власть денег), доводят психику до иступления. Организм расшатан, разбалансирован. И вот в таком состоянии эта женщина «лечит» других, в таком состоянии она управляет коллективом наёмных работников, в таком состоянии она приходит к нам.

Но если «лечишь» и «помогаешь» другим, почему не поможешь себе?! Если на всё есть ответ, если всему даны оценки, что хочешь услышать ещё?! Ведь диагноз этой женщины был понятен практически с первых предложений, с её внешнего вида, с её манеры поведения, да мало ли ещё с каких мелочей, которые замечает наметанный глаз.

Если вы внимательно читали и осознали прошлую главу, то теперь и сами можете сказать, какая самая главная проблема у

этой женщины. Правильно – внутренняя пустота. Духовная пустота, сердечная пропасть... И самый главный враг её – не мать, не свекровь, не муж с сыном, а саможаление. Постоянное возвращение в Прошлое, где обижали, унижали, презирали. Оставляем за кадром такой важный фактор как то, а почему, собственно, обижали и за что унижали и презирали. Прошное было. Его нельзя переделать и заново прожить. Но к нему *можно и нужно* изменить своё отношение. В конце концов, наша психика имеет уникальные механизмы защиты, и память легко подыграет любому желанию думать о себе лучше и достойнее. Тогда что мешает? *Честная* память? Которая не хочет забыть ни грамма *правды*? Ой ли? Так таки уж и честная, так таки уж и правду? А может «тяжёлым наследием детства» прикрывается собственное бездушие к сыну, к мужу, к матери? Может за «сермяжной правдой» стоит неукротимое желание всех подчинить своему контролю, заставить всех жить под себя, требуя беспрекословного выполнения любой прихоти? Эдакий божок местного значения, которому все должны отбивать пуджу (поклоны, с прикасанием лба к полу) и приносить жертвоприношения.

Этот «божок» безбожно всех насилует в извращённо-агрессивной форме, но при этом сам же кричит «Караул!» и раздирает себе грудь ногтями, чтоб никто не сомневался в претерпеваемых мучениях. Но ведь и это не всё. Идёт постоянная «работа» с чакрами. Причём с самыми духовными!! (??) На ветер бросаются такие философские истины, что приходится только удивлённо моргать глазами, слыша, как извращаются поистине духовные формулы. Ложь! Сплошная ложь! И маски. Много масок на одном лице, забывшем свои естественные очертания. Душа давно превратилась в чёрную дыру, которая может только поглощать, но не отдавать. Причём поглощать без меры и благодарности, как должное.

Трудно поверить, что подобное бездушие может быть спровоцировано даже тяжёлым детством. Тысячи людей воспитывались и не в таких условиях, недоедали, ходили в старенькой одежде, и оставались *людьми*. Они строили свои семьи, и старались всеми силами дать детям то, чего не имели сами. Хорошо это или плохо – не скажет никто. Там, где на первом месте стоит любовь – это *всегда* хорошо. Если только



любовь не перепутать с откупом, когда вместо родительской заботы и внимания покупаются вещи, игрушки и приветствуется вседозволенность.

Тогда что произошло с нашей героиней? На каком этапе? То, что в детстве, сомневаться не стоит. Но что стало отправной точкой? – зависть. Да-да. Нет ничего страшнее зависти, и это от неё, от её плесени и гнили погибает душа и черствеет сердце. Зависть заставляет ненавидеть всё, что не принадлежит мне. Зависть провоцирует на ложь и увёртки. Зависть подсказывает, какие маски нужнее сейчас, а какие уже нужно приготовить на завтра. Зависть формирует манеры и отношение к людям. Вот этим – поклонись, перед этими - проползи на брюхе, а вот мимо этих пройди с презрением, ещё подумают, что они ровня.

Высокомерие, чванство, тщеславие, гордыня, разнузданность, ненависть и презрение к тем, кто «ниже» - вот что возрастает из семян зависти. Вот что можно посеять на почве невежественности, бескультурия, бездуховности. И не в детстве здесь дело. А в самом человеке. Да, мать и отец формируют многие черты характера. Они закладывают *основные* модели поведения. Но наступает момент, когда каждый из нас может сказать – я уже не ребёнок, я – самостоятельный человек. Слово «самостоятельный» состоит из двух слов: сам стою, сам стою на своих ногах, сам иду своими ногами по жизни, сам выбираю направление, сам ставлю задачи и цели, сам к ним устремляюсь и достигаю, ставя новые цели, достигая новых вершин. И где здесь влияние детства? Где здесь ощущение детской несостоятельности? Да, могут оставаться горькие воспоминания и нерадостные события. Но то было когда, а сейчас я – вон уже где. Заметили? Прошрое было. Но жить надо настоящим, формируя будущее. И не сравнивать себя ни с кем, кроме как с самим собой. Да и то, с настоящим, а не прошлым.

Мало ли, что в детстве капало из носа, а кто-то смеялся. Может, и до туалета кто не добежал, так что теперь – всю жизнь от страха трястись, что кто-то об этом напомним? А если и напомним, так что? Что тогда? Разве что улыбнуться, пожать плечами, и продолжать жить дальше, потому что в кармане уже давно наглаженные носовые платочки, а контроль над естественными функциями приобрёлся с физиологическим завершением строения организма. К тому же человек меняется

каждую минуту, не говоря уже о семилетиях. И разве можно сказать на взрослого человека, что он такой же, как много лет назад? Разве могучий дуб, раскинувший свои ветви кто-то назовёт жёлудем, из которого он появился?

Бездушие и бездуховность, в какие бы наряды их не рядить, какими бы «философиями» не прикрывать, сколько бы «чакр» не открывать, так и останется бездушием и бездуховностью. Упоение властью, которую дают деньги или социальное положение, не принесёт желанного освобождения от себя же. Всегда будут находиться причины оставаться недовольным, всегда будут найдены виновники «тяжкой жизни», а внутренняя пустота будет поглощать последние жизненные и психические силы. Болезни обрушатся лавиной. Они – спутники бездуховности. Они – друзья зависти и злобы, неприязни и раздражения, жадности и алчности...

Как помочь этой женщине? Трудно сказать. Ведь всё зависит только от неё самой. Она нашла виновных в своей несчастливой судьбе. Разве сможет она так легко отказаться от обвинений *кого-то* в *собственных* неудачах, в несложившейся судьбе? Ведь тогда придётся брать ответственность за всё прожитое *на себя*. А это уже – духовный подвиг. И готов на него не каждый. Тогда надо будет делать и следующий шаг: честно признаваться себе в том, что никогда никого не любила сама, хотя требовала, чтоб любили её; что никогда ни с кем не хотела делиться сама, хотя ожидала и требовала это от других; что никогда не уважала свою свекровь и мужа, хотя требовала от них уважения к себе... Да мало ли в чём придётся признаваться себе. Так не проще ли всё снова и снова валить на «детство» и свекровь, а себя только жалеть, заставляя делать это же и других.

Вот такой анализ. И «Лазарев» со своей «кармой» здесь просто отдыхает. Так же как и «трансёрфинг» и ребе́финг, и холотропное дыхание, и расстановки по Хелленгеру... Не помогут здесь никакие «кармы», «чакры», «дыхания», «расстановки», техники, телесные терапии... Пока молчит сердце, пока молчит Душа-Психея – психология отдыхает со всеми её новомодными наворотами. Без пробуждённой Души не прозреет сознание, не встрепенётся сердце, не заискрятся глаза радостью и любовью.

Если никого не любишь – не жди любви в ответ. Если смотришь на мир жадным завистливым зверем – не удивляйся,

что такие же звери будут встречаться на пути. Подобное притягивает подобное. Любовь становится магнитом для ответной любви, ненависть и зависть притягивает к себе злобу и алчность других. Что сеешь, то и жнёшь. Другого в этом мире не будет. И на вербе груши не уродают.

Кстати, о том, чьи советы слушаете. Присмотритесь внимательнее к советчику. Сапожник без сапог – плохая примета. Да и советы чаще всего даются по опыту и уровню сознания *советчика*, по его духовной наполненности. Так что не спешите искать ответы на собственные вопросы у кого-то – спросите и прислушайтесь к тому, что скажет вам собственное сердце. Оно – единственный Мудрец, который знает, что нужно именно вам. И никогда вас не предаст. Если, конечно, вы сначала напите его любовью. Без этой божественной пищи оно никогда не заговорит. Любите! И Любовь войдёт в ваш дом. Становитесь добрым магнитом, и добро заполнит ваши кладовые сознания. Пустота превратится в наполненную Чашу. А в Чаше вы найдёте новую, счастливую судьбу. И может быть уже сейчас вы поймёте: любить – выгодно, быть добрым – выгодно, радоваться жизни – выгодно, верить в себя и брать ответственность *за* себя *на* себя – выгодно трижды. И дай вам Бог таких выгод побольше!

## Глава 6. Свободу эмоциям!

Эмоции субъективны. И это именно благодаря эмоциям, мы воспринимаем мир через призму своего сознания, преломляя через свой опыт. Эмоция отражает *только моё* восприятие ситуации, а не сам факт того, что произошло *на самом* деле. Однако эмоции никогда не обманывают, и именно они отражают действительность того, что происходит в *нашем* внутреннем мире.

Конечно, мы говорим только об искренних, большей частью даже спонтанных или подавляемых волей, эмоциях, а не о тех наигранных эмоциях, которые иногда приходится демонстрировать потому, что так требуют обстоятельства. Например, на свадьбе принято улыбаться, говорить только приятные слова и выражать только самые позитивные эмоции.

Что на самом деле чувствуют поздравляющие – никого не интересует в данный момент: главное, чтобы свадьба прошла под весёлые возгласы и пожелания, даже если веселье искусственно подогревается спиртным. Можно вспомнить, как часто приходится подавлять свои настоящие эмоции и демонстрировать ложные при встрече с лицом, от которого как-то зависишь. Страх, что тебя «вычислят», заставляет вести себя так, чтобы «поверили», а для этого надо немало потрудиться над тем, чтобы поломать себя, уверить себя в том, что «так надо», «так положено», «так принято». Кем положено, кем принято – уже неважно, главное, угодить, не прогадать с эмоцией.

Часто, на первых порах совместной жизни, влюблённые тоже пытаются исказить свои истинные эмоции, особенно тогда, когда надо скрыть недовольство и проявить себя с лучшей стороны. Подобные обманные манёвры никогда не заканчиваются добром, рано или поздно терпение «лопается», а правильное – подавляемые эмоции всё равно берут верх, и тогда из-за мелочи может вспыхнуть неожиданно бурная ссора, где каждый будет удивляться тому, почему так вышло. Причина может быть пустяковой, но накопленные эмоции уже перехлёстывали через край, поэтому последней каплей в чаше терпения чаще всего именно пустяк становится детонатором для выяснения отношений. Чего только не узнают двое о себе самих! И вот тут, как никогда, именно в такие моменты, эмоции никогда не бывают ложными, тем более наигранными. Извиняйся не извиняйся потом, убеждая себя и других в том, что всё было сказано «сгоряча» - а эмоции, повторимся, *честные* эмоции нашли выход и пролились наружу. Когда человек теряет контроль над эмоциями? Тогда, когда начинает нервничать, тогда, когда ситуация выходит из-под контроля.

Чем более нервная и неприятная ситуация, тем больше сужается сознание, направляясь только на конкретное обстоятельство. Мир сужается до размеров обиды или горя, и тогда есть только два варианта выхода из этой ситуации: в первом случае человек концентрируется на испытываемой эмоции и тогда, как *защита* его личности, *накапливаемые* эмоции данного плана начинают «накрывать» его, и заставляют нападать на обидчика. То есть проявляется раннее скрытая эмоциональная агрессия, защитная реакция в виде нападения и

в этом момент обидчику высказывается всё, что про него думалось уже не один день подряд. После этого ненадолго становится легче, потому что груз носимых долгое время и *подавляемых* эмоций действительно очень тяжёл. Однако, потом, если честность и откровенность не в чести, наползает страх: а что мне за это будет? Именно этот страх очень часто заставляет очень большое количество людей реагировать по второму варианту: ещё глубже загонять свои подавляемые, но достаточно объективные, а значит, честные эмоции вглубь себя, а внешне демонстрировать либо безразличие, либо слёзы, либо презрение, либо то, что лучше всего получается.

Однако зауженное видение проблемы – не лучший советчик в том, чтобы максимально объёмнее понять суть происходящего. Истошно кричать, плакать навзрыд, жаловаться всем подряд на несправедливость или с презрением проходить мимо – это не выход, вернее не настоящий выход из сложившегося положения.

Всегда нужно дать время для того, чтобы эмоции «осели», «выпали в осадок». Можно сказать и по-другому: просто успокоиться для того, чтобы иметь возможность абстрагироваться от проблемы и посмотреть на неё как бы со стороны. Это очень сложная задача, потому что обиды, порой, не замолкают годами, накапливаясь как снежный ком. И всё же: ***концентрировать внимание надо не на обиде, а на эмоциях.*** Почувствуйте разницу. Обида вызвана чьим-то действием. Эмоция – это *ваша* реакция на действие, а не само действие. Вот эту реакцию и надо проанализировать, доверяя своим *первым* эмоциям.

Что вызывает обиду? – стыд и страх. Стыд казнит самолюбие, заливает огнём понимания своей никчемности и несостоятельности в этой жизни. Стыдно, когда кто-то узнает о тщательно скрываемых, порой даже от самого себя, трусости, подлости, жадности, зависти, алчности, или каких-либо пороках. Страх услышать правду о себе заставляет находить подобные же недостатки и негативы у других, он же подталкивает и обучает игнорировать чужое мнение, которое может быть опасным для вскрытия нравственных изъянов.

*Нравственность*, как духовная составляющая личности, напрямую зависит от эмоций. *Какие* эмоции испытываем, *таким* нравственным и духовным багажом владеем на самом деле. Ведь

жадность, предательство, подозрительность, чванство, трусость, несдержанность, угодливость, нетерпимость, грубость, агрессивность, высокомерие, зависть, лживость... - всё это не просто черты характера, тщательно скрываемые от других, это ещё и эмоции, на которых существуют, базируются эти качества.

Эмоция – это психическая *сила*, психическая *энергия*, которая проявляется в виде реакции на происходящее. Сама по себе сила или энергия, находящаяся в вас, нейтральна. И только когда вы субъективно начинаете воспринимать мир, эта сила окрашивается определённым видом эмоции, у которой теперь уже может быть положительный или отрицательный заряд. Чем чаще вы пользуетесь одним и тем же набором эмоций, тем крепче они закрепляются в вашем поведении, а значит, в характере. Закрепившись, эмоции начинают использовать ваши жизненные и психические силы на то, чтобы проявлять себя. Они становятся как бы некой энергетической сущностью, которую вы сначала породили, а теперь обязаны подкармливать, реагируя на внешние и внутренние проявления жизни *закреплёнными* реакциями-эмоциями. Чем чаще стереотипно реагируете, тем жёстче становится эмоциональная программа, зацепляясь, впиваясь намертво в вашу психику. Гибкость, возможность отреагировать как-то по-другому, исчезает с нарастанием *закреплённых* реакций, возникает заколдованный круг. И хотел бы человек что-то изменить, а уже не может. И теперь не он управляет эмоциями, а они им.

Чтобы избавиться от подобного рабства и зависимости, необходимо для начала хотя бы определить, а зачем вам это надо? Потому что то, что накапливалось годами в виде поведенческих паттернов (схем), не всегда плохо, и не всегда требует кардинальных перемен. Более того, ломать в себе вообще ничего не нужно, достаточно просто осознать то, что пора учиться по-другому воспринимать мир и окружающих, пора по-другому начать относиться к себе. Одно только это честное, прочувствованное сердцем, а не умом осознание, подтолкнёт к тому, чтобы пересмотреть набор своих реакций. Повторимся – ломать себя, а тем более уничтожать старое ни в коем случае нельзя! Старое – это *уникальный опыт*, который помогал вам адаптироваться, и кто знает, когда он пригодится снова. Но к старому надо прибавлять новое, то, что хотелось

бы уже иметь в себе, чтобы что-то изменить.

Вначале выстраивается некий идеал нового поведения, выбираются определённые эмоции, которые, как семена, закладываются в сознание. Например, повышенная раздражительность может быть заменена на спокойствие, злобливость, неприязнь – на доброжелательность и приветливость. Подчёркиваем – в идеале! В жизни это *сразу* сделать или поменять практически невозможно. Можно лицемерно продемонстрировать на какое-то время добрые намерения, но не более того. Мы же говорим о честном отношении к себе. А потому так же честно предупреждаем – вначале закладывается *мысль* о смене поведения, моделируется идеальная схема того, *как хотелось бы*, и только потом, на практике, в жизни, постепенно всё это внедряется в сознательную реакцию.

Даже самые благие намерения, продуманные много-много часов, терпят крушение при самых незначительных испытаниях. Это не страшно. Важно, что вы *уже* даёте оценку тому, что вам не нравится в себе. Проанализировали? Разобрались, где не выдержали? Тогда готовьтесь – жизнь уже в ближайшее время даст вам новую возможность проявить себя по-новому. Снова не получилось? И ещё раз? Да так и должно быть. То, что накапливалось годами, не так просто заменить. К тому же вы не забыли? Не надо ничего разрушать, надо строить новое. И что же удивительного в том, что вначале, через мысли, намерения и анализ закладывается *невидимый* фундамент? Стены тоже нарастают не в один день. Наступит момент, когда вы и не заметите, как среагируете так, как мечталось когда-то. И когда это станет нормой, вы уже будете владеть несколькими схемами поведения, причём старые, окультурившись новыми, преобразовавшись под воздействием новых мыслей, станут намного благороднее и привлекательнее.

Вот так постепенно мы подошли к выводу того, что эмоциями можно и нужно управлять, а не распускать их, как диких необузданных зверей, которые быстро возьмут власть в свои руки. Сейчас очень распространено ложное утверждение о том, что нужно проявлять без стеснения свои эмоции, и быть самим собой. Однако проявлять несдерживаемые эмоции и быть самим собой, это, мягко скажем, не совсем тождественные вещи. К



тому же не обходимо правильно понять, какие эмоции действительно не нужно сдерживать, при этом контролируя их, а какие проявляются даже не спрашивая у вас разрешения. Уловили? Когда *вы* контролируете свои эмоции, вы и остаётесь сами собой. Но вот когда эмоции управляют вами, вы не сможете утверждать, и даже не захотите, что вот это агрессивное, истерично-припадочное, нервно-слезливое, хвастливое или трусливое существо – и есть вы без прикрас. Вот здесь-то как раз и не стоит так оскорблять своё естество, а есть смысл вспомнить о своём человеческом достоинстве и самоуважении как минимум. Потому что есть эмоции низшие и есть высшие. Часто высшие эмоции называют высшими чувствами, а некий комплекс эмоций просто чувствами. Чувство всегда неопределённо и мало выразимо словами. И когда начинается анализ чувства, то его как бы раскладывают на эмоции, на то, из чего оно сложилось. Поэтому Любовь – это до сих пор невыраженное в полной мере чувство. Каждый вкладывает в это чувство свой набор эмоций, а значит и любовь у каждого своя. То же самое можно сказать и о чувстве Радости, но не той, примитивной, которую называют «телячьей», и не той, когда человек радуется тому, что сумел обмануть кого-то, обворовать, подставить, а той, которая распирает сердце от прочувствованной Красоты, от прикосновения к чему-то прекрасному и доброму...

И смотрите, что у нас получается: ничего не убиваем, ничто не разрушаем, но созидаем, творим в себе что-то новое, используя как строительный материал, старое. Вы никогда не задумывались над тем, почему тысячелетиями человечество культивировало в себе, через суровейшие законы и наказания, принципы *человечности*? Почему ложь и воровство, убийства и предательства, измены и блуд, жестокость и насилие всегда, в любой культуре, даже древнейших времён, считались неприемлемыми для обществ, почему с такой непримиримостью относились к человеческим порокам и хранили чистоту нравов даже тогда, когда церковь сама подавала пример и поощряла именно за эти качества? Достаточно вспомнить времена Игнатия Лойолы, времена иезуитства, когда ложь и клевета поощрялись, а донос на своих родных, убийство отца и матери, если они отказывались «сотрудничать» с церковью или сами клеветать,

поощрялись. Даже убийство короля разрешалось, если он «не так» высказывался о церкви. А разврат, царивший в «высших эшелонах» власти, от которых не отставали и «святые отцы»? Тогда почему народ (любой народ) так держался за Высшее, за *истинно* Высшее – Веру в Добро, Справедливость, Правду, веру в то, что при любых обстоятельствах надо оставаться *человеком*? Наверное, потому, что находясь в рабстве и подчинении у негодаев, не хотел, не мог опуститься народ на их уровень. Наверное, потому, что видя всю эту грязь, не хотел в ней мараться.

Да, народ – понятие абстрактное, но Народ – это Коллективное Сознание. И память Народа, его Коллективная Память хранит как Драгоценный Кристалл, как Чашу Грааля те Заповеди, те Духовные Сокровища, которые приносились в разные времена Подвижниками Духа.

Если мы вернёмся к эмоциям и вспомним, что они делятся на низшие и высшие, то станет понятным: низшие эмоции возвращают человека в животное состояние, высшие помогают ему стать Человеком. Но, в который раз повторим, без контроля над своей низшей природой, над своими примитивными низшими эмоциями, перейти на ступень высшего невозможно. Вначале надо окультурить, «одомашнить» своё низшее, загнать его не просто за решётку, держа в чёрном теле, а именно окультурить, от слова «культура». Культура – это, в буквальном переводе, если вы помните культ, почитание У – Блестящего, Ра - Духовного Света. Так вот своё низшее надо осветить Светом Духа, А Свет это хранится, в потенциале, в Душе. А Душа восседает на престоле Сердца, а Сердце отзывается только на высшие проявления сознания. Вот такая схема, где нет побеждённых, но в выигрыше все. Если свои низшие побуждения и стремления постоянно давить, загонять в тёмные углы подсознания, ничего кроме бунта не получится. Достаточно будет хотя бы на немного снизить контроль (алкоголь, стресс, неожиданная ситуация, болезнь), и всё загнанное дикими стаями прорвётся наружу, снова взяв власть над сознанием. Вот почему, кстати, люди старшего возраста, пожилые люди становятся порой невыносимыми и сварливыми, агрессивными и подозрительными, жадными и жестокими. Они уже, в силу возраста и болезней, не имеют больше той силы, при помощи

которой *прятали* свои истинные эмоции и желания. Старость и болезнь, как лакмусовая бумажка, проявляют истинность человеческой природы. Те, кто были доброжелательными и отзывчивыми по зову своего сердца, такими же остаются и в любых испытаниях, ну, а те, кто умело лицемерил, «выживая», проявляют «нутро» во всей своей неприглядности.

Низшее должно служить Высшему. Но служить добровольно, даже не замечая этого. Чтобы понять это утверждение, достаточно просто вспомнить о том, что собака – это одомашненное животное. В диком состоянии оно может быть агрессивным и даже убить, но если ту же собаку приручить, создать ей благоприятные возможности, она будет приносить в зубах тапочки, *не теряя* агрессии против врагов хозяина. Это надо чётко осознать: дикая, необузданная природа ставится под контроль человека и честно служит в добрых целях: охраняет и защищает. Если вспомнить, что человек, это всё-таки человек, а не собака, то логично допустить, что свою дикую природу он должен брать под собственный контроль. Когда мальчик плачет, ему говорят: не плач, держись, ты же мужчина! Когда девочка ведёт себя агрессивно или слишком несдержанно, ей напоминают: веди себя прилично, ты же девочка! Зачем говорят такие фразы? Что, это обучение лицемерию? Как раз таки нет – это обучение тому, как брать под контроль свои эмоции и управлять ими. Не надо иметь слишком много воли, чтобы расплакаться от обиды или боли при всех, или показать язык, не сдерживая своей неприязни. Но достаточно просто представить себе, а что будет в будущем с этим мальчиком-плаксою или с этой дерзкой, невоспитанной девочкой, как сразу становится понятным – эмоции нужно учить контролировать с детства. Их нужно не просто приучать контролировать, но ещё и окультуривать, объясняя, почему нужно вести себя так, а не иначе. Однако любое воспитание заключается не в словах, даже очень правильных и красивых, и не в заморализированных нотациях – дети считывают правила поведения, умение контролировать и проявлять свои эмоции с поведения самих взрослых. Ребёнок, который видит, как орёт его мама или папа по случаю или без, как стучит кулаком по столу родитель, а то и вовсе ломает-крушит предметы только потому, что «он так сказал!», никогда не поймёт, чего от него хотят воспитатели или

учителя, или почему ругают его за агрессивное и хамское поведение. Он просто копирует поведение, которое демонстрирует ему семья, и он честно не понимает, как можно поступать иначе. Если папа убеждает: не дают машинку, дай по голове, толкани и заberi, а без этого, сынок, по жизни никак, - то ребёнок воспринимает эту программу как стимул к действию, и раз ощутив власть силы, уже навряд ли захочет от неё отказаться. Слабый ребёнок предпочтёт адаптироваться к сильному через подчинение и «подлизывание». Но ведь эту схему он тоже получил от своих родителей! Агрессивный папа всегда убеждает сына: не дрейфь, если кто тебя обидит, ты только мне скажи...! И ребёнок вдвойне, втройне ощущает власть силы. А если папа при этом ещё колотит и маму, то в словах папы даже сомневаться не приходится – этот точно придёт и «даст». «Слабак» такой поддержки не чувствует. И в семье ему чаще всего говорят: борись за себя сам. А как? Он и так боится малолетнего хама, ему и так уже доставалось не мало, а тут ещё ни маминой, ни папиной поддержки – сам! И вот в таких ситуациях, вместо нормального развития эмоций, начинает закладываться схема лицемерия. Здесь уже не просто надо контролировать эмоции, надо ещё и изображать те, которые хотят видеть, которые выгодны в данный момент.

Да, много тонкостей. И разделить одно от другого ох как не просто, но ведь и воспитание детей никто не назовёт лёгкой работой. К тому начинать с себя тоже никогда не поздно.

Низшие эмоции, которые управляют человеком, даже если он упивается той мнимой властью, которую они дают *на время*, пока не пресечёт уголовный кодекс или общество, делают из человека двуногого животного, опуская его всё ниже по шкале *человечности*. Даже высокопоставленный негодяй никогда не будет пользоваться искренним уважением окружающих, и как только «погоны» спадут, вот тут-то он и почувствует: кто он, где его настоящее место и что о нём думают на самом деле.

Высшие эмоции встраиваются в психику *через труд над собой*. Их также всенепременно надо культивировать с детства: брать чужое – нехорошо, делать другому больно – подло, отвечать бабушке грубо – некрасиво, это обижает её, а она тебя любит и заботится о тебе. Но именно, и мы подчёркиваем это в который раз, высшие эмоции должны быть *встроены* в сознание человека

и применяться им в жизни каждого дня как чем-то само собой разумеющимся, а не лицемерно демонстрироваться «на людях». Как не замечаем мы собственных вдохов и выдохов, также и высшие проявления психики должны исходить из сердца «на автомате». Только тогда они будут честными. Только тогда не будет внутренних конфликтов и неврозов. Только тогда низшая природа будет служить верным стражем высшей.

Чтобы до конца понять и разобраться, насколько важно для каждого из нас *очеловечить* собственные эмоции, причём как можно быстрее и эффективнее, приведём пример, произошедший в августе 2005 года в Новом Орлеане (США), и получивший название Ново-Орлеанский синдром (материал взят из брошюры «Счастье и здоровье человека», научно-популярное издание, серия «Духовное совершенствование», выпущенной Институтом Культуры ДонНТУ, С.23 - 26).

«Американский Голливуд неоднократно тешил воображение зрителей красочными фильмами, в которых гибли города и нации. Но природа, похоже, превзошла самые смелые фантазии голливудских режиссёров. Самое ужасное – это поведение самих жителей. Как только электроснабжение было нарушено, а соответственно, отключена и сигнализация, сотни мародеров ринулись в магазины и в покинутые квартиры расхищать оставленное имущество. Судя по упитанным фигурам грабителей, назвать их голодающими не поворачивается язык.

Как сообщают официальные источники, психика спасателей, работающих в зоне бедствия, не выдерживала того, что им приходилось видеть. Среди полицейских и пожарных начались частые самоубийства.

Что же такого должен увидеть глаз человека, чтобы помутился рассудок, – неужели картины ада? Похоже, спасатели действительно узрели ад наяву.

Однако не разгул стихии вызвал шок у полицейских, не вид разрушенных зданий, а прежде всего повсеместные проявления кровавого садизма. Любители живождёрничать насилуют женщин, детей и даже мужчин, издеваются, перерезают им горло, в буквальном смысле, потрошат их у всех на виду. Массовость подобных проявлений не находит разумного объяснения – ни с позиций чисто человеческих, ни с позиций психиатрии.

Власти США отдали распоряжение вести отстрел мародеров и садистов, но более двухсот полицейских из 1.500 дезертировали, а многие просто отказываются выполнять приказ властей.

Ураган в Новом Орлеане обнажил перед всем миром то, что в действительности представляет собой хвалёное американское общество. Собственно американского общества в привычном для русского человека понимании нет, есть своего рода красивая коробка, на которой написано золотыми буквами: «Свободное общество США – экспортный брэнд». В эту коробку стараниями ... американских властей и судебно-правовой системы набито нечто полужидкое и дурно пахнущее. Когда блестящая упаковка рвётся, то зловонная масса вытекает наружу. Дело в том, что эта самая «масса» может сохранять красивую форму только в условиях плотных стенок, дна и крышки, но при потере их, она в один миг выливается в нечто безобразное и мерзкое.

Иными словами, у Америки есть хорошо отрегулированная система социального контроля, функционирующая в условиях развивающейся экономики, стабильно работающих институтов власти, армии и полиции. Она позволяет держать зверо-человеческий фактор в рамках цивилизованного поведения, но при этом у Америки нет само-достаточного общества, способного само-организоваться в условиях, когда система всеподавляющего властного права не работает.

Одним словом, Америка весьма уязвима – как для природных аномалий, так и для террористической агрессии. Главный монстр капиталистического мира не способен бороться с хаосом и, главное, с *животным страхом и звериным садизмом* собственных граждан. И уж тем более Америка не готова к войне на своей территории. Самоубийства, нервные срывы и типичное дезертирство полицейских отрядов в Новом Орлеане – тому подтверждение...

Поистине страшно сознавать, что бесы живут рядом, ходят по улицам, мило улыбаются и *только узкая грань закона и порядка защищает их психику* от каннибализма.

Следует всем учесть психологический эффект, неожиданно проявивший себя в Новом Орлеане, связанный с массовыми умственными помешательствами граждан, всплеском жестокости и суицидов...»

Низшие эмоции не берутся под контроль общественными законами и принуждающими правилами. Всё, что подавляется, стремится на свободу. Низшие эмоции, повторим в сотый раз, должны быть взяты под контроль собственным сознанием, и не страх перед наказанием должен сдерживать животную природу, а стремление быть человеком.

## **Глава 7. Не то, что ты солгал мне, потрясло меня, но то, что я больше тебе не верю (Ф.Ницше)**

Ложь вредна не сама по себе, а потому, что мы перестаём доверять друг другу. Ложь культивирует низшие качества в человеке, обман заставляет жить человека в вымышленном им же мире. Постоянно лгущий человек живёт как бы в двух измерениях одновременно – в реальном мире, где он никак не может адаптироваться и потому вынужден лгать и изворачиваться, и в мире, который он придумывает сам, встраивая своё сознание в образы, помогающие ему хотя бы на время избежать ответственности, обязательств, выполнения долга, или элементарно защищая своё внутреннее пространство от постороннего любопытного вторжения. Но в любом случае, тот, кто много раз был уличён во лжи, теряет кредит доверия окружающих, и тогда не остаётся ничего другого как либо менять круг знакомств, либо ввергать себя всё в новые, более изошрённые формы обмана.

Когда всё это начинается? Где та точка отсчёта, по которой можно определить, здесь есть склонность ко лжи, а здесь стремление к правде? Всё, что есть в психике взрослого человека, закладывается в детстве. И, кстати, преувеличенное стремление говорить правду, «резать правду-матку в глаза», тоже не показатель истинной честности и правдивости. Чаще всего подобные «правдолюбцы», бесцеремонно высмеивая или выставляя человека в неприглядном виде, прикрывают собственный страх в том, что о них тоже может кое-кто, кое о чём рассказать. Когда подобный страх достигает невыносимых размеров, включает новая схема защиты: человек начинает как бы высмеивать себя сам, отпуская в свой адрес порой недвусмысленные шуточки. Однако окружающие понимают:



если кто-то из них позволит себе сказать то же самое об этом «правдолюбце», то в ответ узнает очень много нового о себе самом. Рисковать никому не хочется.

Дети становятся на путь обмана, начиная не со лжи, а с игры и воображения, часто не различая правду и вымысел, живя поистине в «своём» мире. Дети не понимают шуток взрослых, они не понимают намёков и аллегорий, они не могут реально оценить обстановку и то, что кажется нам незначительным, то, мимо чего мы, взрослые, пройдем мимо, может оказаться для ребёнка миротворяющим фактором. Никогда не предугадываешь заранее, что поразит или привлечёт внимание ребёнка, а что – оскорбит и оставит психотравмирующий след на всю жизнь. Можно привести такой пример.

Вечер. Вся семья в сборе и на данный момент находится в одной комнате: мама, папа и двое ребят. Старший делает уроки рядом с папой, меньший рисует, расположившись на полу, мама читает, и ничто не предвещает бурю. Когда старший уже закрывает тетрадь, папа смотрит на младшего и говорит: «Мой ты зайчик, иди ко мне!» Тот испуганно-оторопевшими глазами смотрит на папу, несколько секунд молчит, замерев, а потом с громким плачем убегает в свою комнату. Причём плачет навзрыд, обиженно и горько.

Мама, папа и старший брат от такой реакции тоже замерли, ничего не понимая. Мама встаёт и идёт в комнату к младшему сыну. Надо же понять, что произошло. На вопрос: что случилось? – сын, всхлипывая и размазывая слёзки по щекам, проговаривает: а чего папа обзывается? Мама, мягко говоря, в шоке. Муж называл сына «зайчиком», и ребёнок явно говорит что-то не то. Но мама пытается спокойно выяснить: а как он тебя обозвал? Разве «зайчик» - это обидно? Тут сын опять начинает громко плакать: а-а-а-а, ты тоже обзываешься! Я ж не виноват, что у меня уши большие, а вы все дразнитесь!..

Уши у мальчишки были замечательные, даже не лопухие, но ведь нашёлся какой-то «шутник»-негодяй, который высмеял и внушил ребёнку, что у него уродливые уши, и тот, от горя и стыда, не сказал об этом ни брату, ни родителям, затаив эту «страшную тайну» о себе внутри себя, мучаясь каждый раз, выходя на улицу, и если бы не папин «зайчик», кто знает, чем бы закончилась подобная «шутка» для ребёнка, в какие бы

уродливые формы комплексов выросла, и испоганила всю жизнь. А так, вся семья дружно выстроилась перед зеркалом, каждый рассмотрел свои уши, все дружно решили, что с ними всё в порядке, ребёнок успокоился, и начал ещё больше доверять своей семье.

Смотрите, в данном случае ребёнок, поверив в ложь постороннего человека, и приняв её за правду, мог с лёгкостью выстроить барьер и считать обманщиком и предателем собственного папу, а может и маму с братом. Одна «невинная» чужая ложь могла разрушить доверие к самым близким и родным людям!! Как важно быть честными с детьми! Как важно разговаривать с ними по-взрослому, учитывая при этом их возраст. Как осторожно надо произносить слова! Ведь порой даже невольно подслушанный ребёнком разговор, который он принял на свой счёт, может изменить всю его судьбу!! И тогда, сам того не ведая, он до конца дней не будет понимать, почему между ним и родителями такой непроницаемый барьер, хотя и они его, и он их любит. Прошло бы совсем немного времени, и история с «зайчиком и ушами» у ребёнка вытеснилась бы в подвалы подсознания. Он не вспомнил бы о ней даже тогда, когда бы долго и упорно работал с психологом. Память заблокировала психотравмирующую ситуацию, но память не заблокировала пережитые эмоции. И они, лишённые истинной причины, начинают накручиваться, встраиваться в подобные, но всё же посторонние случаи жизни.

«Не то, что ты солгал мне, потрясло меня, но то, что я больше тебе не верю!» - это невидимая и неосознаваемая формула будет преследовать, как злой демон, человека, и постоянно находить в отношениях изъёмы, обманы, подвохи. И даже тысячу раз убедившись в том, что всё не так, в тысячу первый раз он всё равно не поверит ни себе, ни самым близким и родным. Эта страшная формула. И если она хотя бы частично будет соответствовать истине, избавиться от неё будет просто невозможно. Подозрение – близнец зависти. Подозрение сродни ревности. Подозрение искажает реальность, как кривое зеркало. И трудно найти семью, где та или иная форма обмана не присутствовала бы на практике.

Звонок в дверь, открывать не хочется. Тогда мы и не открываем, пусть думают, что никого нет дома. Обман? Для взрослого

человека, который никого не ждёт, и занят своим делом, это простое сохранение своего времени и сил. И, в конце концов, он сам решает, хочется ему открыть двери или нет, готов он к приходу непрошенных гостей, незваных проблем, или чего-то подобного, или нет. Но ведь ребёнок запоминает этот стиль поведения по-своему. И если ему чётко не объяснить, что сейчас у каждого есть телефон, что о встречах надо договариваться заранее, что каждый человек планирует своё время и имеет право израсходовать его по своему усмотрению, вот хотя бы с тобой, малыш, поиграть или почитать тебе сказку, то ребёнок поймёт. По-своему, но поймёт. И уже сам будет заранее договариваться с другом о встрече, сам будет регулировать и рассчитывать своё время, с уважением относясь к чужому... Кто-то скажет, а если звонили в дверь, чтобы попросить о помощи? Хороший вопрос. Но ведь пока не откроешь дверь, не узнаешь и кто пришёл. Поэтому гадать на эти темы бесполезно. Мы привели пример, где банальная ситуация «бытового» обмана была превращена в воспитательный момент, и где ребёнок на примере понял нечто гораздо более важное, чем просто пойти и открыть дверь неизвестно кому, непонятно зачем. Кристалл Жизни многогранен. И каждый видит свою грань истины. Но есть одна, веками проверенная истина: *будь честен с самим собой. И тогда тебе поверят все*. Если родители честны с детьми, если каждый раз они подтверждают то, что в них можно верить, им можно доверять – дети даже во взрослом возрасте будут верить им и доверять им.

Что разрушает самые близкие отношения? – Обман. Всё, что строится на обмане, обманом и закончится. Но самый страшный из всех видов обмана – самообман, когда человек обманывает себя сам. И сам верит в то, во что ему выгодно верить.

## Глава 8. Мне не нужна *такая* правда

«Мне не нужна *такая* правда!» - кричит разгневанная мать дочери, которая, не выдерживая агрессивно-надуманных обвинений, начинает рассказывать матери о том, на что та закрывает глаза. Да, ситуация сложна и деликатна, потому что мать ухаживает за больным мужем (отцом дочери), который уже

несколько лет прикован к постели. Дочь далеко, но часто приезжает, всегда привозит с собой запасы продуктов и нужных вещей, никогда не отказывает в материальной помощи, и постоянно предлагает матери нанять сиделку, которую будет оплачивать сама. Мать же, часами по телефону охая и ахая, рассказывая про то, как ей трудно со всем справляться, как её все бросили, что она никому не нужна, однако не спешит принимать предложение, и более того, тут же задаёт один и тот же «козырный» вопрос: «А стыдно тебе не будет, что чужой человек за твоим родным отцом ухаживать будет?!»

Дочь вначале терялась, не зная, что ответить на столь унижающий вопрос, а потом начала тоже задавать встречные вопросы, по типу: «А что ты предлагаешь, бросить мне работу, собственную семью и приехать ухаживать за отцом, только потому, что так хочется тебе?» На что мать отвечала: «Это дело твоей совести».

Интересная ситуация? Особенно с того момента, где включилась «совесть»? Ну, просто беспринципный вариант манипуляции чужой жизнью ради собственного удовольствия!

Да, никто не спорит, матери очень тяжело. Но ведь и дочь делает всё, что может. Но не выдерживают у неё нервы, не выдерживает та самая «совесть», и вот она уже в крайне истощённом состоянии от борьбы с самой собой, приходит на приём. «Что делать? Может, мама права, и мне нужно бросить мужа, детей, работу и уехать к ней, чтобы помогать ухаживать за отцом?!» Вопрос задаётся на полном серьёзе, и видно, что человек мучился этим вопросом не один день, и не одну ночь. Что ж, давайте рассуждать. Бросить мужа дело не хитрое, только согласен ли он на такое решение? А как вы думаете, сколько лет ещё проживёт ваш папа, дай Бог ему здоровья? И что, муж согласится жить на расстоянии, навещаясь как в гости то ли к жене, то ли к теще раз в месяц, а то и реже? А дети? Их тянуть за собой, выдёргивать из привычной среды, из школы? А чем кормить, на какие средства одевать, обувать, если бросить работу и всё своё время уделять маме с папой? Устроиться на работу там же? Но ведь тогда уход за папой будет осуществляться только по вечерам и ночам, усталость от рабочего дня, тоска по собственной семье будет съедать последние психические и жизненные силы, тут и самой заболеть уже ничего не стоит.

Так как? А может мама чего-то другого от вас хочет? Может ей, всю жизнь презрительно относившейся к мужу, не любившей его, и даже не скрывавшей своей неприязни к нему, просто поперёк горла ваше семейное счастье? И не может она вам простить именно то, что вы счастливы и любите и мужа, и детей? Да, она никогда не признается в этом даже самой себе. Да, она выставляет вам счёт за то, что вы – дочь её мужа, того, кто осмелился вот так заболеть, и теперь за ним надо ухаживать. А ведь всю жизнь было наоборот! И это устраивало. Может правда всё-таки ближе к нашим рассуждениям, а не к маминым? И дело тут действительно в совести, но не в вашей, а в той, которая не хочет смириться с тем, что настало время платить по счетам.

Мы много и долго говорили на эту тему. В памяти женщины всплыли многие события и далёкого и близкого времени. И когда начала она говорить маме свои подозрения, когда потихоньку расставлялись точки над всеми «и», когда приводя примеры из жизни, дочь раскладывала перед матерью все «карты» её жизни, уточняя: «Ведь это так, мама, так было?», то в ответ она слышала: «Да что ты понимаешь в жизни?!» и гудки в телефоне. А когда дочь однажды сказала: «Вот такая правда, мама», то, не выдержав напряжения, мать заорала в трубку: «Мне не нужна такая правда!!» и очень долго не звонила.

Хотите знать, какая правда не устроила пожилую женщину? Правда о том, что всю жизнь она считала отца за ничтожество, не ценила его труд, то, что он делал в домашнем хозяйстве, а делал много, и руки имел золотые. Что работая на опасной тяжёлой работе, муж тянул на себе и заботу о детях, и заботу о доме, в то время как жена могла на несколько месяцев каждый год укатить к своим родственникам, растратив на подарки все денежные сбережения, и даже не посоветовавшись в этом вопросе с мужем. Всю жизнь она жила, считая, что делает большое одолжение, оставаясь женой и матерью. И всю жизнь подсчитывала нанесённые ей мужем обиды, обвиняя его в скарденности, в жадности, лени... Дети росли придорожной травой. Когда мать не была «в гостях» у родственников, она усиленно «болела», заставляя всех бегать вокруг себя. У неё всегда что-то болело, «ныло», «поперёк стояло», и когда она собирала огромные чемоданы, набитые «подарками» для родственников и уезжала, все вздыхали с облегчением. На

подарки детям денег всегда «не было» и «не хватало».

Как вы думаете, *такая* правда кому-нибудь нужна? А правда о том, что за всё в этой жизни нужно платить? И что может вызвать у подобного человека *такая* правда, кроме очередного взрыва ненависти и обид? Самообман, желание подминать мир под себя, и при этом кричать: «Караул!» - гораздо более привычная реакция, к тому же есть большая вероятность того, что под тебя снова прогнутся, лишь бы не слышать криков и нелепых обвинений.

Можно рассказать и другой пример. В семье трое детей. Старшую дочь обожает и обоготворяет мать. Средняя родилась «не того пола», поэтому её сразу записали в «няньки» и «прислугу» для старшей сестры, третий ребёнок с полом угодил – сын, а потому средняя дочь оказалась *полезной* и для брата. Видя, как эта девочка (средняя) забивается матерью, отец прилагал максимум сил, чтобы смягчить ситуацию. Но разве заменит кто-нибудь девочке маму, к тому же она видела и понимала, что старшую сестру любят и лелеют, на брата не надыхаются, а она – просто девочка на побегушках, прислуга, приживалка. Не раз задавала она вопрос бабушке: «Ба, скажи, я из детдома? Меня взяли из интерната?» Бабушка гладила девочку по головке, убеждала в том, что девочке просто так кажется, а сама только покачивала головой, зная, какая своенравная, властная, авторитарная и жестокая мать у этой крохи. Но выросла девочка. Закончила институт, пошла работать. Родители не помогали, хотя знали, что на маленькую зарплату дочь снимает комнату у чужих людей, что ей надо тратить деньги на проезд, на питание... Приехать домой, к родителям, была целая проблема – билет стоил дорого, а дома никто особо не ждал, хотя душа рвалась и к маме, и к папе. И тогда решилась дивчина на отчаянный шаг. Она просто начала подтасовывать банковские документы и воровать средства со счетов клиентов. Для чего? Да ведь теперь, когда «копейка зазвенела» в её кармане, и она приезжала домой с подарками, да с не простыми, а дорогими, стала и она гостем дорогим в доме отцовском. Стали поджидать её и братец, который не спешил в свои двадцать пять устраиваться на работу, и сестрица, которая тоже не спешила работать, живя за счёт родителей и на инвалидную пенсию малышки-дочери, да и мать как-то

поласковой стала, когда и ей привозились красивые добротные вещи и изысканные продукты. А когда подлог вскрылся, и встал вопрос: тюрьма или выплата всей украденной суммы, когда пришлось дочери рассказать матери, откуда у неё были деньги на подарки, мать не поверила. Она истошно орала, что ей точно известно о том, что деньги проиграны в казино! Нет! Ты вложила их в некую пирамидную структуру и теперь хочешь, чтобы мы с отцом оплатили тебе твою финансовую афёру!! И мать провела обыск в квартире дочери, действительно найдя там несколько накладных из подозреваемой фирмы. Ей просто невозможно было поверить в ту правду, которую говорила дочь. Ей проще было убедить себя в чём угодно, только не в том, что говорила дочь. Проигрыш в казино, пирамидная структура, всё, что угодно, только бы не осознавать того, что теперь придётся платить за то, что было «подарено». «Мне не нужна *такая* правда!» - голосила мать, и всё ещё не веря в то, что дочь покупала её любовь, и так сумела «развести» родственников на добрые к себе чувства, поехала к начальнику банка, в котором работала дочь, чтобы убедить в том, что та врёт. Когда начальник подтвердил, с матерью случился припадок...

Мы ни в коем случае не оправдываем дочь. Более того, очень откровенно говорим о том, что если за урок, *за понимание того*, что в этом мире нужно *опираться на себя*, и только на себя, и ко всему идти *своими ногами*, пришлось заплатить такую высокую цену, то нужно хотя бы постараться сделать выводы *сейчас*, а не оставлять их на потом. Да, случается, и гораздо чаще, чем это показывается внешне, что нет любви между родителями и детьми. Чужие они друг для друга. Но за свою сокрытую нелюбовь хотят родители к старости заботы и открытой любви от тех, кому сами не давали тепла сердечного. А дети пытаются наверстать внимание к себе через материальные блага. И *эта* правда тоже никому не нужна. Так же как и та, что любовь невозможно ни купить, ни продать.

Ложь самому себе, самая страшная и разлагающая душу ложь. И страшна она тем, что без неё очень многие люди просто не смогут выжить на этом свете. Страшна она тем, что на неё, как на наркотик, подсаживаются неуверенные в себе люди, те, кто не верит ни в себя, ни в других, кто испытывает животный страх перед самим собой, боясь предстать перед «обществом» в своём



обличье. Ложь – это грим. Грим для того, чтобы скрыть «дефекты» своего характера, своей истинной натуры, своих наклонностей, способностей, талантов, своей индивидуальности. Вначале этот разъедающий душу яд осторожно и понемногу накладывают на себя, искажая уникальную природу своей личности. Затем, когда *страх быть самим собой* нарастает, когда постоянное *сравнение себя с кем-то* начинает перевешивать в чужую сторону, ложь начинает полностью заменять собой истинную природу человека. Только бы «не опозориться», только бы «не прогадать», только бы «не пасти задних», только бы «успеть», – судорожно цепляется сознание за мнимые ценности, и ложь, пустив глубокие корни в душу, начинает отвоёвывать себе всё большие пространства на её территории. *Потеря контроля над происходящим* – это, пожалуй, самое страшное, чего боится ложь. Она должна контролировать всё, всех, всегда. Она должна успевать восстанавливать свой грим, если он где-то уже осыпается от времени. И она успешно это делает, потому что у неё есть незаменимый помощник – стыд. Стыд быть самим собой. Стыд, что кто-то узнает правду обо мне настоящем. Стыд от понимания того, что всё «достигнутое» – ложь, что стремился долгие годы своей жизни не туда, не за тем, стал никем, даже если сидишь в кресле большого начальника. Как признаться в этом самому себе?! Как признаться себе в том, что ублажая тело и обеспечивая ему материальный комфорт, потерял душу, наращивая капитал в банке, банкротил свои духовные накопления.

Ложь самому себе отнимает самое дорогое у человека – себя самого. Он перестаёт быть самим собой. А если перестаёшь быть собой, значит, начинаешь быть кем-то. Кем? Тем, кому больше всего завидуешь. Потому что зависть и ложь – неразлучные подруги. Теряется нить собственной судьбы, собственного счастья. И начинают интригами плестись искусственные нити искусственной судьбы, где есть только ориентир на кого-то, но не на себя. ***Мы обманываем себя, чтобы обмануть других. Другие тоже обманывают себя, чтобы обмануть вас.*** Сплошная ложь! Во имя чего?! Многие считают, что во имя себя. А получается, что в угоду другим, чтобы чего-то достичь и добиться, чтобы выглядеть в чужих глазах более

респектабельно и независимо, чем это есть на самом деле. И самое страшное – это когда ложь перестаёт быть ложью и становится личным убеждением в том, что всё – правда. Человек начинает верить в ложь как в правду!

Признание истинных мотивов, которые толкают на те, или иные поступки, могут оказаться разрушительными для самолюбия. Разве можно признаться кому-то, тем более себе, что замуж выходишь за нелюбимого только потому, что больше никто не предлагает, и тот, кто по-настоящему нравится, даже не смотрит в твою сторону? Гораздо проще рассказать себе и другим о выгодах от подобного брака, убедить себя в том, что «слюбится, свыкнется», а там уже как получится. Разве можно признаться самой себе в том, что ребёнок от нелюбимого не радуется, не нужен, что сердце тоскует вон за тем, который откровенно игнорирует, и ребёнок от него был бы в тысячу раз желаннее, даже если без брака. Человек всегда стремится защитить себя, инстинкт самосохранения, в том числе и психического, постоянно будет стоять на первом месте. Ориентировка на «общественное мнение» - это адаптация к миру, и от этого ещё никому не удавалось уйти. Но если *самооценка* человека адекватна, если он может трезво и здраво *оценить* себя и окружение, то и адаптация будет происходить естественным путём, без уродования и насилования себя собой. Чтобы адаптация к внешнему миру происходила безболезненно, существуют такие вещи как культура взаимоотношений, существуют гражданские и другие, регулирующие взаимоотношения, законы, существуют правила элементарного поведения и определённые воспитательные нормы. Если ребёнок с детства усваивает то, что его воспринимают таким, какой он есть, но при этом устанавливают определённые нравственно-этические рамки, он спокойно будет развиваться, не теряя своей индивидуальности. Если же ему всё время повторять, что он хуже Маши или Миши, что он должен быть *как* (как кто-то), если он с детства видит, что родители говорят одно, делают другое, требуют от него третьего, а наказывают за четвёртое, ему не останется ничего другого, как *приспособиться* к тем же родителям, перестать быть собой, и учиться быть тем, кем и каким его хотят видеть. Ложь самому себе закладывается в детстве. И закладывается теми, кто потом за ложь строго наказывает, то есть самими родителями. Не умея быть честными

по отношению к самим себе, они и детей учат только тому, что умеют сами.

Мы живём среди людей. И их мнение о нас важный фактор нашего самочувствия. Как бы кто ни хорохорился, что ему «параллельно», «по барабану или по цимбалах», осадок всё равно остаётся от сказанного кем-то. Мы все зависим друг от друга. Можно научиться более спокойно воспринимать мнение о себе, но нельзя полностью отключиться от внешнего мира. Даже укус блохи заставляет чесаться. А слово, брошенное вслед или в лицо, далеко не блоха, может не только ранить, но и надолго уложить в постель. Кто бы и как ни бравировал, но моменты разборок, скандалов, выяснений отношений, независимо от демонстрируемой маски, всё равно заставляют что-то пересматривать в своей жизни. Повторимся, если самооценка адекватна, человек в норме действительно может пересмотреть некоторые моменты своего поведения или реакции, дав оценку и тому, кто от него этого добивается. Человек же неуверенный в себе, человек, погрязший в самообмане (а правильнее, в страхе узнать и признать самого себя) никогда не воспримет критику как элемент подсказки, но всегдаотреагирует на неё как на угрозу собственной безопасности, и начнёт агрессивно нападать на критикующего, обвиняя его в ещё больших грехах.

Повышенная обидчивость – естественный признак самообмана. Тот, кто лжёт самому себе, больше всего на свете боится того, *что* о нём скажут люди. Он обижается на любую мелочь, копит обиды, как некую драгоценность, выстраивает уникальные *защиты*, пытается агрессией и хамством подавить любое «нападение» на себя. Мсть, особенно исподтишка, становится смыслом жизни. Один из самых распространённых видов «безопасной» мести – сплетня, оговор, введение в заблуждение, недоговаривание правды, которая приводит к недоразумениям, новым разборкам, и так до бесконечности.

И попробуй такому «мстителю» хотя бы осторожными штрихами приоткрывать то, от чего он панически прячется, он тут же завопит: «Мне не нужна *такая* правда!».

Какая *такая* правда? Чем она неприятнее какой-то другой правды? И сколько тогда правд у такого человека? Разве есть правда, которая нравится, и которая опасна для здоровья? Разве

всегда правда то, что *хочется* слышать, и ложь то, о чём боишься даже подумать? А может как раз наоборот? И то, что *хочется* слышать, правильнее называется лезть, «изысканной ложью», а то, что вызывает страх можно смело назвать операцией по удалению лживых масок с себя истинного.

Правда должна приносить выгоду, считают те, кто привык жить, обманывая себя и других. И когда выплывает «неудобная», «невыгодная» правда, они тут же стараются перевернуть на ту сторону, где снова можно почувствовать себя «комфортно».

Вот малопримечательная история, где проигравшими оказались все, но «козлом отпущения» сделали ту, которая признала и открыто сказала ту правду, которой от неё долгое время добивались. Мать давно подозревала, что младшая дочь «уводит на сторону» мужа старшей дочери. Сёстры-соперницы – явление малопривлекательное, и потому мать при каждом случае младшую дочь перепроверяет, через угрозы пытается добиться признания, но та упорно всё отрицает, даже если мать находит неопровержимые улики, которые, в принципе, никто особо и не скрывает. Просто игра такая. Одна делает вид, что только подозревает, ничего не зная точно, другая делает вид, что ничего нет, вяло отрицая то, что видно и невооружённым взглядом. Догадывается обо всём и сестра, но для неё подобная правда настолько унижительна и отвратительна, что она старается об этом просто не думать. Длится эта история не один год. Ровно до того момента, как младшей надоедает «пользоваться» обносками старшей, и она начинает подумывать о том, чтобы и самой выйти замуж. «Общего» мужа это не устраивает. Гарем был интереснее, да и по привычке он к такой привольной жизни, где чувствовал себя султаном. А потому, когда младшая сестра объявляет о том, что уже встречается с другим парнем, он решает отомстить, даже не думая о последствиях. Вначале он только угрожает младшей «разоблачением». Но та смеётся ему в лицо, прекрасно понимая, что ни ему, ни ей озвучивать правду не выгодно. Однако «обиженный» султан считает иначе, и напиваясь «с горя» вдреизг, вываливает жене всё как есть, со всеми интимными подробностями и скабрёзностями. Та – в дикой истерике и шоке. Теперь-то уже никуда не спрячешься, и надо принимать решение, как жить дальше. Она звонит матери. Та делает крайне удивлённый голос, уверяет дочь, что ничего об этом не знала, и в попытке всё замять, звонит младшей, и

начинает истошным голосом орать: «говори правду!» В душе ей очень страшно узнать правду, и хочется сказать на зятя много нехороших слов, обвинив его в пьяном бреде, однако младшей уже до боли в зубах надоела эта игра, и она подтверждает все заявления блудного мужа. Что тут началось с матерью! И когда дочь удивлённо спросила: «Мам, ну ты ж всегда хотела знать правду, ты ж её столько от меня добивалась!», то в ответ услышала: «Мне не нужна *такая* правда!» Ложь, принимаемая за правду оказалась более приемлемой. С ней можно было делать вид, что всё в порядке, и жить по-старому. А как жить теперь?

На эти вопросы нет однозначных ответов. Каждый находит свои способы. Единственно, что остаётся неизменным, так это то, что быть честным по отношению к самому себе всегда выгоднее, чем настраивать ложные замки и жить в вечном страхе от того, что всегда найдётся кто-то, кто придёт и всё это в один момент разрушит. Этот «кто-то» автоматически становится врагом. А так как одна ложь тянет за собой десятки других, то вскоре мир становится враждебным в общем, и каждый рядом стоящий врагом по отдельности. А ведь иметь рядом с собой хотя бы одного друга всегда приятнее, чем сотню врагов. Вот и получается: быть честным – выгодно. А если вспомнить, что слово «честность» имеет в корне слово «честь», то станет понятной и ещё одна лукаво избегаемая правда: храни честь, и веди себя достойно, не совершай *бесчестных* поступков, и никто не скажет тебе той правды в лицо, которую тебе так стыдно признать в себе. Честь и честность всегда были в чести. А с ними рядом всегда стояли мужество, смелость и правда. *Такая*, которая нужна всем.

## **Глава 9. Что больше всего волнует нас во лжи, так это ложь, совершаемая другими людьми**

Что больше всего волнует нас во лжи, так это ложь, совершаемая другими людьми. И спорить с этим фактом бесполезно, если, конечно, и сюда не вмешаются ложь и ущемлённое самолюбие.

В психологии существует такой вид психической защиты, как рационализация. Проявляется это в том, что человек использует истину только в тех пределах, в которых она способствует

достижению его амбиций и их приукрашиванию. Остатки истины ему просто ни к чему, они не вписываются *в его* правду, а потому отметаются как нечто, недостойное внимания. Однако здесь происходит то, что мы называем феноменом «маминых туфель». Наверное, многим из вас приходилось наблюдать такую картину: малышка надевает мамины туфли на высоком каблуке и гордо шлёпает в них по комнате, особенно если есть зрители, которые скажут: «Ах, какая ты взрослая! Какие красивые у тебя туфли и т.д.» Ребёнок наивно верит, что ему говорят правду, и ужасно гордится тем, что его воспринимают «как взрослого», а сами взрослые в это время перемигиваются и покатываются со смеху, тщательно скрывая это, чтобы не обидеть ребёнка. Скажите, это ложь? Взрослые обманывают девочку или просто понимают, что *в этом* возрасте дети хотят и подражают во всём взрослым? Конечно, если это умные и воспитанные взрослые, они действительно понимают, что сейчас происходит в душе у малышки. Но, подчеркнём, здесь *понимание* ситуации учитывает возрастные особенности. Поэтому нет обмана в том, что взрослые нахваливают девочку, улыбаясь, есть просто правильная и адекватная оценка ситуации.

А если то же самое будет демонстрировать взрослая девушка? Вот она ярко намазала (не подкрасила!) губы, щёки отвисают от нанесённого тонального крема, глаза так наведены всевозможными подводками, тенями и тушью, что смотреть на них *без сожаления* просто неприлично. Боевой раскрас лица дополняется соответствующей причёской и одеждой. И это тоже феномен *маминых туфель*. В данном случае девочка подражает взрослым девицам, причём не самого достойного поведения. Будем улыбаться? Навряд ли. Почему? Ведь ситуация практически один к одному, но реакция на неё совершенно другая. И элемент *осуждения* занимает первые места. Заметили? Здесь ключевое слово «осуждение». Но *осуждаем мы, как правило, то, что боимся совершить сами!*

Заметьте, когда мы описывали малопривлекательную раскрашенную внешность, то употребили выражение «смотреть ... *без сожаления* просто неприлично». Есть разница между сожалением и осуждением? Ещё какая! Сожаление вызывает *действие* или *ситуация*, которая характеризует человека не с лучшей стороны. Но оценка даётся не человеку, а именно

*действию*. Можно сожалеть о том, что *так* произошло, но при этом не осуждать человека. И это *единственно* честный, правильный подход. Дав оценку происходящему, но не личности человека, мы не даём лжи и обману ни одного шанса. Мы же не говорим о девчужке в маминых туфлях, что это будущая девица лёгкого поведения, что она развращена с детства и т.д. (Конечно, есть и такие любители поосуждать, но это закоренелые лжецы и сплетники и о них будет особый разговор). Мы улыбаемся, глядя на счастливые глаза ребёнка и желаем ей только счастья. Глядя на разукрашенную девушку, происходит понимание того, что эта тоже, по сути, девчужка, пытается за гримом спрятать себя настоящую. Она стесняется себя «натуральной», она растеряна перед миром и процессом взросления, нравственные ценности начинают корректироваться, потому что уходит культ почитания родителей, начинается эра поклонению общественному мнению и богу по имени «будь как все». Осуждать *ребёнка* в этом состоянии ломки внутренних ориентиров, значит *подтолкнуть* её к конкретным действиям, потому что осуждая, *осудитель* судит личность, а не поступок. «*Ты такая-растакая!*» И мы не скажем ничего нового по поводу того, что если человека тысячу раз назвать свиньёй, то на тысячу первый он захрюкает. Вы *ожидаете* от меня непристойных действий? Ну, так я вам их предоставлю!

Подростки боятся осуждений. Этот тот возраст, когда кажется: весь мир наблюдает *только* за мной, если смеются, то *только* с меня, если я не сделаю того, чего от меня ожидают, меня будут считать трусом, неудачником, извините за неприличный сленг, лохом. Девочки полностью зависят от мнения «крутых» подружек. Не каждая может позволить себе «крутые шмотки», но этот «дефект» легко заменяют заливчатой сигаретой в зубах, похабной матерщиной, непристойным, вызывающим поведением, ранними сексуальными контактами, чтобы показать этим «крутым», что можно и без «бабла и шмоток» быть востребованной «крутыми» мальчиками. К тому же есть вероятность, что эти «мальчики» обеспечат и материальные потребности.

Мальчишки тоже зависят от мнения сверстников. И те же сигареты, мат, стремление к раннему сексу, агрессивно-вызывающему поведению, алкоголю продиктованы всё теми



мотивами – чтоб не заподозрили в том, что перед ними «полный лох» или «дефективный» ботан (это мы очень смягчаем).

Именно этот возраст закладывает основы того, как будет строить свою судьбу взрослеющий ребёнок. Мы не зря говорим – ребёнок, потому что подросток, это действительно ребёнок, пытающийся демонстрировать взрослое поведение. Сама жизнь и социальное окружение требуют от него быть взрослым, но душа, внутренние моральные принципы, нравственно-этические нормы ещё далеки от созревания. Им надо укрепиться и *закалиться* на практике жизни, им надо пройти испытание на зрелость и на право быть встроенными в сознание как непреложные правила жизни, как матрица всей дальнейшей судьбы. И если взрослые не проявят мудрости и терпения, если вместо понимания и сожаления того и о том, что делает *взрослый ребёнок*, он слышит только осуждение, в нём нарастает внутренний протест и он начинает быть тем, кем его больше всего боятся увидеть.

Двойной зажим, где с одной стороны взрослые, с их требованиями и «моралью», а с другой – сверстники, тоже со специфическими требованиями и программами, выталкивает подростка *туда, где он найдёт больше понимания*. А кто его поймёт, как не такие же, как он? Так куда толкаем детей, осуждая и клеймя их личности?!

Одно дело спросить: «Что ты делаешь?!», другое – заявить: «Ты дрянь, негодяй» и только потом уточнить: «Что ты наделал/а?». Одно дело, схватившись за голову, сказать: «Как теперь из этого *будем* выбираться?! Где выход?», а другое – заявить: «Разбирайся сам/а, я в твоём возрасте и т.д. и т.п.», либо наказав, не помочь, не поддержать ребёнка, но поддержать тех, кто довёл его/её до такого поступка или поведения.

Если вы заметили, мы выделили окончание в слове «будем». Да. Шкодил подросток, а находить выход из ситуации надо сообща. И он должен это чувствовать, понимать на уровне сердца, и только тогда он *снова* начнёт вам доверять. Хотя...

Здесь ведь тоже есть определённые нюансы, в которых надо честно отделять правду от лжи. Если ребёнка с детства баловали материальными благами, если он не знал ни в чём отказа, и всё это принимал, как должное, значит не получится у него изменить своё подростковое поведение, и если покатился он вниз по

наклонной, то удержать его сможет только чудо и чей-то серьёзный авторитет, но именно чей-то, а не родительский. Почему? Потому что задаривать ребёнка, ещё не значит любить его. В девяноста девяти процентах из ста это называется «откупом от ребёнка», чтобы не приставал, не требовал к себе внимания, не отвлекал от «важных» дел. Здесь отношения родитель – ребёнок изначально построены на лжи и обмане, очень хитро, как кажется родителям, завуалированным, но это тоже эффект *маминых туфель*, где уже чуткое сердечко ребёнка невозможно обмануть. Да, вначале ему страшно осознавать то, что от него откупаются, что его не любят, что для него не находится времени, которое с лёгкостью выделяется на «вечеринки», телевизор, разговоры по телефону... Но вскоре его психика адаптируется к такой психотравмирующей ситуации, и он начинает действовать по принципу: «не любите – тогда платите!» И всё, что он отныне начинает делать, так это выставять счета за нелюбовь к себе. Алкоголь, наркотики, сомнительные друзья – всё это постепенно из демонстрационного бунта переходит в состояние укоренившегося поведения, и назад дороги, увы, практически нет. Обманывать себя и вас в данном случае просто неприлично, хотя *чудеса* действительно бывают.

Устанавливать сердечную связь с ребёнком надо с его рождения. В сердце и через сердце идут потоки любви, искренней, чистой, а значит и *честной* (от слова «честь»). Воспитывается ребёнок в чести и честности, учат его «беречь честь смолоду, а рубашку снову», рассказывают, что такое честь и честность, демонстрируют сказанное на примере *собственной* жизни и поведения, через быт и обыденность, значит, встраивается в сознание и психику ребёнка *матрица честности*. И если кто-то горько вздохнёт, как же с нею тяжело жить, мы ответим: не надо врать хотя бы самим себе. Матрица честности – это дар судьбы, это единственный истинный Дар, который, после дарения жизни, могут дать родители ребёнку. *Честность не даёт человеку исказить реальность!* Честность не вводит человека в самообман. Честность даёт возможность критично и аналитично подходить к происходящим событиям, она даёт возможность честно оценивать себя и других.

Матрица честности отвергает, как иммунная система,

возможность создавать сплетни, разносить их, упиваться ими, она спокойно реагирует на критические замечания, и *не осуждает*. Честность не злобствует и не злорадствует, она не мстит и подлость чужда ей, как заноза в теле. С честностью жить легко, но когда начинается происходить внутренняя борьбы с честностью, когда сознание начинает искать компромиссы между честностью и бесчестьем, только тогда честность становится действительно тяжким грузом, не дающим *спокойно* совершить *низость*. Честность возвышает, и ведёт к вершинам Духа, бесчестье уносит в *низость* страстей пороков. Невроз, конфликтные ситуации, метания в поисках выбора происходят только тогда, когда сознание пытается найти «золотую середину» между совестью и бессовестностью. Но такой «средины» нет. Потому что невозможно быть немножко честным и немножко чистым. Немножко честный – это лжец, не договаривающий правду, заведомо вводя других в заблуждение; немножко чистый – это грязный, но для грязи ещё остаётся место. И вечной будет истина, что невозможно служить одновременно Богу и мамоне.

Однако когда компромисс всё же ищется, тогда и вступает в действие аксиома: что больше всего волнует нас во лжи, так это ложь, совершаемая другими людьми.

Матрица честности, ну хоть в какой-то степени, пусть в самой малейшей, всё же закладывается в ребёнка вместе со сказками, хорошими детскими книгами, добрыми мультфильмами, особенно советского производства. Дети общаются между собой, и передают друг другу определённые правила, которым пытаются следовать. Матрица честности есть у каждого. Но если она *слишком мала*, тогда она начинает искажать реальность, подталкивая видеть *только в других* то, что присуще человеку самому. Осуждая кого-то, человек честно видит ситуацию через призму *своей* честности. Ему *кажется*, что вот *так бы* именно он точно не поступил, не сказал, не подумал. Но на самом деле всё это именно *кажется*, потому что как только жизнь ставит осудителя именно в такую же ситуацию, где просто чуть другие декорации, он поступает *именно так*, как когда-то поступил тот, кто был им осуждён. С одной только разницей: осудитель *себя* уже не осуждает, но ищет оправдания тому, что сделано. Почему? Потому что матрица честности слишком мала, у неё не хватает «пикселей», чтобы вытянуть на ту честность, которая

никогда не пойдёт на компромисс с бесчестьем. Компромисс с собственной совестью *всегда* ведёт к победе лжи. Поэтому мы изо всех сил стараемся объяснить, почему ложь в целом аморальна, но при этом, к *своему удобству*, забываем или рационализируем *наши собственные*, не столь уж редкие, вольности в обращении с истиной как нечто, не имеющее отношение к обману.

Повторимся, что закладывается такая схема с детства, укрепляется и закрепляется – в подростковом возрасте.

Можно ли эту формулу исправить? Да. Если вы чётко осознаете, что быть честным – выгодно. Что бы там ни говорилось, но *в любом возрасте* можно переиграть и перестроить свою судьбу, достаточно просто этого захотеть и приложить ряд собственных усилий. Как бы там ни было, но матрица честности вкладывается в ребёнка ещё до рождения. Да-да. Если вы об этом не задумывались, то поймите сейчас: *ребёнок рождается честным*, и долго стремится таковым оставаться, пока родители не научат его лжи и обману на *собственном* примере. Вернуться к стадии врождённой честности очень сложно, но воспитать в себе стремление к правде можно в любом возрасте. Но начинать надо не обличения во лжи кого-то, начинать надо с себя. И чтобы понять, как, когда, зачем и как часто мы, даже неосознанно, обманываем себя, мы приведём несколько примеров в следующей главе.

## Глава 10. Неосознаваемый самообман

Ночь. Время к полуночи. За окном кружит снежинки ветер. Ни одного человека вокруг. Мать не отрываясь смотрит в окно, с которого просматривается остановка. Она ждёт сына, который допоздна работает в отдалённом и не очень спокойном районе. Сердце стучит, как отбойный молоток. В голове рой мыслей, и все они наполнены страхом. Вот одинокая маршрутка тормозит, и из неё выходит один человек. Мать замирает – сын? Когда она узнаёт его по походке, по внешним приметам, сердце начинает успокаиваться, но всё ещё в напряжении до того момента, пока не раздастся звонок в дверь. Всё! Можно расслабиться и даже попробовать спокойно уснуть.

Для родителей подростков и более взрослых детей эта ситуация знакома до буквальной боли в сердце. Нет ничего страшнее и ужаснее, когда на звонок мобильного слышишь в ответ: «Абонент вне зоны доступа» или телефон звонит вхолостую, и на «вызов» нет никакой реакции. Страх увеличивается до грандиозных размеров, стрелки на часах замедляют ход, и уже нет сил сдерживать себя, чтобы не начать звонить по друзьям и знакомым ребёнка, выясняя, нет ли его где поблизости. Иногда родители среди ночи начинают звонить на домашний телефон к другим родителям, чтобы те подсказали, есть ли на месте их дети, и не знают ли они чего о том, где сейчас их чадо...

Для чего мы так подробно описываем то, что известно всем? Да для того, чтобы сказать – все эти звонки и смотрения в окна, все эти представляемые страшилки и переживания ничто иное, как самообман. И не спешите возмущаться. Мы сами родители.

Просто представьте себе снова всю переживательную сцену, а теперь сами себе честно скажите: думая о том, что может *страшного* произойти с ребёнком, вы думаете о ком – о нём или о себе? Страшилки рисуете для чего, для того, чтобы подготовить себя к тому, что произойдёт, или для того, чтобы ваше самое дорогое существо действительно попало *в такую* ситуацию? Ведь мысли материальны, а вы, особенно матери, напрямую связаны с психикой, а значит с душой ребёнка (Психея – это Душа). А ведь Душа – это ещё и наш Солнечный Ангел, Ангел Хранитель, наш Господь, Защитник, или назовите её как хотите, но просто поймите – Ангел Хранитель может и не устоять перед силой ваших мыслей, потому что сильные мыслеобразы могут притянуть к себе такие обстоятельства, перед которыми будет бессилён даже самый Солнечный Ангел. Чёрные родительские (особенно материнские!!!) мыслеобразы могут настолько *зачернить* собой психическое пространство ребёнка, что Светлые, Солнечные Охранные Силы просто не смогут помочь! (Через закопченное стекло солнечный свет не пробивается). Ведь Мать и Дитя – это Единое Психическое Сознательное Пространство, и кто этого ещё не понял, будет долго страдать от «забот» материнских такого рода. Мать сохраняет связь с ребёнком *до своей* смерти. Вот почему так нестерпима боль, вот почему в сердце образуется такая пустота

и чёрная дыра, когда мать покидает этот мир, даже если с ней были серьёзные конфликты. Так что на самом деле желаете детям?! И от большой ли любви насылаете на них полчища ужасов и страхов, которые притягивают к себе, как магнитом, тех, кто эти ужасы и страхи воплощает в жизнь? И это только одна сторона вопроса.

Вернёмся к представляемым страхам и волнениям. Ведь волнуемся опять же о чём? – чтоб чего-нибудь не случилось. А если (упаси, Господи!) всё же случится? Ведь вы же уже моделируете себе, как воспримете эту ситуацию? Как будете страдать? Вспомните, как часто, а главное честно вы себе в таких случаях говорите: «Я не знаю, что *со мной* тогда будет». Странно. Вроде забота о ребёнке, а думается-то о себе. О том, что *с вами* будет, а не с ним. Как *вы* будете *после этого* жить. Так о ком переживаете на самом деле?! И кого любите? И любите ли, или подсознательно желаете им встречи с трагедией? Ведь часто, ох как часто, после уже свершившейся драмы, родители причитают: «Я ж знал/а, что *такое* может произойти! Я ж чувствовал/а! Я ж предупреждал/а!» А почему ж тогда не оберегли?! Почему не пожелали вслед удачи и счастья, радости и любви, а с замиранием сердца настраивали себя и дитя на то, что «чувствовали»? А как часто звучит горькая фраза: «Рано или поздно *это* должно было произойти». Вдумайтесь!! Вы, родители, знали, и не оберегли! Не перестроили своими мыслеобразами то, что чувствовали, не отформатировали, не очистили своё сознание от страхов, и только ждали: когда же?

О чём это мы? Да имеем ли мы право так говорить? В конце концов, есть такое понятие как судьба, карма, рок. Их возом точно не объедешь. И это ещё одна узаконенная ложь. **Наша карма – это наше сознание.** Как мыслим, на какой уровень поднимаем своё сознание, такую карму себе и назначаем. Сумеем очистить мысли и сознание, сумеем перевести их на более духовный уровень, сумеем хотя бы на миллиметр подняться **над** собой (а не над соседом!), вот уже и карма другая, более счастливая, вот уже и рок отступил, и судьба улыбнулась. Там, где должна была случиться авария с трагическим исходом, там только шишка на лбу, да машина пострадавшая; там, где встреча с мерзавцем должна была произойти с тяжёлым исходом, там только холодок по коже пробежал от волчьего

взгляда, и ноги сами быстрее понесли к родному порогу...

Как всё просто на бумаге, скажет кто-то. И мы подтвердим это. Но в любом случае поймите главное: самообман должен быть вскрыт. Надо научиться чётко отслеживать свои переживания и волнения, и видеть их корень, их сокрытую суть (потому что корни всегда скрыты от глаз в земле, которую в нашей психике заменяет подсознание). За каждым волнением и сомнением, за каждым страхом о ком-то стоит волнение и страх о себе! И в этом легко убедиться. Видите, вон идёт одинокий прохожий, вы переживаете за него? Вам страшно от того, что он в ночи? Вы будете думать о том, дошёл ли он домой уже через минуту, когда ваше внимание отвлечётся на другие мысли? Правильно. Не будете. Потому что человек думает только о себе. И ребёнок, даже если ему за сорок и пятьдесят, это всё равно часть родителя. Поэтому, думая о детях, родители думают в первую очередь о себе. Например, как они будут чувствовать себя, если ребёнок проявит себя не очень красиво. Ведь будет стыдно? А этого не хочется. Хотя на самом деле должно быть стыдно за своё поведение только тому, кто его проявил. Вы-то здесь при чём? А притом, что ребёнок – это зеркало родителей. И по детям судят о родителях. А кто судит? Судьи-то – кто? Помните? – ***мы обманываем других, чтобы обмануть себя, мы обманываем себя, чтобы обмануть других.*** Так судьи, всё таки, кто? И вы уверены, что «судья» не носит такую же маску, как и вы, боясь самого себя больше, чем любого другого страха? Запутались? Мы противоречим себе?

А ведь клубочек легко размотать, если вспомнить всё о той же честности. И в первую очередь в отношении себя самого.

Но давайте рассмотрим ещё один пример. Увы, классический. Муж обманывает жену, уверяя ту, что у него никого нет «на стороне». Если вы спросите у него, зачем он так поступает, почему не скажет правду, знаете, что он первым делом ответит? Нет, в ответ не прозвучит то, что ему совершенно не хочется разводиться, и его устраивает жена хотя бы по создаваемому ею для него комфорту и заботе. Не скажет он и том, что не охота делить имущество, что совершенно нет желания выстраивать что-то новое, снова становиться «молодым» папой, брать на себя дополнительную ответственность, выслушивать упрёки, участвовать в скандалах и разборках... На самом деле именно



эти, примерно, причины лежат в основе его лжи, но ответит он вам по-хитрому: «Не хочу жене делать больно, не хочу, чтоб она переживала». Во какой заботливый! О жене, «работая» с любовницей, оказывается думает, о том, чтобы жене было хорошо и приятно, а не ему, «труженику», вспахивающему чужую ниву. И главное – верит свято в это сам! И удивляется: зачем, дескать, в телефоне моём рылась, зачем в мою «личную» жизнь лезла, чего тебе ещё не хватало, ведь возвращался ж я переночевать с тобой домой.

Был даже такой курьёзный случай (только почему-то смеяться не хотелось), когда жене, которая спросила у такого вот «заботливого»: «А как ты думаешь, мне, которой ещё только тридцать, как уже почти полгода жить без секса? Я – живой человек, или тебе совсем наплевать на то, что я чувствую?», муж ответил: «А ты сходи к Лилии Владимировне» (то есть к одному из авторов книг). Что хотел сказать этим данный муж, не поняла ни жена, ни Лилия Владимировна. Но разводиться данный муж не хотел упорно, и «разводил» жену ещё полтора года. И она *верила* в то, что он действительно живёт у мамы, *один*, и просто решает, сохранять ему семью или нет. Все попытки через анализ, через те факты, которые рассказывала *сама же* эта удивительно привлекательная и женственная женщина, раскрыть ей глаза, упирались в страх того, «а кому я буду нужна?» Она отчаянно не хотела верить в то, что муж просто использует её как удобную ширму, чтобы вовсю развлекаться на стороне, без особых обязательств. Ведь штамп в паспорте – это действительно «секс без обещаний». Жена – на первом месте. Ложь одного порождает ложную веру у другой. Милая, изящная, очень красивая женщина верила в навязанную ей без особого труда сказку, а правильное, ложь, и очень боялась того момента, когда всё раскроется. Именно, боялась правды, зная её и отвергая одновременно. Когда грянул гром в виде звонка любовницы, которая извинялась за то, что причинила столько горя и слёз, и в то же время жаловалась на то, что сама теперь в таком же «брошенном» состоянии, а этот «...», оказывается обманывал её с другой (вдумайтесь в парадокс ситуации!), когда наша героиня за полчаса узнала столько о своём муже, сколько ей даже в самом страшном сне не приснилось бы, с ней случилась истерика. Она то смеялась, то

плакала, то кричала, то молча раскачивалась из стороны в сторону, а в это время подходило к сознанию единственно верное решение: развод, надо начинать новую жизнь, надо начинать уважать себя, надо начинать верить в себя, в новую, без лжи и обмана. А не посмотреться ли нам в зеркало? А кто там у нас? Ой, какая замечательная дивчина, с ясными глазищами и обаятельнейшей улыбкой. Вот с этой правды и начнём новую жизнь. А прошлое возьмём в запас как прекрасный опыт. И больше *себя* обманывать не будем.

Буквально из самой гущи жизни можно брать какие угодно ситуации и рассматривать их с позиции как обмана, так и самообмана. Мы уже говорили о том, что родители могут, прикрываясь «загруженностью» на работе, спокойно отдавать ребёнка в круглосуточные группы, бабушкам, родственникам. Да, ситуации бывают разные, и иногда действительно непредвиденные, но когда исключения становятся правилами, тогда велика вероятность того, что не «работа» мешает общению с ребёнком, и не она отвлекает от родительского долга и почётного процесса воспитания, а элементарная нелюбовь к ребёнку, который родился «не тогда», «не от того» и вообще, не таким и не тем... Не таким послушным и покорным, как соседский дрессированный пудель, не таким талантливым или красивым, как у подружки или начальника, не таким здоровым, не таким... И тогда, чтобы не признаваться самим себе в чёрствости и жестокости, в безразличии к собственной крохе, родители начинают выискивать причины, по которым им «законно» можно увиливать от общения «не с тем и не с таким» ребёнком. Ложь самому себе – самая страшная ложь. Она страшна даже не тем, что её надо навязать другим как «правду», а тем, что и сам человек верит в неё как в «правду».

«Уход в болезнь» ещё один вид самообмана. Он даёт много привилегий. Больному не предъявляют претензий, с больного много не спрашивают, его жалеют, ему помогают, его хвалят, и терпят склочный характер. «Больным» быть удобно – всегда можно манипулировать другими и обвинять их в том, что они «бесчувственные», если делается что-то не так, как хочется «больному». Вызывать у окружающих чувство вины, заставлять их подстраиваться под себя, контролировать всё вокруг – разве «болезнь» того не стоит? Вот и приходится глотать таблетки и

хвататься за разные части тела, то и дело охая и ахая, подкатывая глаза, чтобы не выйти из роли.

Много чего хранится в тайниках нашего сознания. Но давайте рассмотрим самые основные причины, подталкивающие к самообману. Самой первой причиной будет страх сделать или сказать что-то не то, что от тебя *ожидают*. Страх допустить ошибку, страх не вписаться в общую схему, который закладывается ещё со школы, а то и с детского сада вызывает стыд, и нет стыда страшнее, чем стыд оказаться всеобщим посмешищем. Сколько горя приносят насмешки! Вот школьный урок. Учитель задал вопрос. Но то ли сам вопрос был неудачно сформулирован, то ли сознание было настроено на что-то другое, и вот тянется вверх рука, звучит ответ, и весь класс взрывается смехом. Умный учитель сгладит ситуацию, поддержит ученика, но ведь чаще, после такого «конфуза», замыкается ребёнок, начинает бояться напоминаний о том, что произошло, болезненно реагирует на то, что могут обозвать «дураком» и засмеивать при каждом ответе.

Избегать негативных эмоций против себя – это ещё одна причина самообмана. Урон, наносимый личности чувством стыда, унижения или смущения, может оказаться более значительным, чем психологическое преимущество отказа обманывать себя. А прямо вытекающие отсюда размышления об оплошности или неудаче усугубляют чувство унижения. Чтобы не жить в подобном аду, психика автоматически включает кнопку «защита» и ум начинает придумывать причины и обстоятельства, искажающие реальность. Самая распространённая психическая защита – «сам дурак». Самооправдание, незаметно переходящее в самообман, мешает возможности извлечь урок из сложившихся обстоятельств, а потому «наступать на те же грабли» придётся ещё не один раз. И каждый раз будет найдена причина, почему «дурак кто-то», только не я.

Самая «невинная» ложь, которая может касаться любых мелочей, начиная от уменьшения лет своего возраста, или преувеличения своего социального статуса имеет всегда только один корень: страх оказаться в глазах других самим собой. За этим страхом стоят и неуверенность в себе, и желание услышать комплимент, чтобы не верить своим глазам, глядя в зеркало...

«Невинная» ложь, якобы защищая беззащитное и легко ранимое «я», на самом деле не адаптирует к жизни, а учит защищаться от неё. Вечная война с неизвестным самим собой и окружающим миром – согласитесь, это слишком высокая цена за то, чтобы как можно дольше скрывать от самого себя «кто я?».

## Глава 11. Ложный стыд – реальная разруха

Так трудно и невыносимо стыдно бывает сказать: «я был не прав». Но это ложный стыд, а всё, что принадлежит царству лжи, не даёт возможности вернуться на путь истины, на путь восстановления отношений.

Ведь часто бывает так. Семья. В ней уже давно что-то разладилось. А может, не ладилось никогда и всё держалось на *ложном терпении* и нежелании признаться себе, насколько неправильным и опрометчивым был выбор. Но это уже не важно. Результат всех решений, и опрометчивых, и правильных уже давно виден всем окружающим, и этим двоим остался последний шанс хоть что-то исправить, понять, изменить. Только вот кто захочет этим шансом воспользоваться? Спираль страстей так раскручена, наговорено и наделано уже столько, что повернуть назад... - *стыдно!* Вот она – главная проблема: *ложный стыд*.

А чего стыдимся? Да всё той же наговоренной лжи, надуманной, притянутой за уши, сказанной с чужих слов и подач, пропущенных через сито обид и разочарований, которые также возникают из ложных представлений о себе, о другом, о том, что может быть (а ведь может и *не* быть).

Она, уверенная в том, что «никуда он меня не денется», постоянно долбит его в том, что он ничего не делает, только жрёт и спит, что он никакой в постели (с подружками этот вопрос обсуждается постоянно, и те единогласно приняли решение: гони его, зачем он тебе *такой* нужен!), что как отец он тоже ничтожество, и это, кстати, особо, со смачной присыпкой трёхэтажных матов, повторяется в присутствии ребёнка. Справедливости ради скажем, что «лодарюга» (от слова «лодырь») работает на двух работах, причём одна из них –

ночные смены; что родители «лодарюги» постоянно передают не сумки, сумяры с продуктами, и по любому случаю и без делятся последними крохами от пенсии. Насчёт постели тоже не всё честно. Особенно если учесть специфические формы взаимоотношений. Ну, а отцовство, это вообще отдельный разговор. Да и трудно быть хорошим отцом тому, кого с детства воспитывают в неуважении к отцу и провоцируют на мелкие и не очень пакости.

То, что «кому такой нужен, да он за тобой ползать будет» - это подружки явно погорячились. Да к тому же все они либо разведёнки, либо с такими же проблемами сами, а сапожнику без сапог, как вы помните, лучше сапоги не заказывать.

Долго ли коротко вся эта семейная драма разворачивалась, но всё, по законам жанра, должно рано или поздно разрешиться. Либо в одну сторону, либо в другую. И принимает парень решение: хватит! Едет к родителям, которые давно знали истинные отношения этой семьи (но не вмешивались), а потому и не удивились, когда сын спросил: «примете меня назад, можно я вернусь и буду жить с вами?» Что могут ответить мать с отцом, когда невестка и их матом крыла, во всех грехах обвиняя? Конечно, сначала порекомендовали подумать, не спешить, попробовать поговорить по-нормальному, ну, а если всё как всегда закончится – возвращайся сынок, в дом родной, и с работой решим, и поживёшь спокойно.

А жена? Когда парень не пришёл домой раз, два, три – приумолкла «труженица». Прикусился язычок своенравный. Поняла она, что контроль потеряла над мужем, что манипулировать своей жилплощадью уже бесполезно. Только вот что теперь делать? Ведь если почует парень свободу, если поймёт, что за ним уже давно очередь выстроилась – не вернёшь его больше. Не захочет он из рая тех, кто знает цену одиночеству, в ад семейный возвращаться. Да и на каких условиях? Капитулировать перед ним? Простелиться ковриком для ног? И снова закипает злоба и неприязнь в сердце: перед кем это я стелиться буду?! Да в том-то и дело, что уже не перед кем. А злобу свою пойдя подружкам отдай, и если какая из них с твоим мужем уже роман крутит – не удивляйся, это тебе он *такой* не нужен, а они только и ждали, когда вакансии освободится. Зря, что ли они на советы напрягались?

Отчаянье и страх остаться одной мучает кошмарами. Слёзы не высыхают. Мир сжался до одной проблемы: как всё вернуть? А всё – это что конкретно? Что именно вернуть хочется? Скандалы, упрёки, неуважение, презрение к мужу, его «несостоятельность» в постели? Когда в сотый раз выбрасывала сумки за порог с его вещами, от чего избавиться хотела? Теперь сумки подняты и отнесены в другое место. Место на постели, где раньше спал муж, освободилось, никто одеяло на себя не тащит, никто по ночам не будит. Ведь ты к этому стремилась? Не-ет?! Теперь ты всё поняла? А всё – это что? Это сколько?

А это ничто и нисколько. Нет истинного раскаяния. Нет чёткого понимания, что ещё миллиметр – и будет потеряно действительно то самое «всё». Обиды перекрыли сердце. Ум работает только в направлении прошлого и постоянно прокручивает то, что вызывает приступы злобы. Нет главного в сердце – любви. Есть только расчёт – сколько и что потеряю, если он уйдёт. А ложный стыд попросить прощение, ложный стыд сказать: извини, я была не права, перекрывает остатки ума и заливает их лицемерной гордостью.

Как же в глаза подругам смотреть? Что люди скажут, соседи? Те, которые слышали все эти годы скандалы и которые смаковали по словечку каждый эпизод. Но ведь этот собачий пир ты устроила им сама, постоянно подкармливая интимными, *сокровенными* подробностями. Святыню чувств и отношений под ноги псам бросала! Чего же ждёшь теперь?

Поникла голова. Протрезвела. Ледяной ужас одиночества сковал язык. Не хочешь его терять? Пунцовыми становятся щёки. Стыд не даёт ответить: не хочу, но склонённая голова машет отрицательно. И текут реки слёз.

Пусть текут. Вместе со слезами пусть выходит ложный стыд, ложная гордость, ложная бравада. Слёзы очищают. А мы пока подумаем, как всё исправить.

Главное – это избавиться от ложного стыда и понять: никогда не поздно сказать: прости. Никогда не поздно отыграть всё назад, если оба не готовы к разлуке. Всегда наступает время, когда нужно что-то *кардинально* менять в отношениях. И ложный стыд признать то, что прежние отношения изжили себя, главный и практически единственный тормоз на пути к семейному счастью. Когда люди женятся, они имеют определённые взгляды

и надежды на брак. А ещё, когда женятся, то возраст и годы не застывают на отметке в паспорте. Время меняет не только внешность, оно корректирует и внутреннего человека. Этапы взросления бывают в разных возрастных категориях, а семья – это живое энергоинформационное существо, и она тоже подвластна воздействию времени.

Счастливые семьи есть. Но они никогда не выносят сор из избы. Поэтому всем кажется, что в счастливых семьях сор не бывает. Это утопия. Каждая семья, это живой организм, который подвержен, как и всё живое вокруг, определённым (социальным) болезням. Прививкой от распада, смерти семьи является всё та же любовь или хотя бы искреннее уважение друг к другу. А выяснение отношений – это профилактическая чистка того, что накапливается как мусор. Ведь даже самая аккуратная хозяйка, ежедневно поддерживающая чистоту в доме, всё равно, хотя бы раз в год, но делает генеральную уборку. И каждый раз удивляется – откуда столько мусора и хлама набирается? Вот так же и в семье – генеральная уборка отношений всегда нужна. Можно назвать это кризисом отношений, где кризис – это состояние, когда по-старому уже никак, а новое всё никак не определяется. Кризис – это когда есть желание и понимание того, что нужно что-то менять, но что – надо решать совместно. И главное – честно. Без ложного стыда и ощущения собственного поражения. Когда рушится семья – победителей нет, проигрывают все, но особенно – те, кто из-за ложных убеждений не захотел искать новых путей, кому было стыдно сказать: прости, и признать за собой часть вины.

Ложный стыд всегда заканчивается реальной разрухой. Ложь, помноженная на ложь, всегда увлекает на ложные пути и решения. И есть только один способ разорвать её плотную липкую паутину – перестать слушать «советчиков», прислушаться к своему сердцу, и отбросив ложные условности, сказать всего лишь одно слово: прости. И как только оно будет произнесено, произойдёт чудо: от стыда не останется ни следа, он испарится как туман, и на душе станет легко и свободно. Первый шаг навстречу себе уже сделан. Ведь любое «прости» - это осознание *своей* вины, это признание *своих* ошибок. А если ошибки поняты и осознаны – их можно и нужно исправлять. И это не стыдно. Не стыдно сказать, что этот человек мне дорог.



Не стыдно признать, что семья – это самое главное в моей жизни. А те страхи, которые прикрывались ложным стыдом, легко удаляются, как налёт, с помощью анализа. Главное – захотеть. Главное – поверить в себя и себе. И ценить то, что цены не имеет...

## **Глава 12. Симуляция, или ложь во имя уничтожения себя**

Что такое симуляция, особенно болезни, известно всем. Трудно, наверное, найти человека, который хотя бы раз в жизни не сослался на головную боль, плохое самочувствие или ещё на что-то, чтобы скрыть истинную причину того, почему не хочется что-то выполнять, куда-то идти, о чём-то думать. Иногда к симуляции приходится прибегать хотя бы ради того, чтобы просто отдохнуть, привести себя в рабочее состояние, элементарно восстановить силы и душевное равновесие. И в этом нет ничего страшного, если человек абсолютно осознанно делает это, понимая, что это вынужденный обман, вынужденный шаг в сторону и без него может действительно пострадать либо здоровье, либо отношения, либо ещё что-то не менее важное, ради чего стоит пойти на хитрость. Зачем лукавить перед собой – без умения находить выход из ситуации, без умения оценивать сложившиеся обстоятельства, без умения взвешивать все «за» и «против» и делать выбор, за который готов нести ответственность, адаптироваться, а тем более выжить в нашем мире просто невозможно. Но одно дело – оценить, взвесить, сделать выбор, взять на себя ответственность и, сославшись на несуществующие обстоятельства, выполнить задуманное, другое – взять за правило постоянно что-то придумывать, обманывать, юлить, от чего-то отлынивать или попросту игнорировать взятые на себя обязательства. К тому же, когда человек постоянно ссылается на здоровье, на несуществующие болячки, они имеют такую особенность, как появляться на самом деле. Мысль – это уникальный магический магнит, который притягивает к себе абсолютно всё, но особенно то, чего вы больше всего боитесь, или о чём больше всего думаете, представляя, что это есть у вас на самом деле. Когда врунишка-

симулянт постоянно хватается за поясницу и, охая и кряхтя, показывает всем видом, как ему трудно передвигаться, очень скоро он получит эту боль на самом деле, так же, как и всякую надуманную другую. А если происходит ссылка на некие трагические обстоятельства, то они тоже не преминут войти в судьбу, и тогда уже можно будет честно на них ссылаться. (Вот только стоит ли желание что-либо просимулировать такой цены?)

Давайте возьмём классическую формулу: «голова болит». Что, как ему *кажется*, выигрывает симулянт? Ну, во-первых, если это постоянно повторяет женщина, понимая, что муж сейчас начнёт делать «предложения», это сто процентное избегание секса. Если муж не очень любим, если к нему уже есть определённая доза брезгливости, плавно переходящая в отвращение, то понять такую женщину можно. Симуляция – её единственный шанс сохранить брак, детям – отца, для «общества» – видимость благополучной семьи. Но, как вы уже поняли, данная симуляция, учитывая интересы «большинства», загоняет женщину в тупик личной жизни. Скандалы в «благополучной» с виду семье происходят всё чаще, истерики и нервные срывы у такой женщины становятся нормой, хотя иногда подобная «жизнь» может закончиться и глубокой депрессией, уходом в себя, алкоголем... А ведь всё начиналось с невинной симуляции, всё начиналось всё с того же самообмана: стерпится – слюбится, другие же живут, и ничего. Да, в том-то и дело, что «ничего» нужно понимать буквально: из *ничего* *ничего* и получается. Потому и блудит народ направо и налево, пытаясь найти хоть кроху своего счастья. А счастье всегда рядом, много счастья, огромное счастье – и кроется оно в уважении к себе, доверии себе, в сохранении к себе чувства собственного достоинства. Не любишь – не обманывай себя. Без любви секс становится нудной и неприятной обязанностью, без любви секс приедается через несколько недель, без любви не существует брака, даже если он проставлен штампом в паспорте, а одиночество в браке страшнее, намного страшнее одиночества без брака, потому что обман (измена) в браке карается совестью и общественным мнением, она чревата огромными неприятностями и презрением близких и родных (где уж тут зауважать себя), а свободное одиночество имеет право на поиск своего счастья и любви.

Бывает и так, что женщина (мужчина, но реже) не очень сексуально озабочена, и за счёт половой энергии, которая имеет ещё и название *творческой* энергии, решает какие-то другие дела, более её интересующие. Если в семье есть взаимоуважение, взаимопонимание, если в семье есть *общие* дела и *общие* интересы, обид и конфликтов на эту тему не возникает. Всегда находится устраивающее обе стороны решение, и семья сохраняет *внутреннюю* стабильность и равновесие. О внешней показухе они даже не задумываются, и сокровенные стороны их жизни остаются для всех тайной, покрытой непроницаемой тканью (за которую любопытные и досужие кумушки, не имея своей *тайны*, так и норовят засунуть свой длинный неопрятный нос).

Обратите внимание: где есть взаимное доверие, где двое умеют понимать друг друга, там не возникает даже намёка на симуляцию.

Бывает и так, что «голова болит», причём с регулярной постоянностью, у мужа. Доктора ничего не находят, а голова болит и болит. Или живот. Или вообще «спать хочу, устал»... Симуляция? Даже не сомневайтесь. Мужчины намного сексуально активнее женщин. Хотя, если женщина хочет выйти замуж, она демонстрирует не меньшую сексуальную активность. Штамп в паспорте немного охлаждает пыл, а то и вовсе сводит его на нет, но здесь, опять же, всё зависит от того, какая мотивация была у женщины при решении совершить столь важный шаг в своей жизни. Однако мужчины в этом плане тоже не отстают. И совместная жизнь может достаточно быстро охладить и их пыл. Здесь, опять же и опять всё зависит от мотивации, от того, зачем, по каким причинам заключался брак (и гражданский тоже).

Можно назвать и ещё одну причину всё той же «головной боли». Если «болит голова» - можно смело отказываться выяснять отношения, решать глобальные семейные проблемы, не говоря о мелочах, которые не вписываются в «личный график». «Болит голова» – это ещё и серьёзное оружие манипуляции. Это каким же бесчувственным надо быть, чтобы напрягать человека тогда, когда ему плохо! А потому: не трогай меня сегодня, не подходи завтра, и не нервируй своим присутствием вообще. Классический вариант из реальной

жизни: жена, которая уже полгода ждёт, когда же муж сподобится вспомнить о ней, как о женщине, не выдерживает, и начинает выяснять отношения. Причём абсолютно откровенным текстом. Муж, до полуночи сидящий каждый вечер за компьютером (в ожидании, когда жена заснёт), вначале упорно сопит и молчит (держится изо всех сил), а потом его прорывает. И чего только не услышала жена! Но главный тезис свёлся к тому, что «приходишь домой, отдохнуть хочешь, а тут ты со своими разговорами!» Почти как у Высоцкого: придёшь домой – тут ты сидишь... Вот и поговорили.

Частое прибегание к симуляции заставляет человека постоянно чувствовать страх и тревогу за то, что в любой момент может произойти разоблачение. Это напряжение требует колоссальных сил. Лицемерные маски (а это та же симуляция, только *самого себя*), надуманное (придуманное, взятое напрокат у кого-то) поведение, стиль жизни, абсолютно неестественный для уже оформившейся психики и определённого уровня сознания, всё это вынуждает человека выстраивать для себя определённый, выдуманный им мир, и тратить на его поддержание и *расширение* огромное количество жизненной энергии. Что страдает больше всего? – правильно, реальная жизнь, та, в течение которой свершается судьба, закладывается будущее. Ложное представление о себе, ложная подача себя, создаёт ложное впечатление у других. Ложное вчера создаёт, заставляет быть ложным сегодня, а ложное сегодня проецирует ложь на завтра. Будущее становится ложным, призрачным, опасным – никогда нельзя предугадать, насколько ещё хватит сил поддерживать эту ложь. А повернуть назад – уже иногда невозможно. Сложившийся имидж, ожидания окружения – всё это заставляет поддерживать игру, а ложный стыд стать самим собой, вернуться к себе, судорожным страхом сковывает сознание и подталкивает на очередную ложь. Страх проиграть, страх оказаться *обычным* человеком – вот что стоит и за ложным стыдом, о котором мы уже говорили, и за симуляцией.

Проблемы, накопленные в детстве, те самые проблемы, которые нужно пережить любой ценой, чтобы буквально выжить – вот что кроется в основе будущей трагедии, в том, что человек *стесняется* быть самим собой, стесняется своих естественных чувств. Не любила мать, бросил отец, старшего или младшего

брата/сестру любили больше, рос/ла в семье, где кто-то из родителей был неродным и не любил, родители были алкоголиками, наркоманами, скандалистами-сквернословыми, невзлюбили, презирали одноклассники, не сложились отношения с первой любовью... Да мало ли какие ещё есть причины для того, чтобы замкнуться в себе раз и навсегда, надев разухабистую или надменную маску, скрывающую нежное и ранимое сердце, израненную душу.

Однако и ложь, и симуляция, и обман с самообманом – это не выход из положения. И дело не в том, что *ложь разлагает характер*, сколько в том, что она является *признаком разложения*, и это разложение может быть наилучшим способом описано, как утрата своих взаимосвязей с другими людьми. Естественные, искренние взаимоотношения невозможно построить на лжи. Другой воспринимает вас так, как вы ему это демонстрируете, и на этом основании у него складывается мнение о вас. Ложное мнение, которое ещё больше травмирует психику, складывается только тогда, когда именно вы демонстрируете не себя, а то, каким вы *хотели бы* предстать перед этим человеком. (В данном случае мы не имеем в виду сплетни и оговоры, которые заведомо провоцируют ложное мнение).

Истина того, кто вы есть на самом деле, является лишь одной из жертв попираемого при этом доверия и эгоистических манипуляций в отношении к вам.

Перед нами женщина с буквально искорёженной судьбой. Но кто же так постарался? Мать? Отец? Общество? Без этого, конечно не обошлось, но все мы родом из детства. И у этой женщины *были* возможности всё исправить, *были* возможности вернуться к себе, стать собой, снять с себя *защитные* маски, но... Слишком уж удобными оказались они, и приросли к женщине уже не как защита, а как лицемерие, как ложь, навязываемая другим, чтобы этих других можно было дёргать за ниточки, как марионеток. И не заметила женщина, как втянула её ложь в ложные взаимоотношения с людьми. Понты, чванство, высокомерие, всё то, что было *защитой* в детстве от презрения и неприятия сверстниками, стали её «второй натурой», но правильнее – родной. И хотела бы она сейчас искренне общаться с людьми, с мужем, с детьми – а как? Сорвать с себя маску

означает навлечь на себя *стыд и унижение*, а это настолько невыносимая ситуация, что даже мысль о подобном вводит в ужас. Чувствуете? Оказывается, унижительно и стыдно быть самой собой! Как глубоко пустил корни самообман! Пережитое когда-то в детстве держит мёртвой хваткой настоящее сегодня, а значит, и будущее! Так сколько ещё будем поклоняться прошлому?! Или хроническая ложь, хроническая симуляция своего здоровья – это не такой мучительный стыд и даже не унижение самой себя перед самой собой? Не говоря уже перед другими.

Когда тактика симулянта оказывается успешной, происходит уверенность в том, что «всё хорошо», нет угроз для «я». Но это не успокаивает. Эта заставляет расширять границы симуляции и обмана, и сокращать границы своей истинной природы. Например, на работе выгоднее «не высовываться» и «включать мороз». В этом случае надо создавать о себе впечатление как о работнике, слепо и тупо выполняющем буквально все поручения. Это даёт немалые бонусы, на самом деле. Редко какой «начальник» поощряет инициативу (она заведомо наказуема), хотя его и раздражает то, что работник не хочет включать «думалку» и выполняет *только то*, что было чётко оговорено. Но в этом случае такой работник становится «надёжным», на него можно «положиться», и всегда точно знать, что даваемое ему задание будет выполнено «от сих и до сих». Удобно? Для «начальника» - да. А для работника? Во всех без исключения случаях – нет. Не верите? Когда человеку не интересна работа, и он ходит на неё только за тем, чтобы хоть что-то заработать – он насилует свою природу и душил свои способности и таланты. Если есть что-то неинтересное, значит, есть и то, что интересует, от чего загораются глаза, но что (чаще всего) меньше оплачивается. Ещё страшнее ситуация, когда работнику нравится работа, но он не хочет брать на себя лишние обязательства, «включая дурака» - здесь он добровольно наступает на горло своей песне, и там, где он мог проявиться и подняться, накопить опыт, чтобы потом применить его *себе* во благо и развиваться дальше, он застывает и через некоторое время действительно превращается в того, кого ещё недавно «включал». Кого обманул? По большому счёту, ***ни один из нас не может обмануть никого, чтобы не обмануть себя.***

Разоблачение всегда будет висеть домокловым мечом, а симуляция во имя подавления страха и тревоги очень скоро становится сама источником ещё более загнанного внутрь страха и тревоги от одной мысли о том, что всё раскроется.

Ложь и симуляция расчленяет, раскалывает личность, непрекращающийся конфликт между «я» и «я», между маской и маской, доводит до неврозов и психозов, и тогда симулировать уже ничего не надо. Болезни и неудачи, трагедии и «случайности» валят как из рога изобилия, и только этот шквал вынуждает человека капитулировать перед своей природой, и раскрывать свою истинную сущность!! Болезни растворяют маски учтивости и лести, маски доброжелательности и воспитанности – наружу выползает зверь, всем недовольный и всех ненавидящий. Мы уже говорили об этом, но воистину, только несчастья и болезни вскрывают ложь и выставляют наружу *естество* человека. Доброта и искренняя забота, доброжелательность, удивительная простота и проникновенность, оптимизм и терпимость, скромность и приветливость, отзывчивость на чужую боль и сострадание – разве всему этому нужны маски?! Тогда вздумайте – что прячете от себя и других? Собственный зверинец! Всю свою грязь. Всё то, что действительно стыдно показывать как себя. Накопленные обиды, мстительность, злопамятство, зависть, нетерпимость, несдержанность, распушенность, жадность, угодливость, индюшиное чванство, чёрствость, жестокость, злобность, лживость – всё это нужно прятать от других, всё это нужно скрывать. Вот только мы зададим вопрос: а зачем?!

Странный вопрос? Разве нужно весь этот негатив выставлять напоказ? Нет. Выставлять и гордиться этим навряд ли стоит. Но переполюсовать эти качества на позитивные смысл есть. Помните, мы говорили, что бороться с собой не надо, и уничтожать в себе ничего не надо. Надо просто честно понять и оценить себя, посмотреть на себя со стороны и принять мужественное решение: *не казаться* кем-то, а быть, стать самим собой.

Всегда есть примеры для подражания. Заметьте, мы говорим о примерах *для* подражания, а не о том, чтобы идентифицироваться, отождествиться с чужим поведением, и стать *как* (как кто-то). В жизни всегда встречаются люди,



которые вызывают уважение. Вот с них и надо брать пример, *перевоспитывая* себя, **оставаясь собой**, переполнювая свой негатив в позитив. По сути, любое качество вашей личности – это огромного потенциала сила. Вот силу негатива и нужно делать силой позитива. Сила никуда не девается, она просто меняет знак и работает на вас, а не против вас.

Симуляция может быть и неосознаваемой. Это можно назвать компенсационным неврозом, который проявляется в том, что человек долго не может выздороветь, сохраняя физическую или психическую неспособность. В медицине известны тысячи случаев, когда больные просто не хотели выздоравливать, хотя если им об этом сказать открыто, они бы обиделись, и заболели ещё больше.

Как пример, можно привести такой случай. Юноша неловко прыгнул с высоты в воду и повредил позвоночник. Реанимация, операции, прикованность к постели. Но главное – уход. Мама и папа не отходили от сына ни на минуту, меняя друг друга, ночуя с ним в больнице, заботясь о любом его желании. Через какое-то время ему разрешили смотреть фильмы, и юноша с утра до ночи крутил диски, которые ему приносили друзья. Завтра день выписки. Уже можно смело ехать домой (сохраняя постельный режим, ведь ноги-то не движутся, но больница своё сделала). Вечером поднимается высокая температура. Выписка откладывается. Можно продолжать смотреть фильмы и принимать заботу от мамы и папы. Вскоре снова день выписки. И снова под вечер – сильная температура. И так – несколько раз. Поняв схему, врачи сообщили время очередной выписки только матери, и каково же было удивление, раздражение, недовольство юноши, когда ему без предупреждения начали собирать вещи. Потому что терять ему в больнице было что. Во-первых, уход. За всю его шестнадцатилетнюю жизнь ни мать, ни отец не уделяли ему столько внимания и заботы, не говорили столько добрых слов, сколько за время болезни. Отец был в вечных командировках, мама тоже не сильно обременяла себя материнством, считая это прямым долгом своей мамы (бабушки мальчика). Когда семья, в редкие дни, собиралась вместе, начинались ссоры, «выяснения отношений», упрёки, крики, слёзы, высказывания недовольства. Так что знал мальчик, куда попадёт, когда мама с папой будут дома встречаться (на людях,

в больнице, они и то с трудом себя сдерживали). Ну, а о том, чтобы фильмы весь день смотреть, и вообще речи быть не могло: учёба, режим, физические упражнения, работа над собой...

Прошло много времени. Мальчик остался в инвалидной коляске. И если вначале прогнозы врачей были оптимистичными, то сейчас они только разводят руками, и честно говорят: всё зависит от него самого – захочет, будет ходить, пусть с палочкой, пусть хоть кое-как, но главное, чтобы себя обслуживать, не захочет – пройдёт совсем немного времени, и тогда уже действительно не сможет. Как вы думаете, какой вариант выберет юноша? А чтобы не сомневаться в ответе, добавим: он страшно боится жизни, того, кем он будет, что ему придётся работать, самому зарабатывать на жизнь, да ещё и учиться к тому же. А инвалидная пенсия – это более надёжный источник дохода. Пусть маленький, но зато напрягаться не надо. Вот так одна ложь, построенная на страхе перед жизнью, потянула за собой целую трагедию молодой, несформировавшейся жизни. У парня не было мотива выздоравливать, не было цели жизни. Он боялся стремиться к успеху, он не верил в себя, он не верил себе. Теперь ему до конца дней верить инвалидной коляске и памперсам. Что ж. И это тоже выбор. За всё в этой жизни надо платить.

Мы привели грозный пример. Однако за мелкую симуляцию и ложь приходится платить не менее серьёзную цену, которая просто растягивается во времени и событиях.

Обмануть других – плёвое дело, особенно когда тебя только узнают. Обмануть себя тоже легко. Сделка с совестью, аргументы в пользу подлости, нахождение причин, которые можно выдвинуть в оправдание... А что потом? А потом всё та же, но только *психическая* инвалидная коляска и *психические* памперсы. Недержание злобы и агрессии, недержание словесного завистливого поноса страшнее физиологического недержания мочи и естественных отходов; неумение и нежелание нести ответственность за свою жизнь, стремление не идти по жизни своими ногами, а придумать «передвижное» устройство, да ещё чтоб тебя возили, да всё на блюде – вот мечта, увы, многих, но кто из них хотя бы на миг задумывается о том, что мечтает, *по сути*, об инвалидной коляске?!

Ложь во имя уничтожения себя – имеет ли она право на вашу жизнь? Выбор за вами.

### Глава 13. Мне за тебя стыдно

Когда слышишь фразу: «Мне стыдно за своего мужа/жену/ребёнка/маму-папу и т.д.», когда видишь неподдельное возмущение, а иногда и презрение, гнев, раздражение, пренебрежение, так и хочется тут же задать вопрос: а как насчёт, чтобы на себя посмотреть? За себя никогда не бывает стыдно?

Конечно, открыто этот вопрос не звучит. Но ответ на него известен наперёд. Длинные монологи, где кроме «я, мне, моё, меня, моего» крайне редко, а то и вовсе не встречается «мы, наше, нам, для нас, нашего», подсказывают: такому/такой стыдно за себя не бывает никогда. Такие всегда правы. И такие – всегда обвинители кого угодно, только не себя. И всё бы ничего, если бы за всем этим не стояла самая большая их беда: у таких «непорочных и безвинных» всегда и во всём, что бы ни случилось в их жизни, виноваты все вокруг, кроме них самих. Вдумайтесь в парадокс: судьба моя, жизнь моя, решения принимаю я, а виноваты, если что не так, все вокруг. Как же так? Ведь когда подруга или друг дают советы, выбор всё равно остаётся за мной: принять или не принять, воплотить в жизнь или воздержаться. Решение принимаю я, а виновата подруга, государство, депутаты, начальники, сослуживцы, соседи – в общем все, кто окружают, и кто может видеть или знать о неудаче. Вот здесь надо остановиться. Здесь ответ на вопрос: почему так? И снова на арену выступает ложный стыд. А за стыдом скрываются такие негативные качества личности как безответственность, трусость, хвастовство, высокомерие, легковерие, легкомысленность, да и элементарная глупость, если на то пошло. Вот какие качества не хочет демонстрировать человек, вот в чём не хочет сознаваться никто. Потому и виноваты все вокруг, только не я. Ну, а если виноваты все, то на их фоне я кажусь просто умницей. Или тем, кем *хочу казаться*.

На примерах всегда проще показать, как проявляют себя те иные психические феномены, к которым относятся и ложь, и обман, и ложный стыд, и лицемерие... Поэтому рассмотрим, почему распалась одна, на первый взгляд, вполне благополучная семья.

Женились, *как казалось* этим двоим, по любви, и были тогда

очень молоды. Только-только оторвались от родительской опеки, хотелось романтики и самостоятельности, хотелось всего и сразу, а потому да здравствует новая семья, которую мы будем строить по своим правилам, где не будет запретов и ограничений. Построили. Или так казалось. Однако первые сексуально-восторженные месяцы прошли, будни начали брать своё, и тут оказалось, что каждый, создавая семью, представлял её совершенно по-своему. Так же как и своего супруга/супругу. Ей, как выяснилось, нужен был *настоящий* мужчина, за которого бы не было стыдно, особенно перед мамой (!?). Ему нужна была такая, на которую бы оглядывались все мужчины, и завидовали ему, подтирая слюни. Но каждый оказался «не таким», а поэтому недовольство другим началось сначала с глухого ропота, и закончилось громким хлопаньем дверью на прощанье.

Например, мама жены всё никак не могла понять, почему зятьёк не приезжает, как настоящий мужчина, копать её огород, подправлять забор, участвовать в ремонте дома, почему он не работает на двух, трёх работах, чтобы «достойно» содержать жену и иметь средства на подарки родственникам, особенно тем, которые со стороны жены. А ещё жена страшно краснела за мужа, когда он отказывался колоть дрова, носить воду, и делать мужскую работу, если они были с друзьями на пикниках. Он объяснял это тем, что ему это не интересно, и что его друзья знают об этом, и не напрягают. Зато он умеет вкусно поджарить шашлык, рассказать весёлую байку, или придумать новый интересный маршрут для новой встречи на природе. Но... Его друзья, это его друзья, а вот перед своими-то стыдно...

Он же всё время попрекал жену в том, что она слишком скромно одевается, не сексуальна, не умеет ярко преподнести себя перед теми же друзьями, что в постели с ней неинтересно, и вообще – не хочешь менять гардероб, дело твоё, а я, пожалуй, пойду налево. А то мне стыдно за тебя перед друзьями, пусть хоть видят моих любовниц.

Как вы думаете, долго ли могла продержаться такая семья? Скажем честно – десять лет. Первой не выдержала стыда за мужа жена. То, что он ходил налево её не смущало, вернее она делала вид, что ничего не замечает. Его же устраивало то, что рядом с ним были привлекательные, вызывающего поведения девицы, с которыми он весело проводил время, рассказывая, однако, что

женат, и разводиться не собирается.

Скажите, а можно ли было вообще назвать семьёй то, что было оформлено в паспортах как официальный брак? Ведь оба хотели семью, думая, что ею можно будет гордиться перед другими. Речь о детях не шла изначально, а когда уже невестомугу стало «стыдно», то ни о каком расширении семьи вопрос вообще не ставился. Каждый думал, что слепит из другого идеал. Каждый думал, что «берёт себе» нечто такое, что можно будет выгодно выставлять напоказ! Создалась *внешняя*, бутафорная семья. О внутренней, сокровенной стороне семьи, о том, чтобы наполнить её не только детским смехом и улыбками, но и любовью, уважением друг к другу, никто и не задумывался. Нужна была показуха. Она одной из первых «высочила» замуж, на зависть подружкам. Он – женился на хорошенькой. И для него именно этот фактор был самым главным. Потому что в школе он был «не в статусе», мальчишки-ровесники обсмеивали и презирали его, девочки пренебрегали и обходили стороной. Поступил в институт в другом городе, где не знали его прошлого. Здесь начали уважать за ум и знания. Здесь же в него влюбилась та, которая стала женой. Но она была первой во всём. И она оказалась не идеалом. А так хотелось отыгаться перед миром, отомстить неизвестно кому за прошлые унижения! Вот почему жена должна была быть «стервой», вот почему за неё было стыдно – потому что *она подчёркивала его прошлое*, потому что никакая «яркая и желанная другими» за него не пошла бы. Жена оказалась жертвой школьных комплексов мужа. Он – таких же комплексов жены. И оба они стыдились друг друга, потому что не любили, а втихую презирали друг друга за то, что не сумели отомстить. Кому?! А одноклассникам. А подружкам. А тем, кто не хотел признавать и брать в свою компанию когда-то...

Каждый хотел и стремился не к семейному счастью, а к обладанию «востребованным другими товаром».

Когда кто-то кого-то осуждает, то поневоле, не замечая, не зная этого, рассказывает о себе. Не прощается другим только то, до чего не можешь дотянуться сам. Стыдно за другого только тогда, когда не выполняются собственные амбиции, когда желания не совпадают с возможностями. И за каждым стыдом стоит зависть. Зависть к недостижимому. И эта зависть порождает презрение к тому, кого стыдишься. Вдумайтесь! На каких основах стоят

подобные семьи! А ведь таковых, с маленькими отличиями, тысячи. Тысячи жён и мужей, которые стыдятся своих половинок!

Вот милая дама. Она жутко ревнует мужа. Она любит его. Так, по крайней мере, пытается убедить. Вот только кого? Ведь для меня достаточно только одной её фразы: «Мой муж некрасивый, зато богатый», чтобы понять – мужа стесняются, его «некрасоты» стыдятся, но зато как боевое знамя выставляют вперёд его «богатство». А что будет, если он потеряет столь солидный социальный статус? Столь легко теряемое «достоинство»? Так ревнуем от «большой любви», или здесь страх потерять то, чем можно похвастаться перед другими, стыдясь, однако мужа, как такового. Что значит некрасивый? По сравнению с кем? Ведь и сама не красавица с обложки журнала. Тогда что скрывается под «некрасотой»? Да-да. Всё тот же стыд, что кроме «богатства» перед подружками и мамой «блеснуть» нечем. Потому и прозвучало за одну только встречу более десяти раз эта фраза: «он хоть некрасивый, но богатый». Очень хотелось добавить: и на твоё счастье, судя по всему, *пока* тебя любит. И нужна ты ему как любимый человек, а не как товар, которым он мог бы бахвалиться перед друзьями.

Когда один начинает сравнивать другого с кем-то, когда звучат фразы: «Вон у Машки Мишка мужик как мужик, а ты...», или «Ты посмотри какая жена у Мишки, красавица, хозяйка, всё успевает, холодильник едой всегда забит, прибрано-вычищено всё, ещё и весёлая всё время...», что скрывается за упрёками? Повторимся: зависть. У неё зависть к Мишке, у него – к Машке. Зависть – мало управляемое и поддающееся контролю чувство. Зависть – это огромных размеров удав, который питается той же выделяемой человеком завистью, увеличиваясь в размерах. Зависть душит. И ослабить её хватку может только злоба и ложь, «обеление» себя и очернение того, кому завидуешь. По-другому: чтобы стало легче, надо смешать с грязью того, с кем невозможно *сравниться*. И выставить другому такие требования, чтобы на его фоне выглядеть гораздо привлекательнее. И когда «другой» не оправдывает ожидания, за него становится стыдно. Хотя честнее, за стыдом к другому, кроется признание в собственной несостоятельности.

Как можно стыдиться того, кого любишь?! Но ведь и здесь

всё дело в себе самом. Вначале надо научиться гордиться собой. Вначале надо научиться уважать себя, и верить в себя. Тогда и доверие к собственному выбору будет. Тогда и гордость за того, кто рядом будет. Нет уверенности в себе, берут верх комплексы и прошлые обиды, унижения, неудачи – значит, стыд за другого обеспечен. Потому что «другой» отражает не больше, не меньше как то, что страшно увидеть или признать в себе. *Тот, кто завидует, всенепременно хочет, чтобы завидовали и ему.* Вот откуда ноги у стыда растут. Повторимся: здесь человек выбирает по принципу «удачного товара», и любовь здесь не при чём. А если «товар» оказался не по вкусу другим, если никто завидовать не собирается, а собственная зависть уже прижимает до хрипоты, вот до хрипоты и высказываются недовольства и упрёки, стремясь уколоть и задеть побольнее, да за живое.

Что делать? Разводиться? Лечиться. Лечиться от собственной зависти и собственного прошлого. Нет возможности обратиться к специалисту, тогда хотя бы запомните спасительную формулу: прошлое *было*, и его нельзя изменить, но всегда можно изменить своё отношение к нему. Мало ли что было. Было да сплыло. А жизнь продолжается. Не надо никому ничего прощать (только в очередную ложь да лицемерие впадёте), чтобы прощать кого-то, надо вначале простить себя. Если есть обиды, если от воспоминаний о прошлом текут слёзы или закипает злость – прощения себя не произошло. Отпустите прошлое. Оно уже *было*. Ведь так интересно узнать, что *будет*. Но если прошлое прочно сидит в вас, если оно не желает расставаться с вами, то у вас нет будущего, потому что оно автоматически становится вашим прошлым. И день завтрашний повторяет день вчерашний...

И если без стыда никак, то пусть будет стыд за то, что было рабское поклонение прошлому. Не стыд **за** прошлое!! А именно за рабское *поклонение* прошлому. Если поймёте сердцем то, что за этим стоит – стыд за другого растает как туман, как облачко. И на душе станет солнечно. Пустите в свою жизнь Солнечный Ветер Перемен! Он принесёт вам Новый День, он принесёт вам Будущее, он разгонит тучи зависти и откроет чистое Небо Любви и Радости. Простите себя. И поверьте в себя.



## Глава 14. Давай договоримся говорить друг другу правду

Странно получается: каждый из нас хочет знать правду, каждый боится стать заложником лжи, и в то же время неистребима аксиома «у каждого своя правда», и эта формула помогает многим жить в обнимку с ложью и обманом, со святой наивностью веря в них как в истинную правду. Жена *точно* знает, что муж изменяет, но он клянётся ей в церкви перед какой-то иконой, что верность – это его сильное место, и что, дорогая, можешь не волноваться, ты для меня единственная, и жена успокаивается, пускает слезу по поводу своей *глупой* подозрительности, и ещё больше верит в то, что она у мужа действительно единственная. Все вокруг, зная, как обстоят дела на самом деле, либо потешаются над наивностью, либо сочувственно качают головами, жалея самолюбие жены, а муж спокойно живёт двойной жизнью, с уверенностью в том, что его «не сдадут». Скажите, как надо поступить *правильно*? Травмировать ли психику жены правдой, и при этом чувствовать себя честным человеком, или продолжать делать вид, что ничего не знаешь, но при этом ощущать в душе элементы подлости? Как смотреть в глаза доверяющей тебе подруги или друга? Где грань между милосердным сочувствием и подлостью, где черта, раз переступив которую, назад уже не повернёшь?

Сплошные вопросы, на которые нет однозначных ответов. И нет их не потому, что «у каждого своя правда», а потому, что у каждого *свои* причины хотеть знать или не знать правду.

Вот женятся двое молодых людей. Вроде, любят друг друга. Вроде, доверяют. Но что-то не даёт покоя молодой жене, и не выдерживая напряжения, она начинает откровенный разговор с мужем по поводу его *будущих* измен. То, что они могут быть, эта дивчина даже не сомневается, иначе не было бы и этого разговора, но она старается заранее обезопасить себя от будущей лжи, от насмешек подруг, от двусмысленного положения, когда все всё вокруг знают и только жена ничего не понимает (или делает вид). Она *заранее боится* принять решение разорвать отношения и поступить так, как посоветовала бы сама другой на её месте. И произносится роковая фраза: «Знаешь, милый, давай договоримся говорить друг другу правду, и если ты мне

изменишь, я хочу знать об этом первая». При этом не выставляются никакие ультиматумы о том, что измена не простится, что она недопустима и брак тут же разорвётся... Дивчина не готова отстаивать своё право быть единственной и неповторимой, но ей *кажется*, что муж никогда её не предаст. И честность в отношениях удержит его от неблагоприятного поступка.

А ведь честность уже в одной только прозвучавшей просьбе не подразумевалась. И мужу был дан конкретный настрой: я знаю, что можешь мне изменить, и я готова это признать, при условии, что ты мне об этом расскажешь сам. Страх перед сплетнями подруг, страх не знать правды и быть предметом насмешек и пересудов оказался сильнее страха узнать правду о том, что ты больше не единственная, и не самая желанная. И вы уже знаете, что там, где поселяется страх, там всегда прорастает ложь. И семена лжи и измены уже посеяны в произнесённой просьбе.

Когда наступил час «Х», и жена, застукав мужа «на горячем», узнала то, о чём *хотела* узнать, когда муж, помня о договоре, не стал юлить и рассказал всё как есть, жена произнесла удивительную по своей логике фразу: «Ты что, действительно поверил в то, что я хочу *об этом* знать?!» Да. Эта горькая реплика, выдернутая из самого сердца, очень похожа на ту, когда человек восклицает: «Мне не нужна *такая* правда!», но в нашем случае всё гораздо серьезнее. В нашем случае нет желания и мужества знать вообще хоть какую-нибудь правду. *Потому что нет, не выработано психикой никаких защитных схем против измены и предательства.* Человек беззащитен перед данного вида ложью, у него нет иммунитета противостоять этой блудной заразе, и жизнь для него заканчивается там, где начинается правда о лжи.

Иногда, чтобы заглушить боль, обманутый человек начинает сам погружаться в пучину измен. Но это не приносит облегчения. Более того, *такие* люди чувствуют себя после *этого* грязными и опустошёнными, но если боль не проходит, если вопрос жить или не жить уже вызывает равнодушие, они могут с остервенением продолжить *саморазрушение*, как будто *наказывая себя* за то, что не могут «быть как все». Что не хотят мириться с предательством. Ложь и подлость одного толкает на

ложь и подлость другого. Да, можно говорить, что никто не заставляет уподобляться тому, кого не можешь простить, и это выбор самого человека. А ведь можно сказать и о том, что безответственность и жестокость, не умение ценить нежные и хрупкие чувства того, кто любит, ломает и корёжит его психику, и разве тот, кто любит виноват в том, что любит?! Разве это преступление – бояться потерять любимого человека? Бояться перестать ему доверять, в него верить?

Хотите знать самую большую ложь по поводу измен? Она заключается в том, что предатели убеждают себя и других в том, что изменили только телом, а не душой. Но так не бывает!! Даже самый примитивный и скотский секс не произойдёт без *желания обладать* чьим-то телом. И любой, самый животный и низкопробный секс подразумевает включение пусть элементарных, но чувств. Когда создаётся семья, автоматически включается *выработанное веками* условие: *и телом, и душой* эти двое навеки вместе. Душа без тела не может существовать на земле. Тело без души – труп. Душу и тело нельзя разъединить, и тот, кто пытается это сделать, убивает и тело, и душу одновременно. Нельзя изменить телом, и не затронуть Душу. Нельзя изменить Душой, сохранив в чистоте тело. «Всякий, кто смотрит с вожделением на женщину, уже прелюбодействует с ней», говорил, а может, предупреждал Христос. Потому и заключались браки на веки. Потому и запрещались разводы. Потому и осуждалось прелюбодеяние, или супружеская измена. И приравнивалась она к самым страшным грехам, к убийству, потому что измена одного влекла за собой действительно убийство Души другого.

Вот почему так трудно пережить факт измены. Вот почему так не хочется верить в то, что тебя предают. Душа не готова к предательству. Она начинает умирать. И жить уже не хочется. И мысли о суициде уже не пугают. И если умирает Душа, то зачем тогда ходить по земле мёртвому телу?!

Очень легко рассуждать и давать советы тогда, когда это не касается тебя. Очень легко чувствовать себя героем и заявлять, что вот я бы на твоём месте...! И очень сложно потом дать самому себе такой же совет, действительно оказавшись *на том же* месте. Нет здесь прямых ответов. И советы, даже самые искренние, опасны. Чужая Душа – потёмки. В своей бы не заблудиться.

И всё же продолжим исследовать себя. И всё же с разных сторон рассмотрим обманные манёвры и приёмы, стараясь разобраться как можно больше в себе, и только потом – в других. А потому поговорим о «смелых», о тех, кто сразу и безапелляционно заявляет: измену не прошу, сразу уйду, никаких компромиссов и прощений, никаких шансов на исправление.

Работая уже не один год с разными людьми, и «смелыми», и не очень, всё равно никогда не знаешь точно, как именно в этой ситуации поступить правильно. И потому начинается поиск скрытых мотивов. Что кроется за «смелостью»? Может простой расчёт? Изменил – плати половиной имущества, и будь здоров. А может уже давно есть и свой «запасной аэродром», но об этом лучше не говорить, выставляя в неприглядном свете другого, а не себя. Иногда бравада бывает истеричной, и за ней кроется невыносимая обида и боль, которую страшно и стыдно показать. И тогда мы снова сталкиваемся с ещё одним видом ложного стыда. А бывает и так, что человек боится насмешек в том, что не держит своего слова, и цепляется за отношения, хотя до этого декларировалось безоговорочное неприятие измены. Поразному бывает. И иногда всё вместе взятое. Но чаще всего оказывается, что как бы там ни было, но боится человек развода, не готов к разлуке и одиночеству, а честнее, не готов ощущать себя брошенным, ненужным, использованным, пущенным в расход. И чтобы доказать свою «нужность», пытается оправдать своё поведение в том, что не уходит, не хлопает дверью, не рубит сгоряча. А обида-то остаётся! А боль-то не проходит! А пустота-то растёт! И теплится надежда, что вот теперь всё наладится, всё будет хорошо, и это надо забыть как страшный кошмар.

Но жизнь – не сон. И у надежды нет обязательств. Вот она есть, а вот её нет, а вот она снова появилась, чтобы тут же раствориться в слезах сомнений.

Увы, какими бы оптимистами мы не были, но жизнь и опыт показывают – то, что происходит однажды, может не произойти никогда (а может и произойти), но вот то, что происходит дважды, *обязательно* произойдёт трижды (и четырежды, и в пятый раз...) И здесь автор «Алхимика» был прав. Поэтому расскажем о самом неприглядном виде надежды, которая незаметно переходит грань удивительно живучего самообмана.

Вот перед нами замечательная девушка. Она много лет

встречалась с парнем. И не просто встречалась – жила с ним гражданским браком. Но в первый раз он бросил её, променяв на «свободную» жизнь без обязательств. Она много плакала, но, в принципе, быстро утешилась тем, что завела новые отношения. И всё бы хорошо, и наладилась бы жизнь, если бы не осталась в душе *глубокая обида и чрезмерно раненое самолюбие*. Мы подчёркиваем именно этот фактор, потому что на нём строятся все остальные ошибки и начинает прорастать ложь. Честная обида и честно страдающее после предательства самолюбие, это нормальные и естественные чувства *любого* нормального человека. Но они и прекрасно унавоженная озлоблением почва для семян мести и торжества «справедливости», которая к истинной справедливости не имеет никакого отношения.

Тот, кто бросил, подумал-подумал, и не найдя никого более лучшего, решил восстановить взаимоотношения. То ли забыл он о том, почему в первый раз «не понравилось», то ли выиграло самолюбие, что «такая корова нужна самому» (из сказки, где мужик хотел продавать старую, уже недоящую корову на базаре, попросил помочь цыгана пропиарить «товар», а тот так расстарался и расхвалил «товар», что мужик послушал-послушал, да и решил: «Такая корова нужна самому!» и повёл её назад домой), но вот уже снова живут эти двое вместе, но врут и себе, и другому отчаянно. Она, наивно поверив, что без неё «никак», горит мстью и желанием заставить страдать этого «...». Он же, вновь ощутив себя с той, от которой ещё не так давно не знал как избавиться по-хорошему, вдруг понял, каким неумным оказался и в этот раз. Наступать дважды на *одни и те же* грабли всегда крайне опасно. Они ведь и бьют *в одно и то же* место на лбу, а потому и болит сильнее, и заживает медленнее. Потому и решение, что ошибся, не надо было этого повторять, пришло гораздо быстрее, хотя и болезненнее. Но ведь и дивчина – живой человек! И месть быстро перетрансформировалась в страх *всё* потерять. Ведь желая, мечтая отомстить, теща самолюбие тем, что вот, не смог без меня, я незаменимая и самая желанная, она даже не подумала о том, а что будет чувствовать, как переживёт такое же предательство, какое не могла простить она, тот, кого она бросает ради второй попытки? Чем она теперь лучше того, кому собиралась отомстить? И стоила ли месть и желание

восторжествовать над «соперницей» новых, прекрасно складывающихся отношений? К тому же страх через прозрение того, что натворила, и что уже ничего нельзя переиграть, привёл к тому, что начала дивчина сама себе лгать. Она упорно делала вид, что не замечает ни поздних приходов «мужа» домой, ни того, что он игнорирует её в постели, ни того, что уже без упрёков и претензий не разговаривает с ней... Всё пыталась свести на «нет» она, унижаясь и прогибаясь. А как же – Душа-то ведь болит, сердечко от обид кровью обмывается, а ум змеёй шепчет: «Прогодала, прогадала, прогадала...» Но то, что построено не на любви, а на мести, и на чувстве потери собственности («корова»), обречено на развал. Отношения без любви – песочная горка на берегу моря, которую любая волна смоем и разрушит, не оставив даже следа.

Он заявил о том, что уходит, она – что никуда от меня не денешься, потому что любишь только меня. И началась агония. Не успеет он посмотреть в её сторону без злости – она уже радуется, делая вывод: «любит!», не успеет позвонить и нормально спросить: «как дела?», она торжествует: «нужна!»... Как-то сказала, что едет в другой город, как раз туда, куда переехал тот, кого она бросила, как тут же в ответ услышала кучу оскорблений и запрет ехать: «ура, скоро снова сбудет моим!» Однако, как только поездка отложились, всё снова осталось как прежде, а принцип «коровы» снова сработал, но уже на стороне дивчины. Как было объяснить ей, что ничего хорошего, даже если в третий раз что-то начнётся, не получится? Ведь не поверит. И не поверила. И третий раз всё на те же грабли наступили оба... Вместо того, чтобы искать *действительно* любимого человека, вместо того, чтобы дать *себе* шанс построить *свою* жизнь по-новому, эти двое давали шансы друг другу, ходя по старой колее отношений. Но сколько ни ходи по кругу, а придёшь туда же.

Говорили ли они правду друг другу, вновь и вновь восстанавливая руины, и строя из обгоревшего материала отношения? Каждый думал, что «да». Но честнее, каждый думал, что *ему* говорят правду. Себе разрешалось допускать обман и лицемерие. Готова ли была дивчина слышать правду? Однозначно, нет. Готова была поверить в ложь и обман? Без сомнений, да. Готов ли был парень на вторичные отношения? Категорически, нет. Верил ли себе, что ошибся в первый раз?

Разумеется, да. Но в «корову» бы не поверил, даже если ему всё расписать как в рецепте.

А надо ли договариваться говорить друг другу правду? Самый честный ответ – нет.

Правда должна быть *только* в отношениях. И тогда не надо ни о чём говорить. Потому что не о чем. Если веришь и доверяешь – это и есть правда. Если подозреваешь и сомневаешься – это уже не правда. Ещё не ложь, но уже не правда. Подготовка ко лжи.

А если двое договариваются говорить друг другу правду, это говорит только о том, что они уже настроены врать друг другу, и каждый ожидает подвоха от другого.

Раненное изменой сердце, раненное презрением и равнодушием тело, измученная голодом, нехваткой Любви, самой первой истинной пищей, Душа. Что заставляет людей терпеть такие муки, ожесточаясь, впадая в безверие и цинизм? Что толкает их вновь и вновь в объятия обмана, что заставляет верить в ложь и игнорировать правду? Неуважение к себе. Недоверие к себе. Не умение и нежелание жить *своей* жизнью, и пытаться плющом завиться на чужой. Отсюда и лицемерный договор: давай договоримся говорить друг другу правду. А правда, она в сердце. Правда – в Душе. Нет Любви, единственной Правды на свете – страдает Душа. А страдает Душа, ищет суррогата тело. Измена, уход «на сторону» - это болезнь Души. Серьёзная болезнь. Опасная. И вылечить её может только Любовь, та, что даёт Жизнь и даёт жить. Любите!

## **Глава 15. Ты сказал, я поверил. Ты повторил – и я засомневался. Ты сказал в третий раз, и я понял, что ты лжёшь**

Трудно сказать что-либо против этой мудрости. Действительно, чем больше мы начинаем кого-то в чём-то убеждать, тем больше это похоже на оправдания и на желание *заверить* в том, во что с трудом или не до конца веришь сам. Сказанное один раз уверенным тоном имеет гораздо больше шансов укрепиться в сознании как правда и не вызвать сомнений, чем то, что многократно навязывается под видом правды. Это легко проверить на практике. Когда вы говорите



правду, вам даже не приходится в голову возвращаться к одной и той же теме несколько раз. Сказали – и забыли. Вернее для вас этот вопрос перестал быть актуальным. Почему? Потому что вам не надо запоминать ответ на него! Потому что правда хранится в памяти спокойно, а обман – в постоянном напряжении «как бы себя не выдать». Вот и начинается извортливая работа мозга по утрамбовыванию чужого сознания в том, в чём вы хотите кого-то *заверить*, а заодно *заверяете* и себя. То есть пытаетесь поверить в сказанное сами. Так же, как и не забыть.

Чем отличается оправдание от обмана и лжи, и почему его не приветствуют так же, как и ложь? Если мы чётко будем помнить, что ложь – это умышленное введение в обман, а обман – это умышленное искажение фактов, то легко дать и определение оправданию: оправдание – это *умышленное* приукрашивание себя за счёт унижения других. Когда человек оправдывается, он умышленно искажает факты, стараясь выгородить себя и свалить вину на другого. Когда человек говорит правду, он просто констатирует факт, и ему не надо ничего никому доказывать: сказал, и пошёл дальше. Есть разница?

Вы никогда не задумывались над тем, что чем больше человек критично и пристрастно относится к другим, тем больше он хорошего мнения о себе? Постоянно занимаясь «проработкой» недостатков других, такие люди всегда спешат сравнить их с собой, причём себя восхваляют порой до нескромности. «У этой грязнули как ни придёшь, всегда посуда не вымыта, и как она так может?! *Вот я*, как только все поели, сразу всё вымою, вычищу...» Принцип «вот я» - это принцип неуверенного в себе человека, готового по любому поводу оправдываться. И если вы к такой «чистюле» нагрянете без предупреждения, то наверняка застукаете и в её раковине ждущую помывки посуду, но... Но у неё тут же найдётся оправдание: не успела, была занята другим, отвлекли, только-только мыть собралась. Но суетлива речь, неуверенны движения, смущение выдаёт неискренность, а разговор то и дело возвращается к посуде, чтобы в который раз подчеркнуть, что вот-де, как неудобно вышло с посудой, а никогда ж такого раньше не бывало. Зачем? Зачем повторять и мусолить всё это столько раз? Затем, что оговаривая других, человек приукрашивал себя, заодно готовя почву для оправданий «если что». И это опять же легко

проверить. Послушайте внимательно сплетниц. Они умело *сплетают* для себя десятки будущих оправданий, презрительно осуждая кого-то. Это ж как надо не уважать себя, как недооценивать, чтобы через ложь и обман создавать о себе «правдивое» впечатление!

По сути, оправдания – это тоже некая форма психологической защиты. Оправдания позволяют хотя бы на короткое время сохранить о себе самом хорошее впечатление, и за это короткое время сознание успевает так перестроить информацию, чтобы она не ранила представление о себе как о хорошем. Вот такая изощрённая подтасовка фактов, где без зазрения совести искажается информация и о самом себе, и о другом, с той только разницей, что уклон в позитив предназначен себе, а всё негативное достаётся «тому парню». Весы оправданий всегда шулерские – они переоценивают свои достоинства и недооценивают чужие. Если это случается не часто, то самооправдание – это нормальный процесс, нормальное функционирование психики, защищающей уязвимое «я» человека. Невозможно верить в себя и сохранять чувство собственного достоинства, если «я», ощущение себя как «нехорошего», «недостойного» укреплены *в памяти*. Заметьте, не в сознании, а именно в памяти. И ничто так не искажает действительность как память.

Память – дама весьма ветреная. И её легко соблазнить уверениями в том, что она что-то неправильно запомнила или выдаёт как информацию. И в этом не только слабость, но и сила памяти. При помощи этого механизма «переубеждения» достаточно просто (на словах, но на практике это занимает очень много времени и усилий) изменить своё отношение к прошлому, перестать искать там причины всех нынешних бед, пересмотреть своё прошлое как один великий урок, посвящённый чему-то, как неоценимый опыт, который нужен для *правильного* построения будущего. Но сделать это можно, как правило, только при помощи специалиста, а потому резервами и особенностями памяти пользуются нерационально, и себе во вред. И как это не прозвучит удивительно – виной тому невежество, то самое, о котором говорил, как о самом главном враге человека, Будда.

Виной всему то, что воинствующее невежество, льющееся с экранов телевизоров, реклам и всевозможных афиш призывает

к тому, чтобы втянуть человека в ещё большее невежество. И если кто не понимает о чём речь, мы напомним: невежество – это тьма Духа, а Знания – это Свет Души. Но мы говорим не о школьных знаниях, а о духовных. Но опять же: духовность и церковность – это зачастую противоположные вещи и среди церковников есть немало воинствующих невежд. Достаточно просто посмотреть, как раздирают и до сих пор распинают Христа попы, не желающие делиться своей прибылью, но желающие много власти, а потому оказывается, есть Московское православие, запрещающее и карающее отлучением от церкви тем, кто посещает храмы Украинского православия (вдумайтесь в этот абсурд!!), а есть и вовсе католическая вера со множеством сект, и у каждой своя вера в Христа, и каждая хочет приватизировать Христа как приманку для набивания собственных карманов! Уже, как в средние века, можно купить «индულгенцию», «пожертвовав» «на храм», или купив свечи. И так же как тогда, ходят раздутые от сытости попы, да и не ходят, а разъезжают на дорогих иномарках, потому что торговля святынями, торговля Верой в Христа и Любовь оказалось самым выгодным предприятием!!

Воинствующий поп, беснующийся перед удивительным по своей силе Света творчеством Н.К.Рериха, захлёбывается ненавистью от одного только высказывания о том, что Бог и Христос у *каждого* в сердце, что молиться Ему надо в тишине своего сердца, и почитать, принося жертвы через Любовь. Любовь к ближнему, Любовь к Единству всего живого, Любовь к Родине и всем Матерям и Отцам – вот истинная Великая Жертва, которую каждый из нас может положить у ног Христа. Но разве попам от этого есть выгода?! Вот и держат они людей в невежестве, вот и строят храмы, как доходные дома, и называют ересью всё, что угрожает их раздутым карманам.

Невежество многолико. Оно повсюду распустило свои щупальца. Оно в оголённых телах рекламных девиц и альфонского вида «мачо». Оно в навязанном пристрастии к пиву, алкоголю, сигаретам, разнузданному поведению... Всё, что вызывает в человеке низменные чувства и есть элементы невежества. И если кто-то гневно воскликнет, что с церковью мы перегнули, и попы-то как раз «борются» с тем, что мы перечислили и тем, что осталось за кадром, то спешим заверить, нет – не перегнули, а ещё очень даже смягчили. Потому что нет

ничего невежественнее и безобразнее, как перекладывать ответственность за свою жизнь на плечи условного антропоморфного бога, наделённого человеческими страстями, и по своему усмотрению прощающего и карающего. Нет ничего невежественнее, чем думать и верить в то, что некий поп, далеко не святой, может «отпустить грехи»!! То есть, поп наложил епитимью, не поел человек мяса недельку-другую, пост «выдержал», воздержался (или сделал вид) от чего-то, и нет «греха»! А куда ж он, пардон, подевался, стесняюсь просить? Разве пост и воздержание без *переосознания* своего дурного поступка, что-то могут изменить в сознании? Любой умный и мудрый монах скажет: даже от малейшей привычки надо избавляться не меньше 1000 дней. Тысяча дней только для привычки! А сколько ж надо, чтобы избавиться от содеянного греха?! От того, чтобы не возвращаться к нему больше? И не из-за страха наказания, а потому, что мысли о нём просто должны стереться из памяти, либо отвергаться при первом же воспоминании. Вот это и есть РАСКАЯНИЕ, это и есть переосознание. И не один поп не в силах изменить сознание, ни один лицемерный пост, ни одна лицемерная, заказанная *за деньги*, молитва ничего не изменит, если нет на то *доброй* собственной воли. Именно доброй, от слова ДОБРО. И *переосознание* своего поступка может произойти только тогда, когда Добро пересилит зло. А когда это произойдёт, начнёт развеиваться мрак невежества, и *мракобесы* в поповских рясах больше не будут жиреть на чужой беде и душевной темноте.

Лампадка Духа хранится в каждом сердце. И разжечь её можно только в тиши и благодати собственного сердца. И это отступление мы сделали не зря.

Невозможно разобраться в природе оправданий и изощрённого обмана, если не провести демаркационную линию между невежеством и Знаниями. Всё, что относится к невежеству, имеет в своей основе ложь и лукавое оправдание. Всё, что относится к Знаниям, наполнено Любовью, Радостью и Добром, а ещё Красотой и Беспредельной Всевмещаемостью. Ничего не отрицает Любовь, всё в себя принимает, и всё собой преобразует. Ничего не отрицает Радость, наполняя всё своей мудростью, и Добро пробивается ростками добрыми даже среди камней. Вот если такими мерками подходить к другим и к себе, разве останется место для обмана? И нужно ли будет

оправдываться? Даже перед собой?

Но чтобы достичь *такого* состояния Души, надо немало потрудиться над собой. И очень многое пересмотреть, начиная с детства. Когда мы начинаем включать оправдания? Тогда, когда понимаем, от нас ждут именно этого ответа, от нас ждут объяснений, которые удовлетворят и будут приемлемы взрослыми. И начинается «подбор» схем методом «тыка». Постепенно ребёнок усваивает то, что от него хотят, и метод оправданий начинает служить избеганию наказаний. Вот именно с этого места, именно с этой точки – избегание наказания при помощи удачного оправдания и начинается дорога не к себе, а от себя.

Каждое наказание вызывает страх: страх боли, страх унижений, страх оскорблений и т.д. Каждый страх наказания включает либо агрессию, либо трусливое бегство. Агрессивный начинает нападать, ища не столько оправданий себя, сколько требуя их от других, трусливый начинает подличать и «сдаёт» всех, чтобы выгородить себя. Нормальный, адекватно воспринимающий ситуацию, человек относительно спокойно описывает ситуацию, говорит то, что считает нужным говорить, не лебезит, не хамит, но главное – уверенно и с достоинством держится. Заметьте, мы не сказали «святой» человек, мы сказали «нормальный». Тот, который может допустить ошибку, и может её признать. Более того, он может её исправить. И всё это без ложного стыда и оправданий, без поиска того, на кого можно свернуть или кого обвинить, выгораживая себя. На какой стороне этот *нормальный* человек? На стороне Знаний, на стороне Света. Этот человек уверенно продвигается по пути духовного развития, даже не подозревая об этом. Он просто выбрал Свет. И Душа стала его Проводником и Компасом на пути к Свету.

Оправдывающийся хочет, чтобы его простили. Мужественно признающий свои ошибки прощает себя сам. Также, как и наказывает. А ещё он мужественно делает выводы и извлекает уроки из жизни, не виня никого в том, что случилось с ним. Он несёт ответственность за себя. И он точно знает: его будущее было заложено в его прошлом и винить некого. Его никогда не накажет бог, потому что Бог – это Любовь, а бог – это выдуманная страшилка для тех, кто не хочет Света, кому нужны крысиные норы и крысиные предводители.

Человек, переступивший через невежество, не повторяет

дважды. Он говорит раз – и ему верят «на раз». Забитое и загнанное собственными страхами невежество суетливо проговаривает оправдание, затем ещё раз, а потом ещё – для тех, кто сомневается в его «искренности». И вычислить их очень легко по указанной в заглавии главы формуле. Легко вычислить уже и себя. Но так ли легко найдётся мужество перейти на сторону Света? Думайте. Никакой бог за вас не сделает этот самый главный в жизни выбор.

Света, Добра и Любви вам. Пусть Красота наполнит Радостью, как особой мудростью сердце. И Солнечный Ветер Перемен озарит ваше сознание. Только удержите этот удивительный Свет! Только найдите место *в своём Храме*, где сердце будет всегда алтарём Души.

## Глава 16. Научись говорить «нет!»

Уметь вовремя и к месту сказать «Нет!», быстро сориентироваться в предложении, взвесить свои возможности и честно отказаться, высказать своё мнение, резко отличающееся от общепринятого, не пойти на поводу у друзей, сотрудников, родственников – это в наше время чуть ли не героический подвиг. Если только мы не будем принимать во внимание откровенное хамство и пофигизм, при котором легко «посылаются» все, всегда и по любому случаю. Но это отдельный разговор и к нашей теме *никакого* отношения не имеет. Хамский отказ, безразличие к окружающим, это уже безразличие и хамское отношение к себе. Здесь нет героизма, как нет и ответственности за сказанное, а потому хама всегда легко «поставить на место» ещё большему хаму, и ничего за его хамским кривляньем, кроме трусости и низости не скрывается.

Мы же будем говорить об умении отстоять свою точку зрения, принять правильное решение, мы будем говорить о том, что всегда намного честнее и мужественнее отказать кому-то в просьбе, сохранив уважение к себе, чем согласиться на то, что заведомо не устраивает, и презирать самого себя за очередную трусость.

Ведь часто бывает так: подходит человек, которого вы уважаете, а может от него немного и зависите, и просит вас что-

то для него сделать. Естественно, либо в свободное от работы время, либо за счёт рабочего времени, но тогда вы не успеете справиться со своей с работой (и всё равно придётся задерживаться), либо ещё как-нибудь, и желательно бесплатно.

Так уже было не раз. И вы не раз давали себе слово: если ещё такое случится – скажу «Нет!» и точка. Но всё случалось уже не один раз, и каждый раз запал и мужество куда-то не вовремя пропадали, язык привычно лепетал: да, конечно, - и только оставшись наедине с собой, начиналась жестокая критика и себя, и просителя, и того, что вокруг вообще. Настроение портилось, показать это открыто «нельзя», поэтому дома всё это отыгрывается либо на домашних, либо на себе за счёт переедания, слёз, звонков знакомым с жалобой на то, что вас в очередной раз решили использовать, либо ещё как-нибудь. И есть во всём этом одна характерная особенность – недовольство проявляется только тогда и перед теми, когда рядом нет просителя и тех, кто ему передаст ваше недовольство.

Что же стоит за этой трусостью и мягкотелостью? Ведь если послушать, как шипит и кусается *внутренний злобный хорёк*, как он разоряется по поводу того, что снова придётся откладывать свои дела и заниматься чужими проблемами, можно смело решить, что уж больше такого он точно не допустит. Но хорёк не тигр, решения он принимать никогда не мог, а потому ничего ему не остаётся, как злобствовать и жаловаться на свою судьбу *хоремычную*.

Мы не зря на первый план выставили такую малопримечательную *часть личности*, как *злобный хорёк*. Это из-за него пересыхает во рту и вязнут от испуга мысли, когда звучит очередная просьба что-то для кого-то сделать. *Злобный хорёк* – существо очень неуверенное в себе, но в то же время очень амбициозное и завистливое. Исподтишка он кусает всех, любит прятаться за углами, наводя там сплетни, и очень хочет выслужиться перед всеми, чтобы его, наконец, оценили и о нём заговорили. И ещё он очень боится, что о нём забудут и что он никому не будет нужен. А потому...

Вот перед нами милейшая, на первый взгляд, девушка. Умничка, отзывчивая, старается предугадать любое желание, преданно смотрит в глаза и внимательно слушает то, что ей совершенно не интересно. Если её попросить куда-то сходить, что-то сделать, в чём-то помочь – она, не моргнув глазом, тут



же отзывается и на неё действительно можно положиться. Она сделает всё без сучка и задоринки, но... Но если послушать, что она говорит о тех, кому «помогает» и кому не отказывает, придёшь даже не в тихий, а в громкий ужас, и десять тысяч раз подумаешь о том, а есть ли смысл вообще обращаться к кому-то за помощью, и не дешевле ли во всех отношениях всё сделать самому, пусть медленнее, пусть не так качественно или вообще отказаться от чего-то, чем войти в отношения с таким поистине *злым хорьком*. Сколько ненависти, сколько раздражённого яда и желчи выливается на головы тех, кому она подобострастно «помогает»! И когда спрашиваешь: тогда зачем соглашаешься, если так реагируешь? – получаешь в ответ: если я откажу – меня больше не попросят, да и может самой когда о чём попросить придётся.

Вот с этих причин и начнём. «Если я откажу – меня больше не попросят» - один из основных страхов, который подкармливает *злого хорька*. И здесь кроются глубоко личные комплексы, где человек чувствует себя никому не нужным, брошенным, никчемным, тем, кого нельзя уважать и любить просто так, но только *за что-то*. Ещё раз: страх отказать кому-то, заведомо ущемляя свои интересы, страх сказать решительное: «Нет!» кроется именно в том, что человек свято и безоговорочно верит – *меня нельзя любить просто так*. А если это так, то надо стараться быть нужным, полезным, надо сделать так, чтобы без меня нигде не обошлось. Такому, не верящему в себя, в свою уникальность и неповторимость человеку, практически невозможно доказать, что купить, заслужить *искреннее* внимание и любовь к себе, просто невозможно! И так же, как ты сейчас нехорошими словами обзываешь просителя, стараясь в то же время выслужиться перед ним, так же точно он относится и к тебе, заведомо понимая, *почему* ты соглашаешься, используя твои комплексы и страхи. Стоит только один раз отказать, и ты сразу услышишь о себе столько нового и неожиданного, ты узнаешь о том, что «да никто в твоих услугах и не нуждался, тебе просто делали приятно (?)» и всё в таком же духе, что стоит поверить прямо сейчас: если нет желания, если нет искреннего порыва помочь – не помогай!! Честно откажись. Не буди в себе *злого хорька*. Лицемерная помощь страшна и опасна. И в первую очередь тому,

кто её оказывает. Каждый человек строит свои планы, рассчитывает своё время, настраивается на свои интересы. Любая просьба, не входящая в эти планы, разрушает их, отнимает время, не даёт заняться любимым делом, да и просто отдохнуть, если уж на то пошло. Любой диссонанс, внесённый в личную жизнь, расстраивает, раздражает, заставляет напрягаться, считаясь с чужими интересами. И здесь надо чётко отдавать себе отчёт: вы соглашаетесь разрушать свои планы и игнорируете свои интересы только от радости того, что вспомнили именно о вас, попросив о чём-то, или потому, что вам это действительно интересно? Если интересно, если вы получаете радость от выполняемого – здесь даже сомнений быть не может: решение правильное. Но ведь в таком случае и злобный хорёк не проснётся, и раздражения с недовольством не будет. И мучительного сомнения: почему опять не сумел отказаться, - не возникнет.

Однако когда есть действительное вторжение в ваши личные границы, когда бесцеремонно нарушаются ваше психологическое пространство, когда вас используют как пробку в любую пробочину, - вот здесь действительно надо подумать о том, как защитить себя.

Если в голосе не будет чувствоваться уверенности, но только раздражение, перемешанное со страхом, если всё ваше дальнейшее поведение не будет выражать твёрдости, отказ повлечёт за собой много неприятностей, и сломавшись, уже невозможно будет снова сказать «Нет!», потому что, легко вычислив ваш страх того, что вы больше всего боитесь: о вас забудут и не помогут в трудную минуту, - вас запугают презрением, молчанием, игнорированием... И вы уже будете готовы сами, без просьб, приносить тапочки в зубах.

Как побороть этот страх? Рецепт всё тот же: поверить в себя. Поверить в то, что вас можно любить, вас можно и нужно уважать. Если уважение достигается только ценой оказанных услуг – это ненастоящее уважение, и как только *уже вам* понадобится помощь (то, из-за чего вы и стараетесь), вам тут же дадут понять, что вы в чужие планы не вписываетесь, и ради вас своим временем жертвовать не намерен никто. И тут уже плач не плач, выпускай своего злобного хорька, не выпускай – а кроме пустоты и разочарований ничего не получится. Стыд

от полученного отказа ещё больше понизит самооценку, страх остаться невостребованным, забытым вырастет в стоголового дракона, и чтобы удовлетворять его аппетит, о своей жизни придётся забыть.

Очень часто через безотказность проявляют подобострастное «уважение» к тем, кто «выше», «авторитетнее», «богаче». Считается за честь выполнить поручение «такого!» человека или друга, но ровно до той поры, пока тот не спустится с высоты на землю. Вот тут-то и стоит послушать того, кто ещё недавно так прогибал спину и лебезил. Вот тут-то вся настоящая природа и раскрывается. Сколько грязи и помоев выливается на «возвращенца в простые люди»! Сколько подлости вскрывается в человеке, сколько низости и предательства! Подумайте над этим. Ведь это только кажется, что за нами всеми никто не наблюдает. Если вы замечаете любые недочёты и изменения у кого-то, то и за вами замечают то же. И вы тоже находитесь под прицелом оценок, по принципу «собственных подмётков». Когда человек рассматривает свою обувь, ему кажется, что никто его набойки и подмётки, или недочищенные места на обуви не заметит. Но стоит только выйти на улицу и посмотреть на чужую обувь, как сразу станет понятным – это не так. Чужие подмётки с набойками так и засверкают перед вашими глазами, и каждый разорванный шовчик будет замечен и оценён.

Мы не отвлеклись от темы, потому что умение сказать: «Нет!» - это целая *наука о себе*. По тому, как мы относимся к себе, так относятся и к нам. Но давайте разберём пример.

Пришла на работу новая сотрудница. Сразу начала рьяно браться за всю работу, которую ей предлагали, желая через какое-то время подняться по карьерной лестнице. То, что бесплатно и внеурочно она работала и выполняла чужие обязанности, было ей понятно. Но тешило душу то, что начальник постоянно отмечал её работу перед другими, да и наедине не забывал подхвалить, постоянно подтверждая: и что бы мы без тебя делали? И тут же заваливал новой чужой работой. Дивчина терпела, всем своим видом показывая, что ей приятно выполнять дополнительную работу, но похвала начальства давала надежды, и приходилось ждать. Каково же было её негодование и разочарование, когда через какое-то время она узнала – никакого повышения ей не светит, все места уже давно

розданы «знакомым», а её просто используют, впрочем, *как всегда*. Не будем вдаваться в подробности детства нашей героини, она была не очень желанным и не очень любимым ребёнком, дома её использовали в роли Золушки, в школе её «уважали» из страха, потому что в драку лезла по поводу и без, парни любили её напоить и поразвлекаться, в общем полный набор человека, который с детства понял: никто не любит просто так, за любовь надо платить либо раблепным трудом, либо безотказностью, а уважение можно добыть через запугивание и совершение не совсем законных действий.

Почему она терпела неравное по сравнению с другими положение? Потому что заранее настроила себя на то, что никогда не будет говорить: «Нет!», но всегда: «Как скажете». Зачем ей это надо? Затем, что она давно поняла: никому она не нужна, никто за неё не побеспокоится, никто не вспомнит. Потому и день рождения свой отмечала месяц, обзванивая всех подруг и знакомых, поя и кормя их, развлекая по кафушкам и ночным заведениям, чтобы не забыли о её дне на следующий год. И чтобы вообще не забыли. Страшно? А ведь так живут многие. Но может только сейчас начинают понимать, что с ними происходит.

Давайте задумаемся: когда человек в очередной раз ругает себя за то, что не смог отказать кому-то и тем самым нарушил собственные планы, а может и планы семьи, детей, поставил их перед фактом того, что всё отменяется или сокращается, выслушал упрёки, испортил настроение себе и любимым людям, он ругает на само деле кого – себя или того, кто о чём-то попросил? Здесь ответ может быть пятьдесят на пятьдесят. Тогда зададим вопрос по-другому: ругаясь и на себя, и на того, кто нарушил просьбой планы, кому человек не смог сказать: «Нет!»? И вот здесь мы скажем для многих неожиданное: ***люди не могут сказать «нет» никому, кроме самих себя***. Потому они безропотно тратят своё время и жизнь, выполняя поручения и просьбы кого угодно *в ущерб* своим собственным интересам. И альтруизм здесь не причём. Если уж и говорить об этом высоко моральном понятии, то в данном случае это скорее искажённая гримаса «альтруизма», а не то, за чем кроется благородство души. Тот, кто не может сказать вовремя и к месту «Нет!» - просто безвольный и *беспринципный* человек. Под маской

раболепной услужливости скрывается полная безответственность за *собственную* жизнь и страх оказаться «брошенным и ненужным». «Если я откажу сегодня, завтра я никому не буду нужен». Так рассуждает подобный человек. И забывает, что нужен он должен быть прежде всего и только – самому себе. Чем больше он прощается «половой тряпкой, об которую все вытирают ноги» - тем меньше у него шансов на уважение окружающих. То есть то, к чему он больше всего стремится, боясь сказать «Нет!», того он меньше всего и получает. *Никто не может дать уважение человеку, который не уважает себя сам.* Никто не будет верить в человека, пока он не научится верить в себя сам. Никто не будет вести человека к высотам собственного Духа, пока он сам, своими руками и своими ногами не будет делать *самостоятельных* движений.

Научитесь говорить *себе*: «Да!», и тогда окажется, что в «Нет!» ничего страшного нет.

## Глава 17. Переиграть судьбу

Сейчас мы коснёмся необычной для психологии темы: гаданию. Причём нам не важно будет на чём: на кофейной гуще, хрустальном шаре, картах или ладони, главное – понять принцип и наконец-то внятно себе объяснить, почему к гадалкам и «ясновидящим» всё-таки ходить не надо, а если пошли – то что за этим последует. Ведь не зря сотни лет все религиозные источники предупреждали о вреде таких походов, и людей, оказывающих такие «услуги» изгоняли из селений и городов, а то и просто убивали.

Мы не призываем к охоте на ведьм. Вместе с вами мы просто рассмотрим то, о чём стараются не говорить, если их об этом не спрашивают.

Вы когда-нибудь видели человека, который срочно ищет гадалку (и иже с ними) в самый счастливый период своей жизни? Мы тоже не видели. Да и к нам на консультации приходят люди только тогда, когда сильно «прижмёт», когда человек *не видит выхода*. Но если психолог начинает работать с проблемой и разгребает «завалы», а то и заново вместе с клиентом выстраивает новые входы-выходы, параллельно решая все

накопившиеся проблемы в виде страхов, тревог, фрустраций, комплексов страхов и заморочек, то гадалка просто констатирует «факты»: было то, будет вот это. Всё. Есть судьба, которую конём не объедешь, и будь добр брести по ней хоть с поникшей головой, хоть с разудалой весёлостью – будет то, что должно быть. И верит человек в это. Верит, потому что подружка сказала – сбылось, а подружка её подружки тоже подтвердила – сбывается. Так обман, поданный в красивой упаковке правды, начинает переключиваться из головы в голову, и если человек сильно верит, а особенно хочет, чтобы сбылось то или иное «предсказанное», оно обязательно случается. Но ведь случается и то, во что верить и вовсе не хотелось, но оно запало в подсознании и включилось в свою разрушительную работу. И здесь тоже можно сказать – судьба. А можно пожалть плечами и сказать – каждый получает то, что заложил в виде *причин* когда-то, и теперь *следствия* догнали его.

Смотрите, что получается: в любом из перечисленных вариантов у человека как бы невидимо забирается право управлять своей жизнью. Ему предоставляется только возможность попринимать участие в том, что и так должно случиться, а сам он просто некий робот-автомат, который выполняет заданную программу. Ведь по-другому к процессу гадания никак и не подойдёшь. Было – есть – будет – всё заранее *за тебя* расписано.

Но вот это и есть умело завуалированный обман. Вот здесь как раз включается психология и её технологии, основанные на внушении, определённых формах гипноза и на умении проникать в человеческую природу.

Очень часто, особенно на первых сеансах, с приходящим человеком приходится играть «в игру», рассказывая ему то, о чём скоро расскажет и сам. Практически не зная ничего о нём, но уже ознакомившись с его проблемой, начинаешь, как бы между прочим, рассказывать ему его же автобиографию. «Скорее всего, у вас было так и вот так. Правильно? А потом вы столкнулись с таким-то событием, или к вам отнеслись вот так. Верно?» Человек удивлённо кивает головой, и начинает подумывать о том, что попал к экстрасенсу-психологу. Наши коллеги тоже частенько просят: расскажите, как это у вас получается? А ведь секрет прост до безобразия. Но когда его

озвучиваешь, на лицах читаешь скуку или недоверие. А зря. Первый, и самый основной секрет заключается в том, что мы с начала 80-х годов прошлого века начали заниматься и изучать восточную и западную философию, с того же времени мы изучаем и живём по духу *Живой Этики*, и слово ДУХОВНОСТЬ и КУЛЬТУРА для нас не простой звук – это смысл всей нашей жизни.

Разочаровались? Не спешите с выводами. И давайте просто посмотрим, как строится, на каких основах *любая* человеческая жизнь. Когда ребёнок оглашает своим криком Вселенную, рождаясь и заявляя о себе, как о человеке, у него уже есть самая главная и основная задача, ради которой он пришёл в этот мир – стать Человеком. Есть у него и другие задачи и цели, для которых он *уже* имеет целый набор способностей и талантов, непроявленных интересов и стремлений, но всё же все эти способности и таланты должны быть направлены к одному – стать достойным уважения Человеком.

Наша Карма (судьба, рок) – это наше сознание. Чем уже сознание – тем больше мы подчинены судьбе, тем меньше вариантов нам оставляет жизнь, и тем правильнее будет прогноз гадалки. Но как только вы начинаете расширять сознание, пытаетесь реализовать свою Духовную Программу – стать Человеком, тем больше раскрываются, расширяются ваши же границы возможностей, и вы как бы получаете *новые шансы на реализацию себя*.

Это легко можно представить себе, если на плоскости обыкновенного, любого чистого листа нарисовать маленький кружочек. То, что внутри этого кружочка – вы, со всеми вашими проблемами и делами, границы кружочка показывают, что вы не можете выйти за их пределы, а потому жизнь видится вам *только* в пределах этого кружочка! Но ведь *весь* чистый лист – это и есть *ваша* жизнь!! И только ваше сознание ограничивает вам возможность видеть и ощущать жизнь во всей её относительной полноте. Конечно, вы можете расширить границы кружочка (на бумаге это легко – в жизни практически невозможно), но границы всё равно останутся, двухмерное пространство *всегда* будет ограничивать, таковы его законы. Что делать? **Если не можешь ни влево, ни вправо, если нет возможности ни вперёд, ни назад – посмотри вверх!** Выход



там. Но чтобы *там* оказаться, надо как бы приподняться **над** собой. Не над соседом, не над врагом или другом – а именно **над собой**. И чем выше будет подъём, тем большее пространство освоит сознание, тем большее количество дорог и возможностей откроется, тем *непредсказуемое* будет ваше будущее, которое вы уже будете строить сами. Вот вам и Карма-судьба. Она – в расширении вашего сознания.

А что расширяет сознание? Духовность. Повторимся – не религиозные догмы, не заученные молитвы, не походы в церковь и отбивание лбом поклонов, а та Духовность, которая ведёт к *собственному* Духу. А что ведёт к Духу? – *неподдельная* Доброта, осознание Красоты, стремление к тому, чтобы понять – Любовь – это то, что питает Душу и сердце, Любовь – это когда отдаёшь, и хочется отдать ещё больше, и в то же время понимаешь, чувствуешь, как новые потоки Любви и Света наполняют тебя. И чем больше отдаёшь – тем больше получаешь. Вот только бухгалтерия *на этом* уровне перестаёт клацать кнопками калькулятора.

В своей всемирно известной работе «У ног Учителя» Джидду Кришнамурти выделил три самых страшных греха, которые производят больше зла, чем что бы то ни было в мире: сплетни, жестокость, суеверие.

Мы редко цитируем, стараясь не перегружать различными ритмами сознание читающего, но сейчас, когда надо разобраться в самом главном для себя: как найти Путь к Себе, - давайте прислушаемся к тому, кто этот Путь уже открыл для себя и шёл по нему до самого конца.

«Смотри, как действуют сплетни. Сперва появляется дурная мысль, а это уже само по себе преступление. Ибо во всех и во всём есть хорошее, во всех и во всём есть дурное. Своими мыслями мы можем укрепить либо то, либо другое... Думая о недостатках другого, ты одновременно совершаешь три дурных поступка:

1. Ты наполняешь пространство вокруг себя и умы окружающих тебя дурными мыслями, вместо хороших, и таким образом увеличиваешь скорбь мира.

2. Если в этом человеке есть зло, которое ты в нём предполагаешь, ты укрепляешь и подпитываешь это зло и тем делаешь брата твоего хуже, а не лучше. Но в большинстве

случаев этого зла в нём вовсе нет, и ты лишь вообразил его себе; и тогда твоя дурная мысль искушает твоего брата на нехороший поступок, ибо, если он ещё не совершенен, ты можешь подтолкнуть его к тому, чтобы он стал таким, каким ты его представляешь. (Замените слово «брата» на мужа, жену, собственного ребёнка, и вам станет понятней смысл сказанного, та самая правда, которую *в этом* случае так не хочется понимать и прилагать к себе).

3. Ты наполняешь свой ум дурными мыслями, вместо хороших, и таким образом ***препятствуешь собственному росту*** и представляешь собой для тех, кто обрёл *способность видеть*, некрасивое и прискорбное зрелище, вместо прекрасного и привлекательного.

Не останавливаясь на том, что он нанёс весь этот вред себе и своей жертве, человек, занимающийся распространением сплетен, старается всеми силами сделать и других людей соучастниками своего преступления. Он спешит рассказать им свою злую весть, надеясь, что они ей поверят; и затем они сообща изливают дурные мысли на бедного страдальца. И это продолжается из дня в день и делается не одним человеком, а тысячами. Начинаешь ли ты понимать, какой низкий, какой страшный это грех? Ты должен всегда избегать его. Никогда не говори дурно ни о ком; отказывайся слушать, если кто-нибудь дурно отзывался о другом, но коротко скажи: «Может быть это неправда, а если даже и правда, милосерднее не говорить об этом»».

Пока остановимся, чтобы проанализировать текст. Обратите внимание, как чётко даётся указание на то, что вред другому человеку наносится даже дурными мыслями о нём!! А теперь скажите, вы верите в порчу и сглаз? При любом вашем ответе скажем: дурные, низкие мысли о другом – это уже элемент чёрной магии, и думая с яростью или ненавистью, но особенно с завистью о другом человеке, естественно ненавидя его за его успех или удачу, вы наносите ему сильнейший энергетический удар, то есть наводите порчу, а если смотрите на него, то и сильнейший сглаз. В это можно не верить, но это легко проверить. Тот, кто делает это неосознанно, не умеет и защищаться от *ответного* удара. Но даже осознанный посыл зла не означает того, что злобный завистник защищён. Если

человек, которого вы осуждаете, о ком говорите гадости, кого подлю предаёте, не вашей с вами природы, то есть находится *на более высоком уровне сознания*, чем ваше, он неуязвим для вашего зла, и тогда вся чёрная грязь и пожелания летят обратно к вам!! И сколько таких, *само*проклятых и *само*порченных попадает к нам на приём – даже не перечесть! Любой сплетник – это уже заведомо неудачник по жизни, которого очень скоро начнут одолевать и серьёзные заболевания, так как *болезнь зарождается из мысли*. Естественно, от добрых и светлых мыслей, мыслей Добра и Любви человек будет ощущать радость от жизни, даже если ему каждый день приходится решать сложные задачи (на то она и жизнь), но завистливый сплетник обречён видеть только грязь, в которой ему приятнее всего проводить время. Как вы думаете, *выгодно* расширять своё сознание? Ответ однозначен. Заодно и здоровье поправится.

О жестокости, которую Кришнамурти назвал одним из трёх страшных грехов, говорить не будем. Здесь и так всё понятно, если речь идёт о жестокости физической. Но бывает и жестокость в словах, бывает, что и жестокое слово может сбить с ног покруче, чем удар кулаком, и на себе это каждый испытал хотя бы раз в жизни.

О суеверии, как об одном из разновидностей невежества, тоже говорить особо не будем. Именно невежественное суеверие заставляет верить «гадалкам», что «надо взять вот это зелье, рассыпать его с определёнными заклятиями в полночь на перекрёстке или на кладбище...» или ещё что-то в этом роде. Да, силу слова, как силу мысли никто не отрицает, и мы только что говорили о ней, но вот заклиная или наговаривая на кого-то, вы точно уверены, что действительно на кого-то, а не на себя и своих самых любимых и дорогих людей? Вы точно уверены, что зло не вернётся вам же, через боль и страдания, а то и смерть тех, кого вы больше всего любите? Ведь любой человек – это чей-то сын, дочь, муж, жена, мать, отец, брат, сестра... И их любят так же, как вы любите своих близких. Наводя своими мыслями, сплетнями, заговорами зло на другого, *любимого кем-то*, вы наносите зло и боль *и тем, кто его любит!* Круг зла расширяется!! И увернуться от ответного удара навряд ли удастся. Вам это надо?! А может просто подумать хорошо о враге или друге, перестать выискивать в нём недостатки, и пожелать

добра и удачи? Глядишь, добро и удача к вам и вернётся. Что ни говорите, а выгодно, ох как выгодно иметь чистые мысли и светлое сердце.

Однако мы отвлеклись от темы и надо вернуться к тому, как переиграть судьбу. Духовный способ и путь мы вам уже подсказали. На всякий случай подскажем ещё и о **ложном духовном пути**, который заключается в искусственном открытии «чакр» и других паранормальных способностей. Духовный путь, *настоящий*, ведущий к Свету – это путь неуклонного подъёма и расширения собственного сознания *через жизнь*, в которую входит и быт, и встреча с окружающими событиями, и общение со всеми, кто встречается на пути. Умение сохранить доброе и ровное настроение, умение не обозлиться, простить, отпустить, даже проигнорировать злые выпады или уловки – это уже шаг на пути к Себе. Заметьте, мы не сказали о занятиях никакими йогами, никакими дыхательными упражнениями, рейками, холотропами и ребефингами вместе взятыми. Мы даже не упомянули о модных нынче «расстановках», которые видят человека только на двухмерной плоскости, в пределах его «кружочка», но не в состоянии, в силу *своей ограниченности*, поднять над собой. Всё искусственное заканчивается плачевно, и чаще в психиатрических клиниках. Грустно наблюдать, как ещё недавно успешные и перспективные в своём росте люди, увлечшись рейками или холотропным дыханием, доводили себя до состояния шизофрении, гордясь тем, что научились проникать в «Тот» мир... В «Тот» мир попасть просто, достаточно поиграть с дыханием, уколоть наркотик или впасть в белую горячку – вот только выхода оттуда ещё никто не находил. Не зря Матушка-Природа поставила мощные фильтры между Тем и Этим миром, ох не зря. И не зря все Духовные Источники твердят об одной Истине – Путь к Богу – это путь через духовное расширение сознания, *через жизнь*, в которой надо применять то, что декларируется как Нравственные Принципы и Законы. И механических путей к Богу, к раскрытию духовности в себе – нет, так же как и технологических, через техники и методики.

Когда человек приходит к гадалке, он ждёт от неё точных прогнозов. Повторимся, чем уже у человека круг его интересов, тем точнее будут прогнозы по его будущему. То есть, по-другому,

чем невежественнее и бездуховнее клиент, тем проще с ним работать гадалкам, «целителям» и всяким «сенсам», тем безвариантнее его судьба. Но ведь тем и страшнее, что когда такой человек узнаёт о том, что ему не нравится, он начинает сопротивляться тому, чего избежать уже навряд ли удастся (*причины*-то сам заложил, а гадалка только следствия по полкам раскладывает), и действительно меняет расклад событий, но!!!-ещё больше их усугубляя. Вот почему *таким* людям нельзя ходить к гадалкам (а ведь они только и ходят по таким местам). Вот почему страшно собственное невежество – оно предопределяет жизнь и ведёт только к духовному и нравственному падению. Но это лучше понимается на примерах.

Измученная изменами мужа, жена идёт к гадалке. Та однозначно говорит: это не твой мужчина, он любит другую, и скоро она родит ему сына, а потому разводись быстрее. Но разве за этим ответом пришла женщина, которая и без гадалки знала об этом? Разве это она *хотела* услышать? А потому, проигнорировав всё сказанное, решала жена взять семейное счастье в свои руки. То есть пойти против того, что уже реально сложилось (и гадалка здесь не при чём). Будь она мудрой и доброй, звени в её сердце хоть какой-то колокольчик терпимости и милосердия, то есть будь у неё хотя бы зачатки той самой духовности о которой мы говорим, и призадумалась бы она, а что можно действительно изменить, но не в муже и любовнице, а *в себе* самой? Но нет. Решила она бороться за мужа *любой ценой*. Он её бьёт нещадно, оскорбляет, унижает перед своими друзьями, а она – люблю, не отпущу, всё равно *моим* будешь. А муж, так обращаясь с женой, тоже ведь от животного недалеко ушёл, а потому и такими духовными качествами как мужество, ответственность за свои поступки, умение отстоять любимого человека не обладал. Тут жена цепляется за ноги, что тешит самолюбие, на брюхе ползает и преданно в глаза заглядывает, а тут любовница за своё право на счастье претендует, думая, что его на чужой беде построить можно. И чтобы мужчина не сомневался, что всё равно от жены уйдёт, она объявляет ему, что беременна. А тот вроде как и хотел сына, имея уже взрослую дочь, но как только перспектива стать отцом замаячила, тут же струсил, и к жене на поклон: делай что хочешь, выручай, мол, вляпался по самые не хочу, век помнить буду. Та от счастья, что

муж так заговорил, тут же давай врача на аборт искать, и нашла! Вынудили они любовницу детоубийство совершить, за что та поплатилась дальнейшей бездетностью, но ведь и сами в стороне не остались. Как только ребёнок был уничтожен, а честнее зверски убит, расчленён и вытасчен по кускам из тела матери (и эту правду тоже об аборте надо знать), начались странные вещи происходить с супругами. Муж запил до чертей в голове, спускал все деньги, влез в дикие долги, не платил по огромным кредитам, винил в убийстве сына жену (?) и пил ещё больше, плача на коленях у любовницы, а с женой, с той, которая с таким рвением всё к убийству безвинного младенца готовила, тоже некоторые «странности» происходить начали. Вначале она начала резко терять зрение. Затем, как будто кто-то «нашептал», с ней случается дикий приступ женской болячки, с отягчающими последствиями, и лечится она от этого несколько месяцев, жестоко страдая от боли и непонятной болезни; не успев отойти от этой напасти, её резко подкашивает новая болячка – почки выходят из строя... И всё это муки, страдания, да и немалые деньги, которых нет, которые надо занимать и занимать, а муж пропивает даже и занятое... А в завершение, стал муж, пардон, импотентом. Не нужен теперь ни одной, ни другой, ни третьей. Пьёт по-чёрному, потому что чёрные дела только так и заканчиваются. Жена не вылезит с гинекологического кресла, и это не самая большая плата за убийство ангельского существа, и плачет от одиночества и неудачной судьбы. Как женщина она ведь тоже теперь никому не нужна. Любовница тоже заплатила огромную стоимость за свою трусость дать жизнь человеку, и за то, что хотела построить семейное гнёздышко, разорив чужое. Вот такая история. И вы, наверное, если хорошо подумаете, тоже сможете провести подобные параллели и в своей, и в чужой жизни. Поэтому, расширяйте сознание, начинайте мыслить по-доброму, поднимайтесь хотя бы по миллиметру *над* собой, и всё начнёт меняться в хорошую сторону.

Можно привести и другой пример: живут двое уже несколько лет в гражданском браке. Она всё надеется на законное оформление отношений и полноценную семью с детьми, он – давно уже в мыслях с тем, чтобы ничего не менять и жить в своё удовольствие. Идёт условная жена к гадалке, и та ей рассказывает о том, что муж будет с другой, там у него появятся

дети, а ты тоже встретишь свою судьбу, но не так быстро, и пока там ещё не всё понятно. Но это гадалке непонятно, а нашей даме и объяснять нечего: ещё чего, я столько лет угрожала на жизнь с этим «...», а теперь отдавай его другой, которая ещё и детей ему нарожает, а мне – ещё непонятно что достанется. Назвала гадалка и срок, когда муж уйдёт к другой. Дама запомнила, скандалы «к сроку» действительно начались, но... Решила обхитрить судьбу женщина, а обхитрила себя. Мужчина остался. Нет, он не впал в запой, просто домой стал приходиться поздно, деньги спускал на «мальчишеские забавы», с женой практически не разговаривал, не о чем особо было говорить и *до того*, а уж *после* и подавно. Жена мужественно тянула все бытовые проблемы на себе, думая, что её героизм оценят, но муж перестал практически даже кушать дома. О сексе речь не шла как о чём-то, само собой разумеющемся. Когда у дамы не выдерживали нервы от такого напряжения (и за что, скажите, она боролась?), приходилось устраивать скандал, с требованием хотя бы постельных отношений, но мужчина находил причины, почему он *этого* делать с женой не хочет, а вскоре и естественная причина проявилась – простатит. Какие уж тут дети, да мысли о счастливой семье. А ведь могло быть всё и иначе. Но и тут трусил мужчина, не отстояв своё право на собственное счастье, да и дама из-за той же трусости пострадала: отпусти она того, кто уже давно к ней с безразличием относился, и нашла бы к этому времени новое счастье, но нет... Почти как жадная обезьяна: залезла в банку с огурцами, захватила их побольше, а руку вытащить не может. Ей бы взять только один огурец, или вообще отпустить все, тогда и рука вылезет из горлышка, но жадность сильнее разума, потому и банку пришлось разбить, и огурцы все выбросить. Чтоб не достались никому.

К чему мы это всё вам рассказали? К тому, что не стройте свою жизнь на плоскости. Смотрите вверх – Выход к Себе всегда там. Тогда и прогнозы, и гадания страшны не будут, и судьбу переигрывать не придётся. Она сама предоставит вам самый лучший вариант. А перестроить судьбу можно только одним способом: расширив сознание через Духовность, Культуру, Любовь к ближнему своему, через понимание удивительно простой истины: изменишься сам – изменится мир вокруг тебя.



## Глава 18. Если хочешь правды, будь готов отразить ложь

«Хочешь мира – будь готов к войне», так говорит древняя мудрость. Хочешь правды, будь готов отразить ложь – говорим мы на протяжении всей книги, и объясняем: правда, она или есть, и тогда её надо признавать независимо от того, нравится она или нет, или она искусно заменяется ложью, и тогда звучит только то, что *хочется* и приятно слышать.

Чтобы *услышать* правду, не надо бояться себя. Знать и стремиться к правде могут только мужественные и смелые люди, которые и сами могут дать себе достаточно объективные оценки, а поэтому и услышать от других правду им не страшно. Иногда объективное мнение со стороны даже помогает ещё глубже разобраться в себе, и благодарность за подсказку звучит искренне и с улыбкой. Почему с улыбкой? – потому что тот, кто действительно *умеет говорить* правду, и сам будет тем, кто умеет её слушать. Уметь говорить правду, а не надуманную ложь, прикрытую лоскутами «правды», надерганной с разных источников – это целая наука, которую освоить может только открытое сердце. И говорить правду может только порядочный человек, чьё сердце не омрачено и не очернено завистью, злобой, трусостью, подлостью, алчностью и тому подобными качествами, которые часто становятся именно теми ингредиентами, которыми наполняют «правду». Собственно, мы подошли к парадоксальному выводу: ложь – это часто (конечно, не всегда) искажённая до неузнаваемости правда. Такая ложь всегда строится на *конкретных* фактах, и называют это *умной* ложью. Она любит обязательно на кого-то ссылаться. Тот-то сказал так, а вот тот – вот так, и попробуй докажи, *что* именно тогда имел в виду этот мнимый «тот», если его словам *уже* придали определённый оттенок и смысл. Лжец – это человек с определённым складом характера. Часто достаточно умный, но главное, умеющий просчитывать варианты на несколько ходов вперёд, умело манипулируя сознанием своих жертв. Вот эту ложь и надо уметь отражать, её надо уметь распознавать. Как? Чтобы понять как, надо рассмотреть ложь, личность лжеца и его жертву в едином пространстве события. Их нельзя разъединить, потому что лжец действительно ищет *свою* жертву,

жертва *уже готова* на обман, а потому обман и ложь – это только инструмент для того, чтобы удовлетворить желания и лжеца, и жертвы. Неожиданно? Но ведь вы лично попадаетесь не на всякую ложь? А только на ту, в которую сильно хотелось поверить? И, наверное, вы точно знаете, что то, что нравится вам, не обязательно хочется другим. Поэтому одни попадаютются и прогорают на финансовых пирамидах, другие платят деньги *за мечту* иметь квартиру в новом доме, третьи клюют на то, что верят в обольстительные слова, а все вместе в то, что именно *им* обязательно повезёт. А когда не везёт, то винят в этом кого угодно, только не самих себя. И потому, не сделав вывода, попадаютются на всё новую и более завуалированную под правду ложь. Эта книга переполнена примерами на эту тему, и в каждом практически случае люди верили не в то, что могло травмировать их психику, а в то, во что они хотели верить, считая себя достойными такого исхода. Почему другим везёт, а мне нет? Вот куплю этот лотерейный билет, и выиграю миллион, - думает наивный, а правильное, потенциальная жертва. И психология жертвы проста до примитивизма: это человек, не верящий в свои силы и возможности, но верящий в то, что кто-то что-то за него сделает, да ещё денег по минимуму возьмёт, или вообще «даром» предоставит максимум удовольствий. Слово «даром» от слова «дар», «подарок». Чтобы получить Дар от судьбы, надо много постараться и пройти немалый путь своими руками и своими ногами, а ещё не забывать включать свою голову. И «удач», так же как и «случайностей» в нашем мире не бывает. Есть когда-то заложенные причины, а есть подошедшие во времени следствия. А вот хорошие они или нет, несут они Дар или удар – зависит от причин, которые, кстати, закладывает не некий бог, и даже не жулик, а каждый из нас своими же руками, ногами и мыслями. Всё справедливо.

Ложь – сложный механизм нашего мышления. Она заставляет включаться все психические функции человека, начиная от воображения с мышлением и памятью, заканчивая восприятием и ощущениями, которые человек действительно начинает чувствовать, чтобы не выйти из «роли». Но даже при самом развитом воображении и памяти (особенно на негатив), при достаточно развитом мышлении у лжецов есть слабое место – трусость. Когда их «прижимают», они боятся покаяться, и либо

придумывают новую ложь, либо начинают агрессивные действия, либо просто «прячутся в скорлупу», отмалчиваясь, или уходя из дому. Именно такие схемы «защиты» закладываются у ребёнка с детства, когда их разоблачают взрослые. Потом эти схемы-паттерны встраиваются во взрослую жизнь. Кстати, «разоблачение» - это раздевание до нага. А кому охота показываться голым, да ещё на людях, вот и приходится защищаться.

Телефонный звонок. «Здравствуйте, мне сказали, что вы даёте по телефону бесплатные телефонные консультации». Здравствуйте, здравствуйте, и кто ж вам такое сказал? А своя голова включиться должна бы, если звонок идёт на частный телефон, а не в социальную службу? Тогда так и хочется спросить: а вы бы сами хотели «сидеть на телефоне» и бесплатно консультировать, не имея за это никакой оплаты? А за что бы хлеб себе тогда покупали? Ведь в социальных службах психолог получает зарплату, хоть какую-то, но конкретную оплату за свой труд. Однако звонящая женщина даже боится подумать об этом. Потому легко принимает за правду то, что ей сказали, а может и сама по ходу придумала манипуляционный трюк, пытаясь выкрутить хоть что-то для своей ситуации. Заметьте, всего одно предложение, а личность звонящей уже прорисовывается во всей красе. Что ж дальше будет? Поддержу игру, и послушаю проблему, хотя консультация по телефону может даваться только в экстренных случаях, когда человек находится между выбором жизни и смерти. Итак, слушаю вас. «Моей девочке 13 лет и она уже живёт с мальчиком, которому 18 лет. Я долго не могла поверить, но повела к гинекологу, там всё подтвердилось. С детства она мне врала, сейчас не ночует дома, прогуливает школу, мы решили на семейном совете перевести её в другую школу и пусть она живёт у бабушки с дедушкой. А вообще у меня с дочерью доверительные отношения. Скажите, я правильно поступила, переведя дочь в другую школу, сменив ей место жительства? Ведь так мы оградим её от влияния того мальчика...» Не знаю что почувствовали вы, но в этих нескольких фразах всё пронизано неискренностью и умной ложью, и только за её фасадом скромно прячется поистине голая правда, которая никому не нужна и опасна. Давайте попробуем разобраться.

Ложь первая. «У меня с дочерью доверительные отношения». Если бы они были доверительными, то девочку не надо было бы травмировать походом к гинекологу (можно представить, какой до этого был скандал, и с какими слезами *тринадцатилетняя* девочка согласилась на эту пытку и позор). К тому же, когда между родителями и детьми действительно искренние и доверительные отношения, дети не врут. ***Ложь у детей – это защита от несправедливого нападения или неуместных требований, это адаптация к тем обстоятельствам, которые они не хотят принимать в свою жизнь.***

Ложь вторая. Материнская забота о девочке. Нет её. Не прослушивается она ни сквозь телефонную трубку, ни сквозь мамины слова. Разве любя, отдают ребёнка в чужие руки, да ещё в такой момент, когда девочка может натворить бед, когда она больше всего нуждается в материнской любви и подсказках?! А если она от «любви большой» на суицид решится?! В тринадцать-то лет – это ещё *ребёнок*, который не отдаёт себе отчёта о последствиях, и часто суицид – это демонстративный протест, который подразумевает «спасение», а не стремление к смерти, это поступок, который должен привлечь внимание к проблеме, но не закрыть её принципом: нет человека, нет проблемы. Не было никогда между матерью и дочерью не то что доверительных, а просто хороших отношений, и крики и ругань, оскорбления и унижения были единственным поводом для «совместных разговоров». А как оскорбляют девочку? Вот как оскорбляли, той она и стала. И здесь есть смысл вернуться к словам Кришнамурти.

Ложь третья. Переезд – это лучшее решение, чтобы оградить девочку от влияния мальчика. А что, девочку везут на необитаемый остров? Там мальчиков не будет? Она забудет этого, и тут же влюбится в другого, и кто сказал, что тот, другой, будет лучше этого, от которого увозят? К тому же переезд не решает самой глобальной проблемы: почему в 13 лет девочка пошла на такие отношения? А ответ здесь прост, потому что решать будем всё на двухмерной плоскости, где не так много вариантов. Ведь вы воспитываете девочку одна? Ответ – да. Отец девочки не занимался ею, всё легло на плечи матери. Тогда чему же удивляетесь? 13 и 18 лет – это разные возрастные уровни.

Девочке в тринадцать восемнадцатилетний юноша кажется взрослым мужчиной. И он становится суррогатом папы. Он берёт на себя (по мнению девочки, которой *нужен* отец) все его функции: защищает, оберегает, даёт советы, поддерживает, оказывает внимание. В тринадцать лет девочке секса как такового не хочется, но её тело дрожит от петтинга, от ласковых мужских рук, и секс – это награда ему за то, что он даёт ей. По сути, ребёнок даже не понимает до конца, что происходит, хотя наслышана *об этом* от старших подруг наверняка. И здесь мог включиться ещё и элемент бравады: не любят родители, не нужна ни матери, ни отцу, но вот полюбил же меня вот этот красавец! Значит, я нужна! Значит, меня можно любить! А это всё, что нужно ребёнку даже в 13 лет – любовь, ощущение того, что ты желанен и тебя любят такого, какой ты есть, а не за то, вымыты ли полы, получена ли высокая оценка, или вовремя ли возвратился домой. Вот это всё, и даже больше, даёт этой девочке мальчик. И проблему надо решать не с конца, а с начала: с восстановления отношений между матерью и ребёнком. А ещё лучше привлечь к этому и папу.

Мы можем прокомментировать и дальше ситуацию, так как проблем в этих нескольких предложениях скрыто ещё немало. Но не хочет верить в них мама, сваливая всю вину за происходящее на дочь, а если нет желания узнать правду – тогда нужна бесплатная консультация, где за несколько минут *должно* прозвучать подтверждение: вы всё делаете правильно. Жаль, что не к тому психологу позвонила.

Если детей *ставят в условия*, когда они *вынуждены* лгать – ложь, это их единственное оружие, которым они могут спасти себя от наказаний и унижений. Мы не берём случаи патологический лжи и не рассматриваем те случаи, где у человека напрочь отсутствует совесть. Мы говорим о нормальных детях и родителях. И ложь, которую сеют родители в души детей, *не любя их*, даёт поразительные по своей урожайности всходы через несколько лет.

Если ребёнок не был желанным, если долгожданная беременность наступила тогда, когда муж «загулял», и ребёнок рождается уже не как долгожданное чудо, а как тот, кто должен удерживать мужа в семье, если ребёнок рождается только потому, то так «надо», чтоб как «у всех», чтоб в декрете «отдохнуть» или по каким-либо подобным причинам, даже не надо долго

объяснять того, что ложь родилась вместе с ребёнком. Да, мама чувствует к нему своеобразную любовь, но очень своеобразную, и скорее это не любовь, а чувство вины и стыда перед собой и другими. Не может же, женщина, в самом деле, взять и признать, что ребёнок ей в данный момент – в тягость, что мешает он её «делам», надоедает вечными претензиями и требованиями внимания к себе; что ребёнок раздражает и вводит порой в ярость только потому, что напоминает «папашу своего», который уже к этому времени ушёл к другой, а тут возись теперь, не зная как свою жизнь устроить. Много, очень много *скрытых* причин, где между матерью и ребёнком становится непроницаемой стеной ложь. И матери не хочется даже думать об этом. Ведь всегда приличнее сказать: я люблю своего ребёнка и всё для него делаю, чем признать страшную правду, которую не оценит общество. Зачем же терять «лицо» перед другими, когда можно не скрывая того же «лица» демонстрировать его перед ребёнком, когда никто не видит? Вот и получается: мамаша говорит одно, а ребёнок проявляет другое. И нет у него иного орудия против материнской лжи, кроме как проявлять его через вызывающее поведение. Дети – зеркала родителей. Они отражают истинное «лицо» «добропорядочных» мам и пап, и по детям судят *о внутреннем* мире родителей. Внешний они научились скрывать под гримом и модной одеждой.

Если хочешь правды, будь готов отразить ложь. И в первую очередь *свою*. Научимся быть честными с самими собой – научимся различать и чужой обман. А это – ступень всё к той же духовности, имея которую в сердце, всегда убережёшь ребёнка от дурного поступка или действия. Духовность родителей – нравственный иммунитет ребёнка. Значит, и здесь духовность приносит пользу! Может, стоит попробовать? Хотя бы ради счастья своих детей.

## Глава 19. А что вы понимаете под словом **духовность**?

Подходя к концу наших бесед, мы хотим сделать максимальный акцент на самом главном, на том, что может сделать человека действительно счастливым и свободным, а потому снова и снова возвращаемся к Духовности.

Говоря о духовности, нельзя пропускать слово «Культура», слово, мало кем осознаваемое и понимаемое, но означающее *культ*, глубокое почитание «У» - Сияния и Ра – Духовного, Небесного Света, то есть того Высшего, что есть в каждом из нас и что мы хотим найти в себе в виде некой Невидимой и Могущественной Опоры. Для кого-то Духовный Свет означает Бог, для кого-то это Учитель, кто-то поймёт его как Высшее Я, а кто-то назовёт Христом, Митрой, Гором, Аполлоном... Разницы нет. Но сразу появляется уважение к чужим взглядам, к чужой вере, и слово «Культура» вносит Невидимый Свет во взаимоотношения людей, помогая им понимать друг друга, сотрудничать, творить Добро и любить друг друга так, как подсказывают им их Боги и Вера.

Нет веры? Не верю ни во что? А докажите! Что ж. Тогда начнём с простого: с культуры, которая присутствует в семье, с культуры отношений между мужем и женой, мамой и папой, братьями и сёстрами, друзьями и врагами... И нигде без слова «Культура» нельзя обойтись – не будет культуры взаимоотношений, исчезнет возможность принимать с уважением чужую точку зрения, исчезнет возможность проявить свою индивидуальность, свои способности, талант. И тогда остановится Эволюция и Движение Вперёд, потому что без уважения другого начнёт главенствовать формула: «есть только два мнения – моё и неправильное», а всё «неправильное» «исправляется» на кострах инквизиции, в концентрационных лагерях, всё «неправильное» нивелируется страхом и ложью, предрассудками и узаконенным невежеством. Потеря Культуры, которая не заканчивается на изучении фольклора и народных традиций, но которая охватывает *все* слои *взаимных* отношений между людьми, ведёт к деградации общества, и потому духовный подъём невозможен без подъёма культурного, без осознания того, что все мы – единое целое, и Свет есть в каждом из нас. Даже если через невежество и дикость нравов, беспринципность и бестактность, бесцеремонность и наглость, через лицемерие и ложь его невозможно различить. Он есть. Но чтобы его найти, надо приложить немало собственных усилий для поиска Себя в себе. Чтобы найти Свет в себе, надо в него *поверить*, надо знать – *что* ищешь, *зачем*, надо поставить цель. А ещё нужны ориентиры. И они есть. Честность и



праведность никогда не покидали Землю. И всегда были люди, которые своими Сердечными Светильниками освещали путь другим, зажигая их сердца. Вот о них и надо рассказывать детям. И родителям. Рассказывать о том, что *можно* жить по Заповедям Христа, что можно и нужно быть добрым, что слово Любовь – это не слезливо-сентиментальная чушь, а истинное Чувство, Высокое и Светлое, без которого нельзя сказать: «Я живу!», без которого жизнь превращается в ад.

Говоря о духовности, начинать надо с понятия «**культура взаимоотношений**». На нём строится Жизнь. На нём понимается счастье и несчастье Бытия, с него человек двуногий, цивилизованный дикарь начинает свой Путь к Человеку Мудрому, к Человекобогу, к Человеку, с Богом в сердце.

Может, вам показалось, что мы дали несколько возвышенное понятие Духовности, и к жизни оно не применимо? Тогда давайте рассмотрим пример.

В большом развлекательном центре в скором времени должен открыться детский психологический центр, где будут развивать и заниматься с детками-дошкольниками. Понятно, что организаторы такого центра хотят сразу привлечь к себе хороших специалистов, да и с направлением «куда, собственно, движемся» надо определяться сразу. Разговариваем с директором, миловидной женщиной и молоденькой девушкой, которая, скорее всего, будет занимать должность психолога. С нами консультируются, мы отвечаем на вопросы. И заодно говорим о том, на чём делаем акцент в каждой своей книге: о культуре воспитания, о культуре взаимоотношений, о том, что стремиться надо к высшим ценностям и закладывать их надо в психику ребёнка сразу с рождения; говорим о том, что Материнство сейчас вырождается, дети всё больше воспитываются телепродукцией очень низкого и опасного качества, мамы устремляют внимание ребёнка на вещи и покупки, но не на живое общение с детьми; говорим о том, насколько выродилась культура семейных отношений, когда смешались роли отца и матери, и оба не знают, не понимают, не умеют нормально выполнять свои функции, жалуясь всем подряд на свою мученическую жизнь, не задумываясь о том, что это и есть нормальная *семейная* жизнь, где один за всех и все за одного... Говорили и о семейном отдыхе, и как пример

привели слова одной мамочки, которая очень переживала по поводу того, что вот они с мужем отдыхать, как нормальные люди, не умеют, не то что их кумовья. Вот они точно знают, что надо брать от жизни и как ею наслаждаться. На вопрос: а опишите, как же они проводят своё время, может поучимся у умных людей, - прозвучало такое признание: они едут в лес, набирают с собой пива побольше, рыбки вкусенькой, детям там чего-нибудь, и оттягиваются по полной программе. Главное, и дети на природе, и им классно.

Рассказывали мы это с неким юмором, но по вытянувшимся лицам, особенно молоденькой девочки-психолога, поняли: что-то не то. Она долго молчала, а потом спросила: а как же, по-вашему, можно ещё отдыхать? Ведь здорово же: дети с родителями, на природе, родители вместе, друзья... Что же здесь не так?

И тогда настала наша очередь помолчать. Потому что ответить сразу на подобный вопрос, после того, как говорилось о культуре вообще и о культуре взаимоотношений в частности, было нечего. А если честно - ответить было что, но уже не хотелось. Если кто тоже не понял, так же как и психолог, тогда ответьте только на один вопрос: когда мама с папой «сидят на пиве», руки в рыбе, перегар изо рта на километр – они думают о детях? В это время они *проводят время с детьми*?! Или дети самим по себе, родители сами по себе? Да ещё, если ребёнок попросит к себе внимания, он его получит? Или ему скажут раздражённо: иди гуляй, не мешай? Не мешай чему? Хорошо отдохнуть? Тогда при чём здесь дети? Те самые, ради которых лес? Или это не для них, а для себя прогулка? А ведь детям не лес как таковой нужен, не воздух, а совместная **семейная** прогулка по лесу, с играми и шутками, смехом и удивительными лесными находками, которые так интересно привезти домой: необычные коряги, шишки, листики, вертолёттики... Но бесполезно объяснять это молодому психологу. Да и директор, немного помявшись, попросила: всё хорошо, и всё правильно вы говорите, но вот только не могли бы вы при работе с родителями не упоминать слова «культура», «духовность», «высшее», и такое прочее? – Не могли бы. Потому что Любовь и Милосердие, Благодарность и Воспитание, Мать и Отец, Радость и Добротворчество – это не «прочее»!! Для нас, по

крайней мере. И если ребёнок не будет понимать, если он не будет видеть на примере своих родителей, что Мать и Отец – это священные понятия, он никогда не научится их уважать. Через *собственную* культуру отношений родители закладывают детям основы нравственности и духовности, те самые основы, которые в старости для них обернутся заботой и вниманием, искренним уважением и почитанием.

Выйдите на улицу. Вы много там видите культуры? Пиво. И сигареты. Везде «культура» пива и сигарет. А ещё – мата. Дети вырастают на этой «культуре». Не надо раскидывать карты и составлять гороскопы, чтобы спрогнозировать, что будет через несколько десятков лет. И то, что Природа-МАТЬ сейчас лишает права на материнство и отцовство угрожающее количество молодых любителей пива и тех, кто любит погулять с правом «свободной любви», не удивляет. Жаль, что и не отрезвляет буйные головы. А ведь детей-уродов, детей-инвалидов рождается всё больше. Но даже не это самое страшное, а то, что всё больше рождается стерильных детей. С каждым годом всё в большем количестве рождаются те, которым не могут даже с помощью суперсовременной медицины помочь воспроизвести потомство. По странам СНГ точной статистики нет, но в США, по самым скромным подсчётам, каждый год на свет появляется примерно 3% абсолютно стерильных малышей! И эти сведения должны быть действительно военной тайной, чтобы не вводить в панику тем, что человечество в скором будущем может ожидать примитивное вымирание как вида. Не надо ни тайфунов, ни ураганов, ни землетрясений с потопами – пиво и сигареты, наркотики и «свободная любовь» сделают это сами. А МАТЬ-Природа даст свершиться Справедливости, потому что никто не смеет нарушать Высшие Законы Нравственности и Этики, никто не смеет посягать на КУЛЬТУРУ, и разменивать на сигаретный огонёк Огонь Души.

Всё чаще рождаются дети вообще без половых признаков. Если у родителей есть деньги, хирурги в состоянии сформировать детям наружные половые органы, и несчастные смогут вести более или менее сносную половую жизнь. Но никогда в жизни не заведут они собственных детей. Да и сформированные хирургическим путём половые органы нужно постоянно поддерживать в тонусе. Для женщин, у которых

формируют влагиалище, ведущее, кстати, практически в никуда (!), имитатор фаллоса становится наипервейшим массажёром для *каждого* дня, так как без него усилия хирурга окажутся бесполезными.

«Свободная любовь» лихо борется с Любовью, но в результате проигрывает сама. Трихомоноз, гонорея, сифилис – обо всём этом беременная женщина может и не знать, а может и скрывать (любые результаты анализов можно заказать за определённую мзду). Дети в трети таких случаев уже рождаются с такими заболеваниями!! Вот они – заложники «свободы» и умения «хорошо отдохнуть». Сифилис грозит слабоумием, а другие воспаления – изменениями в половых органах. Гонорейные спайки в семенных канатиках, непроходимость маточных труб могут быть излечимы только хирургически. А могут не излечиться никогда.

Разнузданность пропаганды абортот же сделала своё чёрное дело. Любительницы «свободы» не задумываясь идут на зверское убийство уже начавшего свою жизнь человека. На 16-й день беременности (а мать ещё, часто, не догадывается, что в ней уже формируется новая Жизнь, новая Вселенная) у ребёнка (зародыша) формируются сомиты – парные образования, из которых развиваются глубокие слои кожи, рёбра, скелетные мышцы и позвонки. С 16 по 21-й день закладывается вторая, после кровеносной (эта уже к этому сроку функционирует!), нервная система!! Вдумайтесь – нервная система есть меньше, чем в три недели жизни! И после этого у кого-то хватит подлости сказать, что когда ребёнка раздирают щипцами на части, ему не больно?! До пятой недели все пары сомитов выявляются и уже различаются отделы мозга, обозначены полушария и мозжечок. Начинают формироваться нервы. На 23-й день у *живого* человека начинает сокращаться сердце!!! Пусть примитивное, пусть только-только формирующееся, но это уже сердце! И оно стучит в надежде увидеть Мир! Оно стучит, радостно приветствуя маму. Оно стучит, веря и любя тех, кто дал ему шанс познать жизнь. А как поступают те, кому эта кроха верит, и кого *уже* любит? Аборт – это приговор не только безвинному ребёнку, это приговор и себе. И надеяться (и мужчине, и женщине в *одинаковой* мере) на то, что после зверского убийства нерождённого, беззащитного младенца можно будет построить

или найти своё счастье – поистине безумие.

Мы вернёмся к детскому центру. И зададим *в никуда* только один вопрос: *кого* будут формировать и развивать такие вот психологи?! *Под кого* будут подгонять детские чистые души, ещё не потерявшие связи с Высшим Миром (только после семи лет Дух входит в ребёнка, до этого ребёнок может относительно свободно переходить из мира в мир, о чём и говорит взрослым, но те принимают подобные рассказы и откровения за ложь и враньё).

Мы спускались по лестнице, находясь под впечатлением от встречи. В баре, расположенном в холле развлекательного центра, сидели три молодые женщины, держа в одной руке сигареты, а в другой – по бокалу с вином. Их детей сейчас развлекала другая девочка-психолог, а мамы в это время «правильно» проводили свободное от детей время. Надо же и им когда-нибудь отдыхать?

Они сделали правильный выбор, приведя детей в подобный центр. И здесь их детей действительно «разовьют» *под их* уровень. А слова КУЛЬТУРА и ДУХОВНОСТЬ для этого центра действительно слова лишние. И произносить их не перед кем.

Сохраним бисер до лучших времён.

## Глава 20. В толпу. Между личиной и ликом

Готово моё одеянье. Сейчас  
я маску одену. Не удивляйся,  
мой друг, если маска будет  
страшна. Ведь это только  
личина. Придётся нам  
выйти из дома. Кого мы  
встретим? Не знаем. К чему  
покажемся мы. Против свирепых  
щитом защищайся.  
Маска тебе неприятна?  
Она на меня не похожа?  
Под бровями не видны  
глаза? Изборождён очень лоб?  
Но скоро личину мы

снимем. И улыбнёмся друг  
другу. Теперь войдём мы  
в толпу.

Н.К.Рерих, «Листы сада М.», 1918 г.

Мы не зря выбрали этот стих Н.К.Рериха, завершая нашу книгу. Он – итог и готовая подсказка того, где находится грань между *личиной* и *лицом*.

Личина – это маска. Такое привычное слово «личность» тоже имеет в своей основе слово «личина». Потому что личность – это ещё *не весь* человек. Потому что личность – это всего лишь набор масок для определённых социальных ролей, которые мы демонстрируем внешне. Потому и выходя «на люди», в толпу, мы всегда надеваем *на себя* определённую маску, беря в запас ещё несколько (если «в запасе» не оказалось нужной в данный момент маски, человек теряется, и не знает, как реагировать). А кстати, кто этот «на себя»? Кто он, тот, на кого надевают маску? Подавляющее большинство людей не сможет ответить на этот вопрос, потому что только единицам известна правда *о себе*. Потому что Себя в себе нужно действительно отыскать, и Путь к Себе – это самый неизведанный Путь, Путь, который каждый находит и прокладывает сам *для себя*.

Человек забыл – кто он? За личинами и масками он перестал быть собой. Но было время, когда личины и маски нужны были для того, чтобы из *человека-животного*, жестокого и яростного, следующего только своим животным инстинктам и страстям, желаниям сделать *человека-человека*. И тогда стали устанавливаться законы, стали огораживаться территории, возникло понятие «моё – твоё», самым высоким стало понятие «наше» и им владел тот, кому подчинялись. Так возникла власть, которой надо было повиноваться, иначе – смерть. Но подчиняться не хотелось. И умирать – тоже. Тогда на выручку пришли эмоции, которые оказались подвластны «одомашниванию» и «окультуриванию». Человек начал учиться сдерживать истинные эмоции и демонстрировать *нужные*. Когда нужные эмоции становились через многие поколения уже нормой, *естественными* эмоциями, человечество устанавливало более *человеческие* законы, и *культура*

*взаимоотношений* вместе с законами входила в быт каждой семьи через ритуалы, традиции, обычаи. Человек покорял свою животную природу, и *личины становились неотъемлемой частью личности.*

Но в человеке Изначально была не только животная природа. В человеке всегда был Дух, который и подсказывал пути к содружеству, сотовариществу, сообществам. И этот Дух был истинным *ликом* человека. Человек в Духе – это истинный Человек, и только когда личины уже будут не нужны, личность растворится в Лике, и человек станет Человеком, пройдя до конца свой ДУХовный путь, Путь к Себе как к лику.

Мы сейчас живём в те времена, когда многие уже начинают задумываться о Пути. Как всегда, находят его единицы, большинство, не желая напрягаться, начинает искать проторенные кем-то пути, а потому впадает в иллюзию того, что через конкретные, *придуманные кем-то*, упражнения, техники, дыхания можно быстрее познать себя. Тот, кто придумывал это – шёл по своему пути, и ещё вопрос: *куда* дошёл. Дух, который проявляет себя через Душу, и которая пробивается в человеческое сознание через совесть и нравственность – единственный Компас, которого надо придерживаться. Ваш Дух – это ваш Лик. Почему же хотите напаялить на себя очередную личину чужого «духа», вместо того, чтобы найти своё сокровенное?

Когда человек начинает чувствовать, как растут его внутренние крылья, когда он начинает, через духовное совершенствование (медиумизм, паранормальные способности к духовности *никакого* отношения не имеют!!) ощущать, понимать, воспринимать мир совершенно по-другому, чем это было ещё вчера – он становится одиноким. Потому что уже невооружённым глазом видит личины, и всю ту ложь, которая скрывается под ними. Трудно, очень трудно делать вид, что ничего не замечаешь. Вот потому, выходя в толпу, и приходится надевать *соответствующую толпе* личину, чтобы не выделяться, чтобы не привлекать любопытные взгляды, не прощающие «не таковость как я» никому. Белые вороны на прицеле были всегда.

Щитом всегда был Дух. Его сила сдерживала натиск тьмы и охраняла от нападок. Его силой жили Святые и Подвижники.



Потому на иконах, где изображаются Святые, нет лиц (личин), но есть Лики – истинная сущность Человека.

Ложь от правды различить не трудно. И в себе разобраться тоже. Но при условии, что этого действительно хочется, иначе произойдёт впадение в ещё большую ложь.

Всегда надо представлять себе две половинки чего-то целого. Одна половинка – чёрная, другая – Светоносная. К какой половинке ближе мысли? К Светлой? Ой ли? А какая *выгода* стоит за мыслями? И не лукавьте *уже* перед собой – выгода есть *всегда*. Только бывает она разного цвета.

Вот мощного телосложения дама гневно обличает начальника/заведующего в том, чего бы она, дама, *никогда бы* не сделала! Она так здорово раскладывает всё по полкам, рассказывая, *как она бы* поступила в таком случае, что все окружающие наивно верят – эта бы точно так поступила. А ведь на нашей даме примитивная личина, и стоит ей действительно попасть *в такую же* ситуацию, как она поступит совсем наоборот заявленному, но при этом найдёт оправдания для себя и уверения для других в том, что вот если бы не эти обстоятельства, да я бы, да мне бы, да вот мне-то вот всё это... Почему? Потому что личина – это условная маска, но ещё не природа самого человека. Лик женщины невскрываемым сейфом скрыт от неё самой, и всё, что ей остаётся, это, скрывая свою слабость и трусость на деле, демонстрировать «смелость» и «мужество» на словах. Её побаиваются, потому что она режет правду матку в глаза, не глядя на чины и должности. Только вот и это, мягко скажем, ложь. Если она идёт к этому же начальнику, то приседает уже на подходе к его кабинету, а уж войдя в него, язык теряется где-то в дебрях гланд и аденоидов. Пока что *это – настоящее лицо* дамы. И ей ещё только *предстоит захотеть* найти себя истинную. Сейчас же она свято верит в то, что её бойкость и хамовитая наглость и есть то, что ей больше всего нужно в жизни. Ей выгодно демонстрировать такое поведение, но к правде и Свету оно не имеет никакого, даже приблизительного отношения. Хотя дама верит в обратное, и в церковь ходит регулярно.

В *любой* ситуации, которая складывается между людьми, *всегда* скрывается выгода. Даже когда встречаются друзья. Вспомните, ведь о друзьях часто вспоминают, когда что-то

нужно, но прикрывают это изначально тем, что «как давно мы не виделись, давай встретимся!» И даже если друзья встречаются часто, то всё равно решают друг через друга какие-то свои проблемы. А когда друг становится не нужным, о нём просто забывают, ссылаясь на нехватку времени. Везде личины. Везде пока только маски, которые скрывают истинные, не совсем одобряемые обществом мысли. И это не хорошо и не плохо – это реалии нашей жизни. И есть надежда, что наступит время, и улыбки на лице будут искренними, и освещать они будут лики, а не личности.

Ложь и правда понятия относительные, если взвешивать их на весах серого, *усреднённого* сознания. Правдой убивают, ложью подают надежду и держат в иллюзиях, если правда оказывается слишком сильным *ядом* для её восприятия. Правые и виноватые ищут «свою» правду, отстаивая её до умопомрачения, и умо-помрачение действительно имеет место, так как правые часто становятся виноватыми, а виновные избегают наказания. И будет так длиться до тех пор, пока не поймёт человек – пора расставаться с личиной, пришло время вспомнить о Лике. Пришло время, когда надо набираться мужества и отваги и говорить себе: мне нужна такая правда! Мне нужна правда о себе. И о Себе. И я хочу, глядя на Себя, понимать других. И только тогда Солнечный Ветер Перемен принесёт Солнечные Перемены в жизнь.

Солнечных вам Перемен! И попутного Ветра, который наполнит паруса вашей судьбы и укажет Путь к Себе. Только удержите штурвал!

В добрый Путь, человек, в добрый Путь!  
Пусть проблемы тебя не смущают  
Но на трудном Пути не забудь  
Яркий Свет, что из Сердца пылает!

Этот Свет тебе силы придаст  
И осветит твой Путь даже ночью  
Это самый надёжный мандат,  
Что пришёл с голубиною почтой!

Радость - особая мудрость,  
Так говорит Восток.  
Каждому в нашей жизни  
Свой отведён срок.

В круговороте жизней  
Ближнего не забудь -  
Радостью и Любовью  
Мы украшаем Путь.

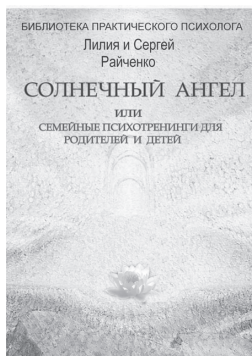
Друг есть друг,  
Не преступи круг.  
Не предавай себя  
В ярком сиянии дня.

Будет соблазн велик.  
Будет ворон крик.  
Будь со своей Душой,  
Песню *свою* пой!

При оформлении обложки были использованы фрагменты работ  
Н.К.Рериха “София-Премудрость” и “Канченджанга вечером”.

Книги Лилии и Сергея Райченко из серии  
“Библиотека практического психолога”**“ИСТОКИ СОКРОВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ”**

Тем психологам и психотерапевтам, которые хотят сразу погрузиться в практику сокровенной психологии, применяя её на своих сеансах, рекомендуется сразу начать чтение с VI части, а также ознакомиться с анализом сказки Г.Андерсена «Гадкий утёнок» (III ч.). Тем, кого больше интересует эзотерический символизм, будет интересна III часть данной книги. Тем же, кто хочет основательно разобраться в психологии человека и научиться видеть причины проблем, рекомендуется изучить книгу от начала до конца.

**“СОЛНЕЧНЫЙ АНГЕЛ”**

Эта книга - не слащавое утешение, не приторное нравоучение, она не рассчитана на тех, кто привык плакаться и получать утешение, снова плакаться и снова получать утешение, ничего не пытаясь изменить в своей жизни. Она не рассчитана на тех, кто привык жить, переключая свои трудности на плечи любящих людей и при этом горько сетовать на судьбу. Нет! Эта книга как раз изобличает таких психологических паразитов, помогая разобраться в том - кто есть кто и как в этом мире найти себя в Себе. Эта книга не гладит по головке, не даёт возможности в очередной раз найти оправдание своим действиям и в такой же очередной раз ничего не изменить в жизни. Скорее она является тем инструментом, который, невзирая на лица и должности, даёт мощные пинки под зад, выталкивая из насыженных жизненных позиций, заставляя пересмотреть свою жизнь по-новому.

Книга предназначена как для профессиональных психологов, педагогов и социальных работников, так и для широкого круга читателей, интересующихся этой темой.

**“Психология и чёрная магия. По ту сторону гипноза”**

Психология всегда была наиболее важной частью оккультной (тайноведческой) науки. Ещё с древности ей были известны грани между целительством и чёрным колдовством, применяемым к внутреннему человеку. Тот, кто невежественен в первом, но пытается вмешаться в природу доверившегося ему человека, становится чёрным колдуном.

Как не перейти грань между Светом и тьмой; как уберечь себя и своих близких от чёрного гипноза; так ли безобидно педагогическое «внушение»; что кроется за понятием «кодирование» и действительно ли гипноз – панацея от бед – все эти и другие вопросы освещены в данной книге с точки зрения как эзотеризма, так и современной науки. Книга станет надёжным нравственным пособием для психологов, врачей, педагогов и всех тех, кому не безразлична собственная судьба.



### “СОЛНЕЧНЫЕ ВРАТА ДУШИ”

Эта книга - Ключ к Психологическим Тайнам, скрытым в Древе Жизни и Мажорных Арканах Таро. Она не учит «гадать», она учит познавать себя в Себе и самостоятельно перестраивать свою судьбу по собственному желанию. В ней открываются Законы Психологии, по которым построена и живёт Вселенная и каждый из нас.

Книга не даёт рецептов, но открывает уникальные возможности для самостоятельных размышлений, снимая Завесу Иллюзий, за которой кроется Реальность.

Предназначена для специалистов в области психологии, педагогики, социальной сферы, а также для всех, кто хочет *познать себя*.

### “СОЛНЕЧНАЯ СТРУНА СУДЬБЫ”

О чём эта книга? О жизни и Жизни. Об отношениях между самыми близкими людьми. О том, что с нами происходит и почему. И о том, что надо понять и изменить в своей жизни для того, чтобы ощутить себя по-настоящему счастливым. Но, как и в предыдущих книгах, мы не будем давать готовых рецептов. Каждый выберет что-то важное для себя и только для себя, а тот, кто рядом имеет право на собственное мнение.

Данные во второй части сокровенно-философские сказки-мистерии являются также психотерапевтическими тренингами, дающим возможность повысить свои жизненные силы, веру в себя, уважение к себе; эти сказки-посвящения открывают сокровенные знания, при помощи которых может кардинально поменяться судьба каждого из нас. Они погружают в Истоки Внутреннего и Высшего, давая возможность переосмыслить и переосознать очень многое в *своей жизни*, а не в жизни соседа.

Также эти сказки, прочитанные для вас кем-то или прослушанные на диске - прекрасный релакс, дающий возможность на уровне ИСС (изменённого состояния сознания) воспринять всю глубину многовековой мудрости.

### “Психодиагностика личностных проблем по сказкам”

Любая сказка, миф, легенда, былина - это зашифрованная в символы Космогония, Теогония, Психология, которые в переплетениях сюжета, незаметно встраиваясь друг в друга, также как и в сознание человека, приоткрывают Тайну Восхождения к Душе, Тайну Возвращения к Единству, Тайну познания Себя в себе.

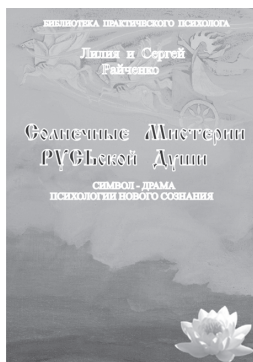
Для тех, кто серьёзно занимается и применяет в практике метод символ-драмы, данная книга, особенно её первая часть, серьёзно поможет расширить диапазон символов-мотивов. Психодиагностика по любимым сказкам безукоризненно вскроет скрытые программы-установки и жизненные сценарии, давая возможность перестроить не только своё прошлое, но и будущее.

### “ПСИХОЛОГИЯ НОВОГО СОЗНАНИЯ”



Психология Нового Сознания - это не просто термин, это психология, которая учит расширять своё сознание и *видеть одну ситуацию со многих сторон*. Психология Нового Сознания ничего не ломает и не пытается навязать - она *расширяет* и открывает новое там, где хорошо приглосье зауженное старое. Новый взгляд на старые вещи не лишает умения думать и действовать «по-старому», «по привычке», «так надёжнее». Он даёт возможность научиться *новым* действиям, *новым* умениям, *новым* возможностям, не теряя старых, к которым можно вернуться в любое время. Психология Нового Сознания ничего не забирает и не требует жертв - она просто даёт и говорит, *бери сколько сможешь*.

### “Солнечные Мистерии РУСЬской Души”



Часть 1. Изучая символизм разных народов, применяя в психологической практике метод символ-драмы, тщательно анализируя полученный материал, в какой-то момент мы вдруг поняли, что сказки, наши родные-родименькие, это не просто придумки и выдумки, это Клад Знаний, это зашифрованные в символы Духовные Мистерии... Часть 2. Дух РУСИ - Огненный. И Огонь этот пылает Искрами Негасимыми в каждом РУСЬском человеке. И не важно как называет он сейчас себя: россиянином, украинцем, белорусом - в его сердце есть Зерно Духа РУСИ! И придёт Срок, и даст это Семя Росток, и восстанет РУСЬ из междоусобиц, объединит силы народа своего, и под Щитом Сергия Преподобного, Старца Радонежского Пресвятого возвестит миру о Новом Мире, о Новой Земле, о Новом Духе и пойдёт Путём Христовым, отрицая внешнее, но преображаясь внутренне.

### “ДЕТИ ИНДИГО. ПОГОВОРИМ ОТКРОВЕННО”



Книга о Новых Детях, Детях Индиго, Детях Кристаллах, Солнечных Детях, Детях Будущего планировалась быть написанной очень давно, но каждый раз приходили сомнения, а вдруг ошибаемся, а вдруг всё правда, и навязанная мировому сообществу «утка» о Новых Детях не миф, а реальность, с которой невозможно не считаться.

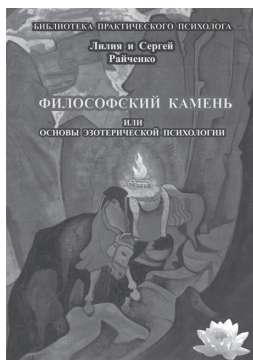
Но проходили дни, месяцы - мы встречались с конкретными детьми, родителями и их проблемами, мы искали *надёжные* источники информации, научные исследования по столь «громким» заявлениям об удивительных детях, мы сравнивали статистику проявлений «необычных» детских способностей в прошлом и настоящем, и удивительным образом наталкивались только на одно: *никаких официальных научных исследований* на эту тему не ведётся, талантливые и гениальные дети были *всегда*, а истерия по поводу «новых» детей нагнетается для того, чтобы закрыть глаза общественности на массовое поражение детей психическими заболеваниями, которые выражаются в ярко проявляемой ими агрессии, такой же яркой депрессии, социальной дезадаптации...





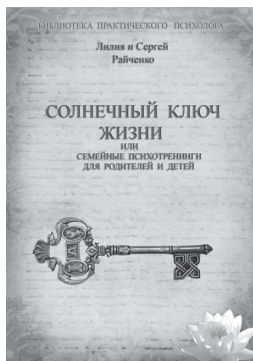
### “СОЛНЕЧНАЯ МЕЛОДИЯ ОТЦОВСКОГО СЕРДЦА”

Общаясь с молодыми людьми, у которых за плечами развод и оставленный ребёнок, невольно задаёшь себе вопрос, а понимают ли они вообще священное понятие *Отец*, и осознают ли, какую травму наносят своему самому родному и беззащитному существу на свете - ребёнку?! Понимают ли свою священную и сокровенную роль *Отца* те, кто беззащитно и безответственно предают не менее священное и сокровенное понятие *Семья*? Навряд ли. Иначе не было бы столько детских слёз и трагедий, не было бы столько широко распахнутых в недоумении и отчаянии детских глаз - ЗА ЧТО?! ЗА ЧТО ты бросаешь меня, ПАПА?! Почему ты НЕ ЛЮБИШЬ меня, ПАПА?! Эти вопросы, порой, навечно застывают в глазах брошенных детей, которые, даже став взрослыми, не могут жить с осознанием того, что их предал самый близкий и самый родной человек, тот, кто должен был был охранять, защищать, любить.



### “ФИЛОСОФСКИЙ КАМЕНЬ”

Философский Камень – это не просто красивая легенда-сказка. Это тот Проводник, Цель, Путь, благодаря которому свинец наших не самых лучших мыслей, слов, деяний начинает постепенно превращаться в золото наших лучших устремлений и духовных преобразований. И это легко проявляется и проверяется самой жизнью. Чем ближе мы к Цели, чем устойчивее на Пути, тем чаще замечаем, насколько быстрее и проще начинают решаться многие неразрешимые раньше вопросы. Постепенно, и как-то «вдруг» меняются жизненные ориентиры и ценности. То, что ещё не так давно казалось главным и важным, «вдруг» кажется чем-то незначимым и по-детски наивным, а многие отвергаемые истины, выдержавшие тысячекратные испытания временем, вдруг обретают удивительный смысл.



### “СОЛНЕЧНЫЙ КЛЮЧ ЖИЗНИ”

Эта книга – не поучение, как жить, и как *правильно* жить. Каждый человек учится у Её Величества Жизни индивидуально, и каждый платит за уроки по-своему, в зависимости от стремления и желания. Но то, что платят все – не сомневайтесь, потому что урок – «за всё в этой жизни надо платить», стоит в самых первых строках начальной программы жизненных уроков.

Но всегда ли мы понимаем, что берём в долг у жизни? Всегда ли осознаём тот час, когда приходит и наше время дать что-то Жизни? Так ли спешим вернуть то, что дано было на определённый срок и на определённых правах? Да и понимаем ли, что в этом мире нет ничего *нашего* и вечного, но есть только подсказка и аванс Жизни, который придётся отработать, а в случае отказа вернуть и заплатить не только по счетам, но и с огромными процентами? Практика показывает, что понимающих этот принцип мало...



## Психологические тренинги в аудиозаписи.

Для того, чтобы проникнуться духом и внутренним смыслом сокровенно-философских сказок-мистерий, мы предлагаем прослушать их в аудиозаписи. Почему эти сказки связаны с таким мистическим словом «мистерии»? Потому что они открывают тайны Посвящения в Храм Души. Потому что они дают Ключ к познанию Себя в себе, потому что они заставляют и помогают переосмыслить целые пласты своей жизни, они открывают Путь, где начинается Жизнь.

Эти сказки помогают понять очень сложные и запутанные вопросы, с которыми рано или поздно сталкивается каждый человек на определённом рубеже своей жизни, там, где начинаются мучительные размышления: «кто я?», «зачем живу?», «в чём смысл жизни?», «не зря ли прошли прекрасные годы и сумел ли я ими распорядиться так, чтобы не сожалеть ни о чём»... Они помогают понять, что всегда можно что-то изменить, исправить, они открывают возможности и дают самое главное – ВЕРУ В СЕБЯ.

Их не надо слушать сразу все подряд – каждая сказка требует размышления и анализа, каждая сказка даёт что-то своё, неповторимое с другой, даже если символика повторяется.

Авторы очень серьёзно занимаются именно изучением символизма, который является универсальным языком для всех культур и религий. Каждый символ помогает прикоснуться и даже приподнять целый пласт наших *глубинных* накоплений, причём у каждого будет только своя, индивидуальная встреча с самим собой.

Мы желаем нашим слушателям и читателям всего самого светлого и наилучшего.

Диски с аудиозаписями, так же как и книги, можно приобрести у авторов, либо по адресу:

Интернет магазин: [www.misost.biz](http://www.misost.biz) +380 68 888 06 06  
+380 57 755 15 74

На данный момент имеются:

Диск 1. «Солнечный Ангел» - 12 сокровенно-философских сказок-мистерий.

Диск 2. «Солнечная Струна Судьбы» - 12 сокровенно-философских сказок-мистерий.

Диск 3. «Психология Нового Сознания». Два психотренинга для глубокой релаксации, в основе которых лежат наиболее сильные символы, помогающие прийти во внутреннее равновесие и обрести покой и гармонию, которые приводят к вере в себя и пониманию себя и сказка-мистерия.

Диск 4. «Солнечная мелодия Отцовского Сердца» - три сказки – мистерии.

Диск 5. «Солнечный Ключ Жизни» - 7 Мистерий –реалити плюс дополнительный текст.

Связь с авторами: e-mail: [raychencko@mail.ru](mailto:raychencko@mail.ru)  
тел. 095 - 210 - 14 – 73  
095 – 497– 63 – 41

**РАЙЧЕНКО Л. В. , РАЙЧЕНКО С. М.**

**СОНЯШНИЙ ВІТЕР  
ЗМІН**  
( російською мовою )

Институт Культуры ДонНТУ  
[http://www.roerich.com/n\\_m\\_.htm](http://www.roerich.com/n_m_.htm)

ООО "Виртуальная реальность"  
Адрес: 91011, г. Луганск, ул. Челюскинцев 6/15  
тел. (0642) 718140, 718141

Свидетельство о внесении в государственный реестр  
субъектов издательского дела  
ДК 1415 от 03.07.2003 года.