

Философский рассказ о  
внутреннем критике,  
или Лёлик, всё пропало!



**Арина Бугровская**

18+

**Арина Бугровская**  
**Философский рассказ**  
**о внутреннем критике,**  
**или Лёлик, всё пропало!**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=70627819](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70627819)*

*SelfPub; 2024*

**Аннотация**

"Ничего у тебя не получится! – говорит он мне. – Ну какой ты писатель? Таких чудес в жизни не бывает!". Но я ему больше не верю.

# Арина Бугровская

## Философский рассказ

### о внутреннем критике,

### или Лёлик, всё пропало!

Чаще источником «открытий» бывает внутреннее озарение, иногда «открытие» приходит извне. Но только тогда, когда ты к этому готов. В противном случае информация извне пройдёт мимо, тебя не коснувшись.

Моё «открытие», о котором пойдёт речь далее, совершилось с подачи умного человека. И, надеюсь, принесёт мне пользу. И я это «открытие» посылаю далее. Как говорится, даром получила, даром отдаю. Отдаю тем, кому достанется. Думаю, в подавляющем большинстве случаев оно пройдёт мимо. Не беда.

До вчерашнего дня я не знала о существовании внутреннего критика. *Как тот умный человек это называл, так и я продолжаю называть.*

Я всегда думала, что критикую свои поступки сама. Это я сама себе упрекаю: «Как ты могла?». Это я сама себя грызу по ночам, прогоняя сон.

Но теперь я себя и внутреннего критика разделила.

Кто он? Или оно? Пусть условно будет «он». Критик всё

же.

В моём случае это тот, кто останавливает на старте или перед взятием препятствия: «Ты не сможешь! За что ты взялась? Это не для тебя! Это делают особые люди, а не обычные, как ты!».

И в душе возникает чувство проигрыша, хотя ещё не сделала попытку. Сделаю ли её? Послушаю критика? Или проигнорирую?

Этот критик способен загрызть. До внутренних косточек! «Как ты могла! Так говорить с начальством! Ты нарушила субординацию. Ты не права. Всё! Всё пропало! Ищи новую работу! А-а, у тебя кредит? Хана! Но главное, ты обидела человека. Тебе казалось, что стояла на страже справедливости? Вот-вот, ключевое слово здесь казалось! Ты не имела право! И теперь ты аутсайдер! И все будут смеяться над тобой. Тоже, Дон Кихотша нашлась!».

Этот критик не даёт проявить индивидуальность, загоняет в стадо. «Делай как всё. Так безопасно. Так проверено и протоптано. Отличаться от других рискованно. Белые вороны в природе не выживают, в человеческом коллективе тем более. Промолчи!».

Этот внутренний критик похож на инстинкт самосохранения. Может быть, это он и есть?

Много общего, но есть и отличие.

Инстинкт говорит заранее: «Не лезь в болото, утонешь!». А критик кричит, когда ты уже по шею в вязкой тине: «Всё

пропало! Всё пропало! Считай, что ты утонула! Дура, зачем сюда лезла!». Инстинкт говорит: «Без паники. Оглянись». Критик заставляет замирать сердце в безнадёжности.

Этот внутренний критик похож на совесть. Грызя себя за проступки, я думала, что это угрызения совести. И они неприятны. Теперь сомневаюсь.

Совесть вызывает жалость к другим. Ты кого-то обидела, тебе стало его жалко. Но ты же можешь это поправить, например, попросить прощения. А критик говорит: «Всё! Ты упала в глазах этого человека. Он в тебе разочаровался. Теперь ничего не поправить, ты потеряла его доброе мнение. А он бы тебе ещё мог бы пригодиться! А ещё он расскажет другим, какая ты змеища. Все от тебя отвернуться. Ты аутсайдер».

Недавно меня уколола совесть, и это было не мука, а нечто даже приятное.

Недалеко от меня живёт бабушка Поля. Всю жизнь она была очень сложная, на мой взгляд, нелюдимая и высокомерная. Помню, она со мной даже не здоровалась. Просто так. Я ей не нравилась.

Потом случилась беда – инсульт. Лет двадцать назад. Частично она восстановилась, но лишь частично. И она изменилась. Осталась по-прежнему очень сложной, но теперь слишком общительной и навязчивой. Сидя на своей лавке, она часто не даёт людям пройти мимо, зазывает к себе на лавку.

Мне она звонила. Много, просила прийти помочь в чём-то или просто хотела поговорить. Потом мой номер потеряла, звонить перестала, я улыбнулась облегчённо.

Недели две назад ко мне поспешила сиделка бабушки Поли с листом бумаги и ручкой.

– Дай, пожалуйста, свой номер телефона, а то Поля не может найти.

– Нет, – сказала я. – Не надо мне звонить.

– Не надо? – сиделка приготовилась уже писать, теперь опустила ручку и листок. И столько печали было в её глазах и голосе. И совсем не было осуждения и обиды, только печаль.

Я сказала:

– Ладно, записывайте, – и продиктовала.

Она обрадовалась:

– Я скажу Поле, чтобы звонила только по выходным и редко.

– Ага, – я не надеялась на это.

Бабушка Поля позвонила за это время мне только один раз.

Но совесть меня кольнула не за Полю, а за сиделку. Уж очень расстроили её мои слова. И было приятно вспоминать её доброе лицо.

Может быть, иногда совесть и внутренний критик объединяются, но не сговариваются. Различать их можно по направлению сожаления.

Если бы я мучилась от того, что бабушка Поля теперь не

будет думать обо мне хорошо и говорить: «Спасибо тебе, Ира, за твою доброту», это критик. А если бы я печалилась от того, что две одинокие несчастные женщины стали ещё чуть несчастней, – это совесть.

Записывая эти строки, я краем уха слушаю своего внутреннего критика. И он мне шепчет: «Кому интересна твоя чушь? Даже у умных людей их мудрые мысли не читают, а тут твои «открытия!»».

А инстинкт говорит: «Твоя философия может нанести вред. Например, кто-то доверчивый и внушаемый прочитает и решит действовать – изгонять внутреннего критика. А прогонит инстинкт самосохранения или совесть». Действительно, эти вещи переплелись и не разберёшь, где заканчивается одно и начинается другое.

Поэтому, весь мой рассказ, это призыв не к действию, а к размышлению.

Итак, полезен критик или вреден? Моё личное мнение – вреден. Своим криком: «Всё пропало!», он рождает неверие. Да ничего не пропало! И никогда не поздно! И всё возможно! Потому что всё в руках Бога. Верь.