

МОЙ
ЛУЧШИЙ
КАРМИЧЕ-
СКИЙ
УРОК



АЛЁНА
ГОЛОВИНА

Алёна Головина

Мой лучший кармический урок

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67853256

SelfPub; 2023

Аннотация

Автор книги хотела просто любить и быть любимой. Не имея осознанного желания менять партнеров – она все же «окунается» в водоворот смены мужчин, искренне веря в то, что «теперь навсегда». Но череда неудачных отношений без исследования глубинной причины и просто разрыв деструктивных союзов оказались не самым очевидным выходом из повторяющегося сценария. В конечном счете, грезы о настоящей любви привели женщину к связи с женатым мужчиной. На первый взгляд такой сладкой сказке, залитой сиропом полного взаимопонимания.

Содержание

От автора	4
Предисловие	7
Введение	10
Глава 1. Кармический урок «Сергей»	18
Глава 2. Кармический урок «Дмитрий»	41
Глава 3. Кармический урок «Петр»	50
Глава 4. Про наши Души	111
Осознание	123
Заключение	133
Письмо себе...	150

Алёна Головина

Мой лучший кармический урок

От автора

*Посвящается всем
за вдохновение и мое лучшее развитие.*

*Мы ищем врага вовне, а враг глубоко внутри.
Текст из песни «Взлетай» Бурито*

Слово – это источник информации. Книга – это кладёзь знаний. Иногда достаточно одного лишь слова, чтобы услышать ответ внутри себя. В самые трудные периоды жизни книги помогали мне познавать себя и менять свою жизнь. Держа в руках именно этот источник знаний, я испытываю огромное удовольствие.

Это моя первая книга, написанная по моему личному жизненному сценарию. В ней хочу передать лишь то, что утвердила как свою личную внутреннюю правду. Очень легко написать, но очень трудно описать.

Знания, полученные благодаря опыту, перестали однажды

помещаться в голове. По законам Вселенной и Духовного мира человек, владеющий знаниями, должен ими делиться. Может быть, для этого ему и даётся иногда "Нелегкий путь".

Я люблю свой возраст, в котором сейчас нахожусь. Ко мне пришло понимание самой себя и правильное представление о себе, которые очень сильно повлияли на качество моей жизни. Произошла самоидентификация, процесс которой способствовал саморазвитию.

Самая искренняя и огромная моя благодарность Высшим силам за то, что направили меня на путь лучшего моего изменения и сделали это по меркам человеческой жизни в очень юном возрасте. Было бы печально в глубокой старости осознать то, что я осознала уже сейчас. А к себе я испытываю благодарность за то, что услышала внутренний голос и нашла силы для возможности жить по-другому. Самое трудное, по моему мнению, – это справиться с самим собой, но оно того стоит.

Мое сопротивление условностям, изменение убеждений и разрушение стереотипов мышления дали свои плоды. Верными помощниками ощутить счастье внутри себя оказались моя стойкость и способность быстрого эмоционального восстановления. Я обдумывала, надумывала, передумывала, раздумывала... вкладывалась и вкладывалась в поиски мудрости и гармонии своей жизни. Если хотите, в поиски собственного счастья. Боролась за свою внутреннюю правду, за свое состояние и за свою мечту.

Я не завистлива и не вступаю в открытые конфликты, если люди не переступают черту дозволенности. Меня не интересуют склоки, чем живут другие, кто с кем встречается и т.д. Я занята своей жизнью, поиском своих ценностей и идеалов, своим развитием. . . я занята наблюдением за собой.

Предисловие

*О, как несовершенен человек
Физически, морально и духовно!
Работать над собой свой краткий век
Должны мы, чтобы выглядеть достойно.*

*Обязаны лепить мы облик свой,
Так, словно скульптор лепит изваянье.
...А если не работать над собой,
От человека будет лишь... названье...
П.П. Борисюк*

Целью написания данной книги является не установление факта количества партнеров в моей жизни, а главные уроки, которые я вынесла из отношений. Этот труд – моя работа над ошибками.

Данная книга о важности наблюдения за событиями жизни, поступками, привычками, реакциями, словами и особенно мыслями. Включив «внутреннего наблюдателя», работа над собой ведется постоянно. По моему мнению, это и есть осознанная жизнь.

Мною приложено усилие по исследованию личной проблемной зоны – отношений с мужчинами. А где внимание – там и энергия, а значит и результат.

Сейчас у меня искренняя благодарность каждому партнеру. Они все не случайные, нужные и очень полезные, но приходили они с разными целями. Все они мои кармические учителя. Мне стало понятно, что так и должно было быть: чтобы я встала на путь своего личностно-духовного роста. Я уверена, что вся моя жизнь До была точкой «ноль», из которой я не могла долгое время сделать первый шаг. Но однажды, двинувшись в путь, остановиться уже невозможно. И я безмерно этому рада.

На момент написания книги мне 38 лет. У меня есть сын 18 лет. Я разведена.

В браке я прожила счастливо девять лет. А затем наступил переломный момент в отношениях: четкий рубеж, который вызвал большие сложности. В один из дней стало все по-другому. Около года я не могла найти ответы на вопросы: «Что это было? Что случилось? Почему такой резкий переход в отношениях?» А он был действительно резким, который в итоге привел к разводу по моей инициативе. Только сейчас я могу с уверенностью сказать, что я не была готова тогда к переменам. Мне хотелось жить так, как я жила, думать так, как я думала, действовать так, как я действовала... жить в своей зоне комфорта по старым устоявшимся шаблонам. Меняться я не хотела, а вернее, я даже не задумывалась об этом.

И вот тогда по всем законам Вселенной в Судьбу вмешиваются Высшие силы, которые дают так называемый волшебный пендель.

Часто я размышляла над своими же словами: «Нелегкий путь». А в чем же он такой нелегкий? Если вдуматься, проанализировать и оценить, то родилась я в обычной советской семье. Всегда была накормлена, обута и одета по мере возможностей моей мамы. Окончила хорошо школу, имею высшее образование, кучу всяких подготовительных курсов. Слава Богу, прочувствовала опыт материнства и семейной жизни. У меня есть две руки, две ноги, видящие глаза и слышащие уши, у меня есть здоровье, я могу ходить, бегать, дышать, читать и слушать. Есть уютное жилье, чистая постель, вода горячая, пища, любимая работа, земельный участок, на котором общение с растениями приносит мне удовольствие. Я путешествую. В общем, у меня есть *ВСЕ!!!* А другие и этого не могут себе позволить. Почему же тогда такая тяжесть невыносимая внутри??? И вот здесь кроется Нелегкий путь – выкопать из глубины себя причины внутреннего конфликта и дисгармонии.

Введение

Вы когда-нибудь задумывались, почему одни и те же ситуации и сценарии повторяются в жизни?.. Это как некая закономерность. Всё идёт по замкнутому кругу. Буксуешь на одном месте в схожих обстоятельствах. Снова и снова попадаешь в аналогичные ситуации, но с разными людьми.

Это явление и есть Кармический урок, понятие которого происходит из древних восточных учений индуизма и буддизма.

Не сразу возможно понять, что жизнь преподносит урок.

Когда же начинаешь замечать и размышлять, тогда приходит осознание и огромное желание разобраться. Включается перепросмотр собственной жизни. И поиски ответов вырабатывают огромную жажду познания всего, что скрыто от понимания.

Урок там, где важность, которая и разрушается.

Свои кармические уроки, которые напрямую влияли на мой денежный канал, я проходила только в отношениях с мужчинами после развода. А может и всю жизнь?..

Я была эмоциональной женщиной. Мои чувства и эмоции являлись главным критерием принятия решений и совершения выбора.

Безусловно, я сделала выводы о причинах развода, обратив внимание на собственное поведение. Ими оказались

импульсивность, обидчивость, капризность, крикливость, неуступчивость и другие мои эгоистические эмоции, которые не позволили наладить семейные отношения в период кризиса. При чем, совокупность этих моих психических свойств и характер поведения взрастались мною за период брака. Я считаю, что меня разбаловал собственный супруг.

После начала кризиса в отношениях с супругом и до развода я впала в состояние жертвы, превратилась в несчастное существо, которое занялось самообвинениями. Я искала причины обвинить себя в развале отношений с супругом. При этом у меня было пассивное отношение к происходящему в семье и агрессия по отношению к себе. Затем обвинения сменились на противоположные: агрессия к супругу, пассивность к себе. Появились признаки нестабильной самооценки – крупноамплитудные колебания представлений о самом себе.

Вдобавок ко всему в это период умерла моя любимая бабушка Наташа. Потрясенная случившимся, я не знала, что делать и обратилась за помощью к супругу. Но, будучи негативно на меня настроенным, в помощи и поддержке он мне отказал. Я расценила это как предательство, ведь мы еще были в браке. И горе поглотило меня.

Причинами конфликта в семье, по моему заключению, оказались негативные эмоции и мои эгоистические нотки, которые несли мне только вред. И я приняла решение изме-

ниться в эмоциональном плане: стать более терпеливой, научиться избегать конфликтов и контролировать свои негативные эмоции.

Через настоящую книгу хочу рассказать, как методом собственных проб и ошибок изменить свое внутреннее состояние от злости, агрессии, печали, тоски, состояния жертвы и многих других негативных эмоций до ощущения, что только сам человек в ответе за жизнь, за эмоциональное состояние и чувства. На собственном примере показать, как работает Закон Вселенной притяжения – подобное притягивает подобное.

На первый взгляд, вырваться из круга негативных мыслей и эмоций легко и быстро. Но мой жизненный опыт другой. Когда приходило время моей трансформации, из окружения «убирали» людей, способных хотя бы поговорить со мной в минуты отчаяния. В тот период, однако, у меня появилась знакомая Ольга, которая старалась меня поддерживать. Но уныние и апатию я проживала в большей части в одиночку, потому что не хотела никого нагружать своими проблемами и негативными эмоциями. Финансовый достаток падал до такой степени, что хватало только на пропитание и платежи. О посещении психолога речи не могло и быть. В те моменты я полагалась только на саму себя, а вернее на собственный Дух, благодаря которому можно выстоять перед всем, что преподносит Судьба.

По моему мнению, продуктивнее и с наименьшими по-

следствиями для психики проходит процесс психического «выздоровления», когда рядом есть мудрые друзья и знакомые, а также психологи.

Именно друзья или просто знакомые должны быть мудрыми. Ведь мудрый человек – это спокойный человек, он смотрит на жизнь с пониманием ее смысла. Неправильные советы немудрых людей – это вредные советы, способные отяготить жизнь и растянуть время страданий...

В поисках ответов на многочисленные вопросы в моей голове я увлеклась системно-векторной психологией Ю.Бурлана, ведической психологией, астрологией и нумерологией, гороскопами и тароскопами, духовными практиками и вебинарами различных эзотериков и, самое главное, *БОГОМ*. Изученные темы за шесть лет поисков, не поддаются подсчету. Сейчас я понимаю, сколько информации в меня было «влито». Сплошным потоком она шла ко мне. Изучая одно, возникали вопросы уже о другом, и сразу приходили нужные книги, сайты, видео и статьи. В коммуникации с друзьями и родными ответов на свои вопросы я не получала. Возможно, потому что себя я считала «не от мира сего» со своими вопросами о смысле жизни, а мое окружение было в основном погружено в быт, сплетни, пересуды и осуждения. Тематика таких коммуникаций меня отталкивала от людей. Пустые разговоры стали для меня токсичными и тратили мое время. Все это истощало меня. В дальнейшем я обходила их стороной. Исключением были мои родные, с которыми я набира-

лась терпения и, кивая головой, поддерживала беседу

У МЕНЯ ПОЯВИЛАСЬ ЦЕННОСТЬ МОЕГО ВРЕМЕНИ!!!

Делая усердно «рабочий» вид, я читала прямо на рабочем месте. Затем приходя домой, по-быстрому делала домашние дела и снова бралась за чтение до ночи. С утра я с трудом просыпалась, потому что ярко выраженная сова. Однако знания меня настолько захлестнули, что я не могла остановиться. Из посиделок с подружками, праздников и просто хождения по гостям я выбирала знания. Так продолжалось изначально года три.

Можете себе представить, сколько за эти годы было мною впитано от каждодневного бесперебойного чтения. За такое усердие я себя уважаю. Я слышала свой внутренний голос, который говорил мне «ищи и читай». А главное, я понимала то, о чем читала. Сейчас свой внутренний голос я называю разговором со мной моих Ангелов-Хранителей, к которому я уже была готова.

Не могу передать силу моей Веры в то, что нами управляют Высшие силы, помогают Архангелы и Ангелы-Хранители, только их нужно от чистого сердца попросить о помощи. Но это о более высоком. Хочется единственное сказать, что я неспроста пишу с большой буквы Высшие силы, Архангелы и Ангелы-Хранители, Душа и Дух, Судьба и Карма, Родственная душа и Настоящая любовь. Я отношусь к этим понятиям очень серьезно, с глубоким уважением и тем самым показываю свое расположением к ним.

За все время поисков ответов я выработала для себя один принцип фильтрации потока информации: если знания «мои», то сознание и тело дадут знать об этом. В такие моменты по телу пробежит дрожь, волосы как будто зашевеливаются, а сознание выдаст эффект озарения. И пазлики в голове сложатся.

Первичный вопрос «почему?» с годами изменился на гораздо продуктивней: «для чего?» Если внешнее равно внутреннему, следовательно, во мне причина неудачных отношений с мужчинами. Значит, я сама себе создаю проблемы в жизни. Я начала замечать, как внешнее меняется в лучшую сторону. Это стало для меня очень увлекательным занятием: менять свое эмоциональное состояние и наблюдать, как меняется моя внешняя жизнь.

Когда ушли злость, агрессия, депрессии и на их место пришли чувства радости, лёгкости, эйфории и, конечно же, любви.

Приближение моей Настоящей любви я почувствовала за месяц до знакомства с Петром. Это ощущение я описала бы так: после многолетних мытарств в Душе наступило успокоение и понимание того, что вот-вот мой мужчина придет. Необходимо только малость подождать. Это было предчувствие, что больше мучений не предвидится, так как я с достоинством прошла все то, что выпало мне. А главное – из-

влекла уроки. И теперь я заслужила только самое лучшее, в том числе самого лучшего мужчину.

Но лучшего не в плане решения моих житейских проблем, а чувствования, что это моя Родственная душа – мужчина, который возьмет за меня ответственность, даст мне заботу, ласку и нежность, сумеет взять на себя мои эмоции, который сможет садиться и разбирать со мной мои страхи и претензии, ощущения счастья и эйфории. Который будет приносить мне минуты счастья, даже когда на это нет эмоциональных сил. Этот самый лучший мужчина, сжав зубы, когда ему самому плохо, будет рассказывать мне анекдоты, смотреть со мной смешные передачи, играть на гитаре или гармонии. Это для меня самый лучший мужчина. И вот для такого мужчины я сама буду стремиться быть лучше. И вот для такого мужчины буду применять принцип «надо, значит, надо».

К написанию этой книги меня подтолкнул мой самый лучший мужчина. Ещё больше года назад он сказал: «Напиши книгу – историю нашей любви. Ты напишешь свои мысли, а я тебе напишу свои мысли о тебе». Но мысли Петра очень ярко выражаются в его стихах для меня и о нас. Писать он начал совсем недавно... пару месяцев назад. Но то, что он порой пишет, даёт мне понимание того, что мы встретились неслучайно и такого никогда больше не будет.

Вынашивая долгое время его предложение в себе, я поняла: просто написать историю нашей любви – это ничего не написать. Самое важное и главное заложено в том, что предшествовало нашему знакомству, что происходило с каждым в жизни и в Душе.

И в итоге подобное притянуло подобное.

Но любая история кроется всегда в мелочах...

Глава 1. Кармический урок «Сергей»

*Почему так нередко любовь непрочна?
Несхожесть характеров? Чья-то узость?
Причин всех нельзя перечислить точно,
Но главное все же, пожалуй, трусость.*

*Да, да, не раздор, не отсутствие страсти,
А именно трусость – первопричина.
Она-то и есть та самая мина,
Что чаще всего подрывает счастье.
Э. Асадов «Любовь и трусость»*

Сергей был младше меня на три года. С этим мужчиной продолжились мои эмоциональные мытарства и приобрелся новый внутренний посыл «зачем мне мужчина, если я все могу сама?» Находилась я в этих отношениях почти четыре года. До сих пор не понимаю, как можно столь долго терпеть неуважение к себе? **НО НИЧЕГО И НИКТО ПРОСТО ТАК В НАШУ ЖИЗНЬ НЕ ПРИХОДИТ. ЗНАЧИТ, ТАК ДОЛЖНО БЫТЬ.**

Мы были знакомы с Сергеем около трех лет по моей работе, когда у нас завязались отношения. В то время мне бы-

ло 32 года. С супругом мы в натуре делили имущество, постоянно скандалили, бесконечно выставляли друг другу претензии. Отвратительным для меня оказалось поведение супруга, отбирающего имущество, за которое он платил. Эмоциональное состояние мое было подавлено. Также прошло всего лишь четыре месяца со дня смерти моей бабушки. Я находилась в процессе горевания. Все эти месяцы я плакала по ночам так, что ресницы прилипали к подушке, а наутро я не могла открыть глаза. Мне хотелось поддержки, заботы, внимания. Хотелось найти отдушину.

Я ее нашла... на свою голову. Сказать, что я любила этого мужчину – не могу. Это была не любовь, а страсть, которая через три года растворилась бесследно. Но так и должно быть. Только любовь может увеличиваться с годами, когда двое созданы друг для друга. На протяжении долгих лет любовь проходит одну стадию своего развития за другой.

Первое мое эмоциональное потрясение было после месяца отношений.

В одно утро позвонил Сергей с предложением подвезти меня на работу. Мы оба жили и работали в пригороде столицы. По дороге я спросила, с чем связана такая ранняя поездка в город и почему накануне вечером он не ответил на мой звонок? И сделала я это без малейшей подозрительности. Сергей пояснил, что была важная встреча по деловым вопросам, а вечером он уснул. Спокойно восприняв ответ, почему-то целый день все же было странное предчувствие.

Но я не могла обличить в слова и придать форму моему чувству. Накануне поздно вечером, занимаясь дома поклеив обоев, меня внезапно обдало волной жара с ощущением шевеления внутренних органов. Я почему-то набрала номер Сергея, но он не ответил...

Под вечер того дня мы поехали по делам. Как-то случайно в автомобиле я увидела лежащий квиток из обменного пункта валюты. К моему удивлению, обмен долларов вчера происходил в районе двенадцати часов ночи в казино... в тот момент, когда он «уснул вечером». Сразу я вспомнила свое странное предчувствие и внезапный жар по телу.

Так зарождалась моя интуиция, как способность «видеть» истину внутренней «чуйкой» без логических выводов или явных доказательств.

Сергей признался, что отдыхал с другом, который не желал моего присутствия. Рухнувшее ещё тогда мое доверие никогда больше не восстановилось. Никогда. Только сейчас я знаю цену доверию, ведь оно внутреннее ощущение полного спокойствия и напрямую связано с чувством безопасности. Для серьезных и крепких отношений необходимо доверие, иначе постоянные подозрения, обман и хитрости приведут к неизбежному разрыву.

В тот день и необходимо было закончить отношения. И это я понимаю сейчас... спустя годы. Ведь тогда и начались эмоциональные мытарства.

К моему состоянию из-за смерти моей любимой бабушки

и развода с супругом добавилась еще одна «встряска». Часто все выходные дни и вечера будней я проводила в постели со слезами на глазах. Они либо тихо и спокойно стекали по щекам, либо катились ручьем в моменты истерики. Мне было себя очень жалко. Но рабочие будни меня хоть как-то отвлекали. Я стала предпочитать грустные стихи и посты в социальных сетях. Они были мне по душе. Мой 12-летний сын прибежал с улицы и все время спрашивал: «Мама, ты опять плакала?» Но я отвечала, что у меня болела голова. Он меня чувствовал... мой маленький сын. Сейчас я точно знаю и понимаю принцип, как наши дети чувствуют все, что происходит в семье и уж тем более с мамой.

В моменты душевных содроганий я звонила своим подругам, чтобы просто хоть с кем-нибудь поговорить. Но одна не поднимала трубку, потому что у нее был начинающийся роман, а другая все время говорила, что перезвонит. Обратиться к родной маме за эмоциональной поддержкой я не могла: у нас всегда были холодные отношения. Вдобавок один раз мне явилось некое видение, а может, и явь: я закрыла глаза, а передо мной на уровне лица появилось «нечто» темное с горящими огненными глазами. Я начала уводить лицо, но «оно» было тут как тут. Когда я открыла глаза в надежде проснуться и укрыться от этого, «оно» все так же висело передо мной. Дикий страх и ужас овладели мной, когда я поняла, что не сплю и в каком я пребываю состоянии, если Тьма уже смотрит прямо мне в глаза.

Именно в то время ко мне пришла мысль, что моим спасением может быть церковь.

Легкими путями к церкви я не пришла. На моем пути возникали различного рода преграды: у меня ломался автомобиль по дороге, либо я теряла кошелек. Но я была тверда в своем намерении. Оставляя автомобиль на обочине, я добиралась общественным транспортом и просто сидела в церкви, разговаривая с Богом. В те моменты меня озарило: оказывается, можно изливать Душу хотя бы Всевышнему, он-то меня точно выслушает. Новый вопрос не покидал меня: «Почему я обратилась к Господу, только когда мне стало невыносимо тяжело?» Но так поступали все в моем окружении и иных историй я не слышала. К тому же, в церковь я заходила и ранее, но без осмысления, зачем пришла. Я не понимала, как себя вести в храме Божьем. Помню, однажды, отдыхая в 2008 году с семьей в Крыму, мы поехали в Бахчисарайский монастырь, который расположен в ущелье прямо в отвесной скале. Там было очень красиво, но всей мощи того места я не воспринимала. Монастырь... иконы древние... не более. Величие и святость Бахчисарайского Свято-Успенского мужского монастыря я не осознавала тогда. А ведь обитель, основан был византийскими монахами более тысячи лет назад...

Зато после того как меня «допустили» до церкви, я осознала и прочувствовала в 2013 году все величие и святость Успенской Киево-Печерской лавры. С уверенностью могу сказать, когда Духом заявляешь о своем намерении, то и все

дороги открываются, если путь верный. Очень странные события происходили со мной на территории лавры. Сама поездка оказалась внезапной: ее предложили мне в ночь перед выездом. Деньги нашлись очень быстро, дорога была легкой, и все было во благо меня. Именно находясь в Киеве, я первый раз почти за год ощутила внутри энергетический подъем, радость и счастье. За долгое время я начала смеяться. Но самое важное, я ощутила внутри себя тишину, спокойствие и гармонию. Свое состояние я помню и сейчас. Закрывая глаза, я могу пережить заново те чувства и эмоции. Вот что значит осознанность посещения святого места.

Спустя месяц – новое потрясение. На этот раз в разговоре меня Сергей назвал по имени предыдущей его женщины. Эта «оговорка» вызвала во мне бурю эмоций, тем более мы отдыхали в компании. Все, что я могла на тот момент сделать, – это просто подняться и уйти в ночь без вещей и телефона домой... к себе. А жила я километров за пятнадцать. На эмоциональном надрыве, пройдя километра четыре через поле и лес, я зашла в знакомое кафе и попросила телефон. Домой меня отвезла подруга. В ту ночь Сергей меня не искал, хотя я надеялась. Приехал он только на следующий день со словами, что я сумасшедшая и все придумала сама. Однако своим органам чувствования слуху и зрению я всегда доверяю. Но я думаю привычка – вещь серьезная, а Сергей

был довольно рассеянным, и многие действия совершал на автомате, думая в этот момент совершенно о другом.

Сергей вкладывался в меня деньгами и эмоциями: не игнорировал праздников и подарков к ним, финансово поддерживал по мере возможностей, устраивал пикники и рыбалки, купания на водоемах, путешествия в Египет... но только по его инициативе.

У меня же были огромные сложности просить у Сергея деньги. Даже в очень критические моменты жизни я не могла из себя выдать «помоги, пожалуйста, деньгами». У меня совершенно не было навыка в этом деле. За период брака я возможно ни разу не попросила у супруга денег. Он сам меня всегда обеспечивал «заначками» в кошельке, подарками, необходимыми вещами.

Вместе с тем, финансовую поддержку я тратила во благо Сергея: на одежду для него, на уют в его квартире, на покупку цветов и кустарников для его участка, на котором строился дом. Неопрятный внешний вид, да и неряшливость в быту, были образом жизни Сергея. И это, я хочу сказать, неизлечимо. А мне хотелось видеть рядом с собой ухоженного и опрятно одетого мужчину. Поэтому приходилось вкладываться в него бесконечно.

Моей самой заветной мечтой по сей день остается собственный дом. Я рождена жить в сельской местности и красота творения рук на земле меня очень вдохновляет. И ко-

гда я «дорвалась» до участка Сергея, меня невозможно было остановить с ландшафтным дизайном.

Очередное потрясение было еще через пару месяцев, когда Сергей пошел на праздник к друзьям... без меня. По правде говоря, его друзья даже были не в курсе наших отношениях, и соответственно пригласили его одного. А мне очень хотелось, что бы он позвал меня с собой.

В общем, потрясения сопровождали меня на протяжении всех наших отношений. Был момент, когда сломался мой автомобиль. Он простоял на площадке около моего дома месяцев пять, пока Сергей соизволил его забрать на ремонт. А как раз таки починкой автомобилей он сам лично и занимался. Но по сравнению с ремонтом моей квартиры все остальное было ничто.

Моя совместная квартира с бывшим супругом была сдана в эксплуатацию без отделки. Сразу после получения ключей мы принялись делать ремонт. Но во всем многоквартирном доме была очень сильная сырость. Все, что шпаклевалось, не могло высохнуть и отваливалось. Тем более была зима. Комиссия, посетившая нашу квартиру, вынесла предложение дать возможность просохнуть ей хотя бы год.

Спустя этот год мы с супругом уже развелись. Никто из нас не занимался ремонтом абсолютно, потому что судьба

квартиры была неизвестна. Может, ее ждал раздел?.. Возможно, просто разделение лицевых счетов?.. Фактически мы просто заняли себе по комнате.

Однако постоянные раздоры с Сергеем все же заставили меня обратить внимание на свои условия проживания – бетонная коробка, которая давила своей серостью на мою голову. И я решила начать создавать уют в лично своем жилье. Из-за нехватки финансов мне пришлось начать делать его своими руками.

Вот с этого момента сила моего Духа начала крепчать, потому что пришлось с головой окунуться в вопросы отделочных работ хотя бы своих комнат. Я не знала ничего о строительных материалах, не говоря уже о том, как держать в руках тот или иной инструмент. Но, кто хочет научиться – обязательно научится. К сегодняшнему дню я умею шпаклевать стены и потолки, грунтовать, клеить обои, красить, укладывать ламинат и плитку, резать, пилить, стругать, закладывать дверные проемы блоками, собирать новую мебель, переносить розетки и выключатели, покрывать стены декоративной штукатуркой. Если честно, то у меня от осмысления этого... чувство стыда. В беседах с мужчинами я стеснялась рассказывать о своих приобретенных навыках. А стыдно мне только по одной причине: научилась я тяжелым физическим работам рядом с женщиной, которого выбрала лично сама и терпела долгие четыре года. Того самого неуважения к себе

как к женщине. Почему?..

Конечно, при таких обстоятельствах мужской энергии во мне стало слишком много. Я стала жесткой и волевой, контролирующей и требовательной. Взвалила на себя ответственность и за лично свою жизнь, и наши отношения.

Мужская энергия – это энергия борьбы и достижений, а женская – покоя и наслаждения.

Только однажды Сергей за месяц до разрыва отношений зашел ко мне в квартиру занести плитку, которую купила я. До этого были очень долгие разговоры о том, что мне нужна помощь. Не раз я просила найти мне электрика и сантехника. Но я ждала долгие четыре года. Ждала через скандалы, через уходы и игнорирование. Моему терпению конечно можно позавидовать. Последней каплей была моя просьба повесить жалюзи на балконе. Договорились через две недели. Проснувшись утром в назначенный день, я позвонила Сергею спросить, во сколько он приедет. Ответ меня просто убил наповал: «Уехал строить крышу на доме своему начальнику». Я молча положила трубку. И в тот же день мы с сыном повесили жалюзи.

Сергей относился к той категории мужчин, которому помощь начальнику и друзьям была всегда на первом месте. Если стоял выбор между моими просьбами и других людей, то падал он не на меня. Даже если я предлагала куда-то поехать отдохнуть, Сергей говорил, что нет времени и он занят.

Но стоило через час позвонить его какому-нибудь другу, и мы уже ехали на отдых.

После ремонта автомобиля, мне пришлось его продать для погашения овердрафтов различных банков. Сумма ежемесячных платежей возросла до невероятных размеров.

Особенно остро я реагировала на нападки в адрес моего 12-летнего сына. Когда я заводила разговор о том, что он ничего для него не делает, то в ответ получала фразы: «А сын мог бы сам приехать и помочь что-нибудь по стройке».

Конечно, осмысление всего этого пришло только через определенный отрезок времени. Когда я начала четко понимать, какой человек рядом со мной... и который никогда не изменится по моему желанию. Люди не меняются, если сами того не хотят. Я начала задумываться о том, что несут мне эти отношения. Особенно, какие эмоции я испытываю. Я заметила, что постоянно с Сергеем за что-то внутренне боролась, а иногда доходило и до физической борьбы. Это была катастрофа.

По-моему, я с лихвой испытала эмоциональных потрясений, огорчений, злости, агрессии и всяких подобных негативных эмоций. А особенно ощущения одиночества в этом мире со своими проблемами. Потому что решала я их сама. И благодаря этому научилась ставить цель и достигать ее.

В беседах с собой я склонялась к мыслям, что это я не по-

дарок... что это я не умею ждать... что это у меня нет терпения. Но Сергей настолько точно давил мне на мои «больные места», что у меня терялся дар речи. Я понимала, что внутри меня находились программы, которые этот мужчина мастерски запускал и от которых меня просто трясло.

К вопросам измен я всегда относилась категорично. Мне казалось, что худшее для отношений и не придумаешь. На мой взгляд, измены могут принести такую душевную боль, которую трудно будет заглушить даже с годами. Любая измена разрушит даже самое крепкое доверие, которое восстановлению, по моему мнению, не подлежит.

В один из воскресных дней мы находились с Сергеем на участке. В помещение зашла женщина. Она окликнула его и вышла. За долю секунды я считала с лица Сергея ноту смущения от неловкой ситуации. Он вышел, а мне моя интуиция начала транслировать: что за приезды по работе в выходной день, и почему такое смущение было на лице? Я вышла на улицу, а эта самая женщина обрушилась на меня с обвинениями. На тот момент я не могла понять, чего она от меня хочет. Сергей силой затолкал ее в машину, и она уехала. От неожиданности я только спросила: «А что это было?» Сергей пояснил, что меня просто перепутали с его сестрой.

К вечеру ещё одна «неожиданность» позвонила Сергею на телефон, а я позволила себе поднять трубку. Меня, конечно,

долго он после этого обвинял в том, что я залезла в телефон. Что я не имею на это право. А я считаю, что себя не обманешь. Будет так, как должно быть. *НИЧЕГО И НИКТО ПРОСТО ТАК В НАШУ ЖИЗНЬ НЕ ПРИХОДИТ. ЗНАЧИТ, ТАК ДОЛЖНО БЫТЬ.*

В журнале “Psychologies” я прочла: «Интуиция – не удел редких счастливыхчиков. Это способность, которая есть у каждого из нас. Другой вопрос, умеем ли мы слышать то, что она пытается до нас донести, и насколько доверяем услышанному? Каждый из нас обладает целым спектром способов восприятия реальности, среди которых логика, чувствование, телесные сигналы... Интуиция – способ обработки информации сразу из всех этих сфер. Если такой навык тренировать, он может выдавать нам решения, не требующие доказательств».

Правда, здорово?!

Я начала доверять своей интуиции. И она меня не подводила в отношениях с Сергеем.

Вот так спустя полгода после той внезапно приехавшей женщины я снова залезла в телефон. В тот день я прямо места не находила себе. Наводящий голос и внутреннее чувствование говорили: «Тебе необходимо в телефон». К тому времени он был уже под графическим ключом. Но, зная какими психологическими чертами обладал Сергей, я разгадала этот ключ с первой попытки. Из всех контактов телефо-

на мой взгляд упал на «Сергей работа». И я не ошиблась. В приложении viber «Сергей работа» на аватарке выглядел внезапно приехавшей полгода назад женщиной. Суть их общения в чате я даже не буду передавать.

Конечно, точно так же Сергей обвинил меня в том, что я не имею права лазить по телефону. И лучшая защита действительно – это нападение.

Но дальше было больше...

Я находила в телефоне, как бы от меня его не заблокировал Сергей, переписки уже с другими девушками. А одна мне вообще запомнилась. Это была знакомая Сергея на лет 10 его старше. Мы с ней были тоже знакомы. По работе они друг другу продавали товары для ремонта автомобилей. И как раз таки от сообщений этой женщины я была в шоке. У меня сложилось впечатление, что от одиночества женщина была готова на все, лишь бы к ней приехал «медвежонок» или «котенок». Вот именно эта история меня вогнала в ступор. Я осознала, что творится за моей спиной... И вообще, в каких «гнилых» отношениях я нахожусь. От этого стало мерзко и тошно.

Но ведь «тошнило» от этих отношений уже давно. А мне все равно хотелось кому-то и что-то доказать.

Уже тогда я знала что у Сергея всегда были женщины минимум на десять лет его старше. Мне бы гордиться своей молодостью необходимо было. Но взрослые женщины стали преследовать меня. Я должна была бороться за мужчину со

зрелыми и состоявшимися, на мой взгляд, женщинами. Какой-то бред...

Мне все еще не хватало для понимания сути этих отношений упреков Сергея о моем содержании и отдыхе в Египте, о нежелании помогать физически. И в один из дней, а вернее темной ночью, он угнал из-под моего дома автомобиль, который яко бы мне подарил. Но я наутро даже не растерялась от его пропажи. Я уже знала, каким способом машина уехала. Шок – главная эмоция, которая меня постигла после осмысления такого действия. Супруг забрал у меня свое имущество, а Сергей – свое. Интересное совпадение.

Накануне «воровской ночи» мы сильно повздорили, и я уехала домой. Скандалы нарастали уже как снежный ком. Потому что в отношениях ничего не менялось. Сергея все устраивало, а меня уже вообще ничего.

А почему?

Потому что рухнувшее доверие никогда больше не восстанавливается по желанию одной стороны. Если в отношениях нет доверия, они всегда наполнены страхом, тревогой, переживаниями и болью. И с моей стороны все эти чувства выливались в форме скандалов и ответных претензий.

Потеря доверия еще в самом начале отношений даже не позволила возникнуть между нами душевной близости. Вдобавок обманы, невыполненные обещания и мои разбитые мечты с каждым разом вызывали во мне агрессию.

Меня будоражил тот факт, что я смогла залезть в чужой телефон. Я вторглась в чужое пространство без разрешения. Ведь за десять лет брака у меня никогда даже не возникло подобного желания.

Уже сама по себе такая моя «способность» говорила, что эти отношения меня не делают лучше, а только хуже. Я скачивалась своими поступками вниз.

Но до меня все так и не доходило, что мне показывают всеми этими историями. В размышлениях я где-то осознавала, что меня все время окунают лицом в мои самые ценные принципы: не обманывай, не изменяй, не упрекай, цени себя, делай то, что хочется именно тебе, и многие другие. Только как это все соединить воедино, я не понимала.

Что?.. Что я должна была понять о себе?..

Будучи в отношениях с Сергеем, повторились необъяснимые жизненные обстоятельства, которые происходят и в настоящем моменте, и причину я до сих пор не разгадала.

Находясь в браке, были периоды, когда я не работала. Между трудоустройством с одной работы на другую проходило около девяти месяцев. За это время финансовая прибыль супруга была равна нулю. Приходилось не жить, а выживать. Потом, когда я устраивалась на работу, все постепенно выравнивалось, и деньги начинали приходить быстро-

ми темпами.

То же самое происходило и с Сергеем. Все по одной схеме: я не работала девять месяцев – финансовый поток Сергея падал. Только разница была в том, что я была ранее замужем. И проблемы платежей, долгов, питания – они были семейными общими проблемами. Как говорится: «И в горе... и в радости». И я чувствовала в такие моменты, что я нахожусь *За мужем*. Но с Сергеем было все по-другому. Его не интересовали вопросы, как я живу, чем я плачу коммунальные платежи, чем я питаюсь и многое другое. Мои долги – были моими долгами. Мы часто ругались по этому поводу. Но Сергей строил свой собственный дом и его больше волновали финансовые вложения в свою недвижимость.

На первом году отношений мы с Сергеем решили открыть собственное дело. На свое имя я открыла ИП. Сняли в аренду торговый павильон, закупили продукцию, открыли счет в банке. Все это происходило за счет средств Сергея.

Дело заключалось в продаже материалов для покраски автомобилей. Но ничего не вышло. Прибыли не было. И было принято решение закрыть предпринимательство.

И вот обязательный страховой взнос, который в моей стране оплачивается один раз в год, мне уже пришлось оплачивать самостоятельно. А я не работала в то время. Сумма была огромная для меня... около 700 долларов. При средней заработной плате по стране в 500.

Необходимо было за короткий срок где-то найти эту сум-

му, потому что насчитывалась пеня за каждый день просрочки, а также судебные разбирательства.

У Сергея была сестра Лена. Этот человек полностью управлял им. Она постоянно вмешивалась не только в его дела, но и в наши отношения. Лена и меня учила не только как нужно поступать, но и как жить. Первое время, находясь в депрессии от развода, я старалась пропускать ее слова мимо ушей. Потом я уходила от нашего общения. А затем я вообще начала открыто с ней вступать в конфликты. Потому что моему терпению приходил конец. Непонятно кто вмешивался в мою жизнь. Меня это очень злило. Все это привело к скрытой войне против меня.

Я начала жаловаться Сергею. Но он отмахивался от меня. Все время смеялся и советовал не обращать внимание на нее. Говорил, что от безделья сестра (она не работала около пятнадцати лет) не знала, куда себя деть. Для меня же она была воплощением истеричной женщины. Всегда, когда она появлялась в квартире, случались скандалы на ровном месте. Не так лежали и стояли вещи, не так убрано и сделано. Вообще было все не так.

Я всегда, только переступив порог квартиры, чувствовала пребывание Лены. Даже когда мы не сталкивались нос к носу, даже когда Сергей от меня утаивал о ее приезде, я могла с точностью передать слово в слово речи, которые она произ-

носила, передвигаясь по квартире. Запах негатива впивался в стены жилья и передавался мне чувствованием энергетически пространства. Мое воспроизведение потом подтверждал Сергей. Находиться среди таких энергий, как вы понимаете, эмпатичному человеку в тягость. Меня душило само пространство жилья, и мне хотелось бесконечно чистить его. И так по кругу: негатив – чистка – негатив – чистка.

Однажды произошел случай, когда Лена вызвала милицию на Сергея в состоянии какой-то беспомощности: она понимала, что не может воздействовать больше на брата. Лена носилась как фурия, металась из комнаты в комнату. Я была в шоке. Милиции она сказала, что ее брат возит своих женщин на моря, а ее нет. Конечно, сотрудники милиции посмеялись и уехали, а история-то осталась.

После того дня она при удобном случае высказывала мне, что я приезжаю именно в её квартиру. Что я купаюсь в её ванной и вообще пользуюсь её вещами. Хотя квартира принадлежала им в равных долях.

Я искала защиты у Сергея, но не находила. Он просто-напросто не хотел с нею связываться. Все чаще спрашивал, зачем я с ней конфликтую. Потому что она становилась агрессивной, и ее не мог успокоить даже собственный муж. При всем при этом она жила как королева. Всегда ее истерики приводили к желаемому результату. Она добивалась всего, потому что с ней никто не хотел связываться. Лучше было промолчать, чем потом выслушивать ее истерики. А я не

молчала. Если меня не смог защитить Сергей, то я это начала делать прекрасно и сама.

Но... в один из дней, наблюдая за Леной, я осознала, что она мне кого-то напоминает. И кого бы вы думали?.. Конечно же, меня. Только меня в плане злости, агрессии и негатива... на своего бывшего мужа, с которым мы продолжали воевать, проживая в нашей общей квартире. Я поняла, что сестра Сергея – это Я. Что точно так же я распространяю негатив у себя дома. По-моему, с этого моего осознания и начались мои поиски знаний.

Первым я начала изучать психосоматические причины заболеваний. Потому что за года три отношений с Сергеем на меня навалилось столько болезней что, хочешь не хочешь, а задумаешься, почему это валится на одного человека. У меня обнаружили межпозвоночные грыжи, заболела печень, болело постоянно что-то в правом боку, зубы, голова, горло, руки, ноги и гинекология. Но когда в одно утро я проснулась и увидела клочья волос на подушке, поняла, – я иду не туда.

Причину каждой болезни я разобрала с помощью психосоматики, и ко мне пришли мои первые знания.

Психосоматические заболевания – это группа болезней, которые проявляются телесными страданиями (то есть симптомами заболеваний внутренних органов), но их основная причина всё же кроется в неполадках со стороны нервной системы. Я поняла, что этой самой системе моей уже бы-

ло совсем плохо и мое тело просто кричало: «Ты тратишь свою жизнь на ненужных людей, ситуации и эмоции. Остановись!!!» Я ещё полгода останавливалась и наконец-то остановилась.

Произошла моя остановка тихо и спокойно. Как-то вечером я утюжила дома белье. Позвонил Сергей и сказал, что через час заедет за мной. Закончив разговор, в голове у меня пронеслась мысль: «Я никуда больше не хочу ехать. Мне так хорошо и уютно у себя дома». А к уюту в своем жилье я очень серьезно отношусь и сейчас. Аура моего жилья уже тогда настолько была мною создана благоприятной, что мне лишний раз не хотелось выходить куда-то. Свечи, аромопалочки и иные подобные вещи – главные атрибуты психогигиены моей квартиры по сей день. К тому моменту своими руками, благодаря своей подруге Ольге, я смогла сделать ремонт в двух комнатах, туалете, коридоре и чуть на кухне. Конечно, все упиралось в деньги. Но все равно я не жалела денег на дорогие обои, розетки, декоративную штукатурку и двери из массива. Мне стало нравиться жить в своем жилье. Это очень интересное ощущение. В моей жизни никогда не было своего жилья, да и комнаты в детстве... я не ощущала, что значит свой уголок. Это классно...

Я перезвонила и сказала, что я больше никуда не поеду. И во мне наступило такое облегчение, которое я не могу передать словами. Внутри ощущалось, что я отдала человеку все,

что была должна... и даже из прошлых жизней. Моя эмоциональная память вот уже почти три года хранит в себе это чувство облегчения, опираясь на которое, теперь я понимаю, когда именно пройден кармический урок. Это когда человеку больше ничего не хочется доказывать или объяснять. Просто очень спокойно на душе. Особенно нет злости, агрессии и негатива на этого человека. Он просто уже не цепляет.

Сергей не звонил около месяца...

Он всегда так поступал. Затем на телефон пришло, как обычно, сообщение «привет». Но этот привет был уже из далёкого прошлого. Сергей позвонил, и я поняла, что у него началась агония. Он просил помочь сделать документы на участок. Причем сделать их даже за деньги. Но я спокойно ответила, что мне это больше не нужно. Предлагал выехать с ним в Польшу для «распечатки» шенгенской визы, которую я делала для нас вместе. Но в Польшу за этот месяц я съездила со своим сыном.

Ещё, конечно, Сергей несколько раз появлялся в моей жизни, но уже только для того, чтобы передать мои вещи, которые первое время не хотел мне возвращать. Поначалу он шантажировал меня. Скорее всего, думал, если я сама за ними приеду, то у нас все наладится. А мне было наплевать на вещи, которые остались в его квартире. Ценности они для меня никакой не несли. Хотя очень важно не разбрасывать в пространстве «свое» и вовремя возвращать чужое.

После разрыва отношений, долго анализируя, я пришла к выводу – это был кармический долг перед этим человеком ещё из прошлой жизни. Невозможно просто так растратить себя и при этом четко к определенному моменту это понимать. Но какая-то невиданная сила заставляла вновь и вновь меня ехать к нему: получать для него документы, делать ремонт в его квартире, ухаживать за участком и ним самим, убирать, готовить, ссориться и затем снова делать это все по кругу. Не получая по моим меркам ничего взамен. До сих пор он мне должен ещё приличную сумму денег, а вернее моей маме, которую потратил на вещь, хранящуюся сейчас в его доме. Больше двух лет я ему напоминала об этом долге, и в то же время он говорил, что ничего мне не должен. Аргументируя тем, что он меня кормил, содержал, возил на моря и т.д. И это приводило меня в бешенство. Потом я успокаивалась и понимала, что деньги он мне не вернет. Скорее всего – это мои долги перед ним. А если нет, то Вселенная всегда найдет способ забрать их.

Но самое главное, что я осознала – это вероятность отравиться, находясь в окружении токсичных людей, очень велика. Они выделяют эту токсичность, и она, как микроб, проникает повсюду: в помещение, на тело, в голову, сознание, а потом подсознание. Также можно отравиться, пытаясь помочь токсичному человеку.

Глава 2. Кармический урок «Дмитрий»

*Чтоб мудро жизнь прожить,
Знать надобно не мало,
Два важных правила запомни для начала:
Ты лучше голодай, чем что попало есть,
И лучше будь один, чем вместе с кем попало.
Омар Хайям*

Голову не покидали мысли: «Господи, это последнее, что я должна перенести на пути к собственному счастью!» Страх и боль сковывали меня по рукам и ногам. Мозг судорожно искал в своих файлах способы справиться с этими эмоциями и чувствами. И в поисках пришла мысль... Молитва! Молитва моему Ангелу-Хранителю, которого я почему-то вспомнила лишь в минуты отчаяния и страха.

Лёжа на операционном столе, окружённая анестезиологами, медсестрами и другим персоналом, я начала свою молитву: «Ангел-Хранитель, прошу, приди ко мне! Ангел-Хранитель, прошу, приди ко мне! Прошу тебя, сохрани мое тело и душу! Руководи руками и мыслями моих врачей! Прошу, сохрани мое тело и мою душу! Руководи руками и мыслями моих врачей!» В это время мне уже надели на лицо кисло-

родную маску, но про себя я лихорадочно повторяла свою Молитву, пока всеми фибрами тела и зрения не почувствовала и не увидела Ангела, спускающегося откуда-то сверху ко мне. Распахнув свои большие белые крылья, он просто завис прямо надо мной в состоянии моей небесной охраны.

Погружаясь в небытие наркоза, я была уверена в защите меня и телесной, и духовной. Наступило состояние покоя... душевного... я под защитой... я в безопасности.

Это была внематочная беременность. Мало того, что сама беременность пришла как-то неожиданно и внезапно, точно так же она ушла. Около десяти лет желание родить еще одного ребенка не увенчалось успехом, хотя по медицинским показателям я была абсолютно здоровой женщиной.

Почему душевная защита была для меня столь же важна, как и телесная? Потому что все то, что пришлось пережить за последние годы душевно, уже не поддавалось осмыслению. Оно просто уже не вмещалось внутри меня. Когда многие годы желание родить ребенка вроде бы как подало надежду на осуществление, за считанные секунды переросло в боль телесную. И пришло осознание того, что после операции можно погрузиться в бесконечную депрессию. Нужно было предпринимать какие-либо меры, чтобы этого избежать. Состояние депрессии – самое ужасное и страшное, что может быть для меня. Очень сложно саму себя без помощи мудрых людей и специалистов вывести и вернуть хотя бы в состояние эмоционального подъёма. Не говоря уже о том,

чтобы нормально и полноценно радоваться каждому дню. *САМЫМИ УЖАСНЫМИ МОМЕНТАМИ СВОЕЙ ЖИЗНИ Я СЧИТАЮ МОМЕНТЫ ДЕПРЕССИИ.* Только сейчас я понимаю, сколько упущено времени и сколько всего не сделано мною того, чего мне положено.

Состояние моей депрессии я называю жертвой: мне становилось жалко саму себя и очень хотелось, чтобы меня пожалели. Но как раз таки жалеть меня не было кому. Всех как будто ветром сдувало из моей жизни, и я была наедине сама с собой. Говорить о слезах, бессоннице и потере веса мне не хочется. Расскажу о другом: борьба с депрессией сделала мое сознание настолько расширенным, что на данный момент я не знаю, чем меня можно ошеломить. У меня привилось стойкое убеждение того, что если человек поступает тем или иным образом, то это его сознательный выбор. Значит, так должно быть. А моя задача – понять, что мне транслирует человек. Особенно мой партнёр, который является моим зеркальным отражением. *ПРОСТО ТАК В НАШУ ЖИЗНЬ НИКТО И НИЧТО НЕ ПРИХОДИТ.* И эта головоломка является самой сложной. Мое мнение о действиях и обязанностях мужчины в отношениях, уж очень сильно отличалось от реальности.

Внематочная беременность была у меня от Дмитрия. Этот мужчина был моей первой любовью и старше меня на три года. Он нашел меня через мою одноклассницу. В период, когда отношения с Сергеем набрали своего негативно-

го апогея, позвонил Дмитрий. Так получилось, что ровно через девятнадцать лет Дмитрий снова появился в моей жизни. В то время мне было 36 лет.

Общались мы только по телефону. Я мысленно воображала, каким стал этот мужчина и чего достиг. И мои представления были идеальными.

Через месяц после разрыва отношений с Сергеем я встретила с новым бывшим кавалером. Снова после разборок мое эмоциональное состояние было подавлено и мне хотелось поддержки, заботы, внимания. Очень хотелось найти отдушину.

И я ее нашла... на свою голову. Через месяц нашего знакомства Дмитрий оказался алкоголиком. В состоянии алкогольного опьянения поведение его напоминало бесшабашность, полную безответственность со способностью сесть за руль. Еще по моим ощущениям он кому-то что-то доказывал.

Позже я поняла – это была его мама.

Одновременно пришло понимание, что я беременна. Через три дня после увиденных двух полосок я уже попала на операционный стол. Видимо, я так искренне просила Ангела-Хранителя спасти мою Душу, что даже ни одна ее струна не дернулась, когда Дмитрий ушел в запой и просто-напросто был не в состоянии приехать в больницу первые три дня. Появился он в пьяном состоянии, забыв привезти с собой хотя бы мандаринку. К моему великому удивлению, я

смотрела на него и была очень спокойна. Во мне не было ни агрессии, ни злости, ни других негативных эмоций. Я была очень спокойна. Мне просто хотелось, чтобы человек исчез из моей жизни. Сразу после операции меня мучал вопрос: «Для чего мне внематочная беременность и этот мужчина?» И если ответ с беременностью я нашла чуть меньше чем через год, то появление Дмитрия в моей жизни, я поняла позже. Потеря беременности – это мой великий внутренний страх взять ответственность за чужую жизнь, который очень глубоко укоренился в моем подсознании. На первом году семейной жизни одна за другой пришли две беременности. Но лично мною было принято решение об абортах. Мы жили на съемной квартире, денег катастрофически не хватало, иногда даже на еду. Вдобавок я была двадцатидвухлетней студенткой, а сыну было два годика. И как раз таки в это время шли беременности одна за другой. Что первое могла подумать такая женщина как я? Денег нет, своего жилья нет, ещё не время рожать. По замыслу Бога, у меня сейчас должно было быть четверо детей. В последней беременности от мужа была двойня.

Вот так однажды приняв решение и совершив действие, через годы появился вопрос: «А вот если бы?» Появилось представление, какая была бы я мама... четверых детей. Но хуже всего – это носить тяжкий груз греха, совершенного лично мною. Но тогда, будучи молоденькой девушкой, я об этом даже не думала. Осознание о совершённом поступке

пришло только через лет десять.

Вдобавок скажу, что через три года наша семья встала на ноги, супруг стал зарабатывать хорошие деньги, я окончила университет и устроилась на работу, начали строить квартиру. И мы решили завести совместного ребенка. Но Судьба распорядилась иначе. В отношении рождения ещё одного ребенка я не благословенна и по сей день. Отталкивая от себя беременности, которые мне посылал Господь, в книгу моей жизни было записано, что дети мне больше не нужны. Но я продолжаю верить в то, что у меня будет радость МОЕЙ жизни – МОЯ ДОЧЕНЬКА, потому что сейчас у меня есть чем с ней поделиться... БЕЗМЕРНОЙ БЕЗУСЛОВНОЙ ЛЮБОВЬЮ, ВНУТРЕННИМ УСПОКОЕНИЕМ И СЧАСТЬЕМ.

Только сейчас я понимаю, что благословен тот род, в который приходят дети.

Отношения с Дмитрием продлились месяца три. Потом еще три он уходил в запой и оставался у себя дома. Я его не принимала. Сутки или двое он не употреблял алкоголь, а затем начиналось все по кругу. И чем больше я была спокойна, тем больше ему хотелось вывести меня из себя. Однако, я всегда, к моему удивлению, очень спокойно с ним разговаривала.

Принять мне решение помог один случай, который, я считаю, был помощью Высших сил в облегчении моей жизни.

Однажды я на работе находилась одна. Все сотрудники ку-

да-то разъехались. В кабинет зашла женщина и представилась главным врачом нашего областного наркологического диспансера. Есть в моей стране в государственных организациях так называемый День информирования, на котором освящаются разные тематики, касающиеся развития страны.

Женщина поинтересовалась, где руководство и есть ли кто еще на работе? Услышав, что я одна, она все же предложила ознакомить меня лично с передовыми прекрасными методиками по лечению алкоголизма.

После прослушанного курса, я рискнула задать личный вопрос: «Скажите, если мой муж алкоголик, то лично для меня, что бы Вы посоветовали?». Ответ был вразумительный: «Бегите!!!»

Я не верила, что этот случай просто совпадение. Из нескольких тысяч населенных пунктов области, этот специалист приехала прочитать лекцию именно мне... одной.

Если это случайно, то, как должно было все так совпасть, что бы мы встретились?

Мои заоблачные представления о том, каким стал этот мужчина за девятнадцать лет, не подтвердились ни на один процент.

Дмитрий все также проживал в доме своей мамы, которая была очень властной женщиной. В этом самом доме за весь долгий срок кроме обоев и комнаты Дмитрия ничего больше не изменилось.

Мне было интересно снова вернуться в тот дом. Но я испытывала растерянное недоумение: машина времени переместила меня на девятнадцать лет назад.

В период запоев Дима пропивал все деньги. Но очень важное и существенное это было наличие четверых детей от разных женщин. Одновременно взрослые дети и мамы маленьких начинали писать или звонить с вопросом: «Когда будут деньги?» В моменты моего наблюдения за ним в таких ситуациях, мне искренне было его жаль. В душе он переживал некое разочарование и боль, что нужен был только ради денег. Этих тем я никогда не касалась. Более того, я считаю, что мужчина обязан содержать своих детей.

По отношению ко мне Дмитрий был очень щедрым и ответственным добытчиком продуктов. Более того, я ни разу не ущемила свои права и интересы. Я всегда выбирала себя.

К тому времени я около года ходила на стрип-пластику. Для меня танцы в стиле стрип-дэнса оказались весьма полезными для повышения моей женской энергии после молотков, перфораторов и других инструментов. Танцы сделали мои движения грациозными, походку легкой с ощущением парения над землей, а фигуру – гибкой и стройной.

Так вот, как бы меня не просил Дмитрий иногда пропустить стрип-пластику, я выбирала идти танцевать. Либо же, если мне необходимо было ехать по важным делам, я всегда на первое место ставила себя.

Из опыта отношений с Сергеем я взяла важные уроки.

Еще несколько лет я не могла отвязаться от этого мужчины. Пришлось даже изменить номер телефона. Но по сей день к Дмитрию у меня осталось глубокое чувство уважения. Это единственный мужчина, который не выставил мне претензию за то, что он меня содержал, украшал, одевал и любил. А скажу честно, что сознательно я этого ждала. Ведь опыт у меня уже был.

После Дмитрия я поняла, что существуют мужчины, отдающие свои блага, заботящиеся о женщине, создающие ей чувство безопасности просто потому, что он ценит и любит свою женщину.

Не смотря на это качество, с его алкоголизмом бороться я была не намерена. Это был мой осознанный выбор, сделанный разумом.

Испытывая уважение к этому мужчине и к его чувствам по отношению ко мне, я объяснила расставание своим твердым решением, не припомнив ему ни одного «греха». Сказав, что серьезно все обдумала и пришла к выводу, что наши отношения сложиться не смогут.

Глава 3. Кармический урок «Петр»

Как много тех, с кем можно лечь в постель,

Как мало тех, с кем хочется проснуться...

И утром, расставаясь, обернуться,

И помахать рукой, и улыбнуться,

И целый день, волнуясь, ждать вестей...

Э. Асадов

Мой опыт непростых отношений в конечном итоге помог сформировать образ желанного мужчины. Ум – вот главная черта, которой должен был обладать образ моего «настоящего мужчины». Партнеры с низким уровнем саморазвития и образованности отвергались всем моим нутром. Мысли о том, что мужчина – это действие и поступки, меня не посещали. Это было само собой разумеющееся. Однако я ошибалась. Сейчас я понимаю важность правильно сформированного посыла во Вселенную. ***НО В ТО ЖЕ ВРЕМЯ НИКТО И НИЧЕГО ПРОСТО ТАК В НАШУ ЖИЗНЬ НЕ ПРИХОДИТ.***

А пока Петр был моим образом!!! Он был мужчиной из моих фантазий. С первых дней знакомства моему удивлению не было предела: он говорил словами и выражениями, которые уже давно поселились в моей голове. Подобное я расценила, как ***НАКОНЕЦ-ТО*** пришел мужчина, с которым мы будем мыслить одинаково и в одном направлении. Я вери-

ла, что подобное притянулось к подобному. Мое внутреннее, после определенного опыта, соответствовало внешнему. По словам же Петра, он долго просил Бога послать ему такую женщину, как я: ласковую, нежную, добрую, умеющую слышать и ценить своего мужчину. А что ещё нужно мужчине? После плохого наступает *ТАКОЕ* хорошее, что ты его очень ценишь и начинаешь осознанно им наслаждаться.

До встречи с Петром, находясь ещё под воздействием своей Молитвы о сохранении Души, я цвела от внутренней Любви к этому Миру. Я танцевала, порхала, улыбалась сама себе и людям. Я источала свой внутренний Свет. И на этот Свет летели соответствующие люди и обстоятельства. Я была женщиной в состоянии наполненности. Столько во мне было какой-то внутренней силы, внутренней энергии, что я делилась ею просто так, не ожидая ничего взамен! Так легко, комфортно, радостно было на Душе. А главное – спокойно, никаких страхов, тревог и в помине не было. Тихо и благополучно я забыла все плохое, что было в моей жизни *До*.

Встретив свой образ, я стала задумываться, как складывалась наша жизнь в тот или иной отрезок времени? Меня эти мысли посещают очень часто. Потому что я верю в Судьбу! Вернее сказать, я стала в нее верить! В жизни всегда есть место счастливому случаю. Главное не проспать, вовремя разглядеть и не упустить.

Размышляя о некоторых событиях, я начала понимать, как вела Судьба нас друг к другу. Так сказать, случайная

неслучайность. Могли бы мы встретиться с Петром ещё в далеком 2008 году, знает только Господь. Мне хочется верить в этот случай. По личным обстоятельствам мне пришлось не раз проезжать на автомобиле его родной город. Очень отчетливо запомнилось, как однажды я остановилась на остановочном пункте отдохнуть, проехав к тому времени уже порядка 300 км. Впереди у меня было ещё несколько сотен. Помню дорогу, вдоль которой росли большие деревья, и мои мысли о жителях. Очень часто, находясь в новом месте, я любила поразмышлять о живущих в нем людях. И вот спустя много лет оказалось, что там жил в то время мой Петр и у каждого из нас была своя жизнь.

Но обстоятельства сложились так, и нас вывели на общую дорогу.

Наша встреча произошла у меня на работе. Петр зашёл по делам к нашей сотруднице Людмиле, с которой давно был знаком. Они о чем-то болтали, но я даже не слышала. Я была занята. Но в какую-то долю секунды я посмотрела в его глаза... С этого все началось. Эти глаза прямо транслировали о желании познакомиться, но при этом ещё какое-то детское смущение.

Когда он ушел, я не видела, потому что уткнулась в компьютер. Я научилась отключаться от окружающих, так как в кабинете сидели четыре специалиста и одновременно могли приходить на приём несколько человек. Работая с докумен-

тами, требовалась также повышенная внимательность. Я как бы присутствовала, но отсутствовала.

Тогда я еще не знала о том, что я интроверт – который сосредоточен в основном на своём внутреннем мире. Хотя я очень общительна, нахожу общий язык со многими, однако мне комфортно наедине с самой собой, общение отнимает у меня силы и энергию. Я люблю уединение, тишину и нуждаюсь в «подзарядке» после интенсивной работы или общения как с близкими, так и с друзьями, коллегами.

Прошло дня три...

Вечером Людмила прислала мне на телефон сообщение о том, что со мной хочет познакомиться молодой человек Петр, который заходил к ней на днях. Он сказал, что я очень ему понравилась, и очень хотелось бы иметь отношения со мной для Души. Но Петр был женат. Людмила знала, что я с женатыми мужчинами не встречаюсь. И в этом вопросе я была очень категоричной. Что со мной произошло тогда, я до сих пор не знаю. Но меня очень зацепили его слова «для Души». Во мне всплыли недавние ощущения *«после многолетних мытарств в Душе наступило успокоение и понимание того, что вот-вот мой мужчина придет. Необходимо только малость подождать»*.

Моим ответом в тот вечер все же было нежелание общения с семейным человеком.

Прошло ещё несколько дней. Был вечер пятницы. Ко мне в гости зашла моя кума. Мы болтали, выпивали шампанское, как снова Людмила в смс спросила: «Что же ответить Петру?» Оказалось, она до сих пор не передала моего решения. По всей видимости, под воздействием шампанского и уговоров кумы я разрешила Людмиле дать мой номер телефона.

Искушение – это момент вхождения в кармический урок.

Позвонил он мне в понедельник во время обеденного перерыва. Мы болтали очень долго на разные темы, но больше всего о семейных отношениях. Я помню, как не сошлись наши мнения о том, что ради детей нужно терпеть нелюбимого партнёра. Мы повздорили уже тогда. Мое мнение до настоящего дня неизменно – ничего не нужно терпеть в отношениях, а уж тем более ради детей. Они должны видеть любящих друг друга родителей: как папа ухаживает, заботится и любит маму, а мама в свою очередь уважает и любит папу. От таких отношений между супругами у деток формируется модель семьи. Можно уже догадаться, что у Петра была дочь. Её звали Поинка, пяти лет. А если более правильно, то назвали ее красивым именем Аполлинария.

Только спустя почти два года я понимаю, с чего начались мои мытарства в этих отношениях. Но если великая и огромная сила Кармы решила, что этим двоим суждено пройти определенный отрезок времени вместе, то так оно и будет. И одновременно посылается такая Любовь, которой никогда ещё в своей жизни не испытывал, которая на протяжении

почти двух лет приносит очень много слез, страданий, мытарств Души, ощущений одиночества в этом мире и одновременного ощущения встречи и слияния Родственных душ.

Магнетическая сила притяжения не позволяла никак разорвать эти отношения. Мы оба пытались расстаться, но невидимая сила все равно возвращала нас друг к другу. Но об этом чуть позже.

Первое понимание, что в мою жизнь пришел родной человек, произошло через нескольких дней знакомства после смс-общения в viber. Мы переписывались около двух часов, а наутро я прочитала его первое «Доброе утро, солнышко. У меня такое ощущение, что между нами что-то произошло вчера». И это действительно так и было. И сейчас мне кажется, что именно с той минуты вспыхнула Настоящая любовь. Таких нежных, добрых и ласковых слов мне никто и никогда не говорил, а вернее, пока что сказать, не писал. Я летала на крыльях. Боже, как я сверкала, как я была счастлива. Состояние влюбленности – это мощная вспышка, очень мощный заряд созидательной энергии, и хочется, чтобы он длился вечно. Минуты счастья хотелось удержать до бесконечности.

Мы общались с Петром около двух месяцев, когда у нас случился первый секс. Я к нему не была готова вообще и произошел он как-то спонтанно, после чего почему-то мне было неловко. Мое желание и удовольствие от секса разгорается от доверия к мужчине, от времени нахождения в отно-

шениях и ещё много чего, хранящегося в моей голове. Поэтому мне хотелось узнать Петра побольше и подольше.

Мое сексуальное желание с годами стало просыпаться только от мозгов мужчины. Т.е. он должен был возбудить сначала мое сознание. Я должна была понять, что со мной умный мужчина. Глупцов в моей жизни уже хватило, и соответственно хотелось иметь умного мужчину рядом. Хотелось иметь рядом, так сказать, Императора. Петр был самым умным и мудрым мужчиной в моей жизни.

И вот спустя несколько дней, сев к нему в машину, там играла ENIGMA. В моем понимании эту музыку «простые» земные люди не слушают. В тот момент я почувствовала что-то сокровенно общее, что есть между нами. Это то, что не передается словами, это невидимое, неопишемое, оно есть внутри и вырывается наружу при соприкосновении. «Энигма» переводится с греческого как «загадка». И действительно, загадка раскрывается внутри при звучании этих магических мелодий, наполненных некой сексуальностью, хотите даже – алхимией. И эта самая сексуальность начинает в тебе просыпаться с первыми нотами, формируя особую близость.

Сексуальная близость – это акт Любви, проявленный через физическую форму. Это прекрасная задумка. Пребывая в экстазе, можно испытать ощущение воссоединения двух Душ и испытать высоковибрационное состояние. Нужно ли говорить, что дорога в это состояние лежит через Любовь, через стремление Души познать друг друга, через духовную

близость.

*Так много можно говорить,
Но хочется уже любить!
Лишь искренне и чисто!
И телу тело подарить.
Так много можно представлять,
Но я желаю ощущать,
Тела свои перемещая,
Достигнем мы такой нирваны,
Сознание чтоб по вам трещало!
От совершенства ощущений...
Мы испытаем наслажденье,
Доступное лишь нам двоим
С момента мира сотворения!!!
(из Интернета)*

Очень значимым был поступок Петра, когда после нашей близости он с курьером прислал мне на работу букет алых роз с запиской: «Я забуду, что было в моде, и не вспомню ни снег, ни зной. Пусть всё мимо, пусть проходит, если ты до конца со мной». От кого был букет, в записке не значилось. Но я знала, что цветы от моей Родственной души, у которой даже не пришлось клянчить этот букет.

С самой первой минуты знакомства и в дальнейшем мне

было безразлично, на чем приезжал Петр и во что он был одет. Я этого не видела. Я как замороженная смотрела только в его глаза – в зеркало его Души.

И с уверенностью могу сказать, что моя Душа очень быстро распахнулась навстречу Петру. Для меня это было что-то необъяснимое и ранее неведомое. Я не понимала, что со мной происходило. Очень резки и болезненны были мои реакции на каждое его слово, вызывавшие поток слез. До встречи с ним я не плакала около четырех лет точно. Последние мои воспоминания – это был уход из жизни моей любимой бабушки, из-за утраты которой я сходила с ума целый год.

Слезы шли непрерывным потоком: от ласкового слова, от колкого слова, от момента расставания, от момента тоски и, конечно же, от самой Любви. Потому что Душа понимала, что Петр женат, а разбивать семью я не могла. Это сидело во мне так стойко, что Душа рвалась в клочья. Сказать, какую внутреннюю борьбу я вела с собой, – это значит ничего не сказать. На протяжении первого года меня накрывала такая депрессия, что я иногда теряла рассудок. А я уже писала, что депрессия для меня – это самые худшие моменты в моей жизни. Получается, в мою жизнь пришла Настоящая любовь, но она мне приносила только одни страдания, потому что мне очень сильно хотелось, чтобы Петр был всегда рядом. Моей мечтой было засыпать в объятиях любимого мужчины и просыпаться рядом. И эта мечта была для меня несбыточ-

ной, потому что мой мужчина должен был возвращаться в свою семью. Постоянное чувство внутренней боли в груди сопровождало меня первый год знакомства.

На первом же месяце знакомства Петр потихоньку начал доставать из меня все то, что я благополучно похоронила в себе о прошлых отношениях. Ему было интересно, какие мужчины были у меня и почему я с ними расставалась. Но во мне эти воспоминания вызывали очень сильный внутренний протест. Я всегда начинала плакать, потому что, рассказывая, я должна была опять проживать эти воспоминания. А мне этого очень не хотелось. Я сильно внутренне сопротивлялась. Когда слезы начинали потоком катиться по моим щекам, я разворачивалась и уходила. Только сейчас я понимаю, что все то, что скрыто у нас внутри, рано или поздно будет поднято со дна. За это я безмерно благодарна Петру. Если бы не он, возможно, так бы и хранились во мне все заглушенные эмоции и чувства... до определенного момента. Как скрытые враги, ждавшие часа, чтобы нанести удар.

Однажды, разговаривая по телефону, Петр мне сказать, что он сделает все, чтобы я ни в чем не нуждалась. Боже мой, эти слова были как облегчение для меня в моей нелегкой в быту к тому времени жизни. Они до сих пор стоят в моей голове. **«ЧТОБЫ Я НИ В ЧЕМ НЕ НУЖДАЛАСЬ»**. Эти слова после долгих пяти лет мытарств были как бальзам на Душу. За ними скрывалось все: чувство облегчения, ощущения защищенности и надежности, легкости жизни и душевного

спокойствия. И я верила его словам. Я же верила в то, что если мужчина сказал, то он это сделает.

Но больше всего Душа рвалась из-за дочери Петра. Такой отцовской любви я ещё не встречала. Такие забота, опека и защита своего любимого чада со стороны отца мне не ведомы. И конечно же, эта великая любовь к своей дочери сыграла важную роль в нашем расставании.

Я много раз в минуты отчаяния и одиночества задавала вопрос: «Почему, если мне повстречался Мой мужчина, то он женат? Почему ко мне такая несправедливость?»

Для того чтобы заглушить и избавиться от этой душевной боли, я заканчивала отношения с Петром каждую неделю. Он уже сам боялся приближения пятницы, потому что в этот день на меня находила очередная истерия. Но разорвать эти отношения у меня не получалось, потому что, поругавшись вечером, с утра Петр был уже у меня. И я за это его уважала. Для меня это был поступок Настоящего мужчины, который дорожит отношениями. Я им восхищалась... *Я ЕМУ НУЖНА!!!*

Он так «по-мудрому» умел убедить меня в том, что такие отношения не даются просто так и не каждому. Если пришли такие чувства, то мы достойны этого. И я его *СЛЫШАЛА*. Каждое его слово проникало ко мне в Душу и резонировало. Мне действительно хотелось его слушать. На самом деле я понимала, что я боюсь просто любить. Значит, моя Душа была еще нецелостной. Если Души целостны – они не боятся

любить. И в первую очередь не бояться любить себя. Те люди, которые приходят в нашу жизнь, являются индикаторами нас самих. Они показывают, что нужно любить в себе.

Любая близкая связь всегда строится на любви и таит в себе важные уроки и возможности.

Где-то на третьем месяце наших отношений я поехала с той самой Людмилой, нашей общей знакомой, в Египет. Конечно, мне бы очень хотелось поехать на море с моим любимым Петром. Однако, сделав один раз выводы из предыдущих отношений, я даже не думала отказывать себе в отдыхе, если это не получалось у Петра. Я хочу сказать, что вообще совместный отдых со своей любимой женщиной для него был не на первом месте. Он вообще не знал, что это такое, и соответственно не придавал этому значение. Это я распознала уже потом, через года два наших отношений. Да... было необходимо сводить в кафе, привезти на работу вкусненькое что-нибудь, съездить на прогулку. Но не более того. На первом месте всегда была его мечта – это его *ДОМ*. Петр строил свой дом. Его больше волновало финансовое вложение в свою недвижимость. Знакомо?

Находясь на море, конечно, все мысли были о нем. Когда наступал вечер и начинались в отеле представления, я всегда уходила куда-нибудь подальше от всех, ложилась на шезлонг около бассейна, и мы переписывались по *viber*. Мне очень было грустно и тоскливо. Потому что рядом не было моего любимого мужчины. За эти десять дней отдыха я очень силь-

но истосковалась по нему. Очень хотелось скорее приехать домой и обнять самого близкого и родного человека. В этом была просто сумасшедшая потребность, как допинг. Людмила видела эти мои тоскливые глаза, отсутствие желания веселиться. Я просто наслаждалась морем, солнцем, различными поездками куда-то на экскурсии и общением с людьми, но только днем. Вечером я уходила в себя.

Когда наступил день возвращения домой, моему счастью не было предела. Вот-вот еще несколько тысяч километров, и я встречу с моим Петром. Обниму его крепко-крепко и напитаюсь им, его теплом, добротой и любовью.

Мы возвращались домой через аэропорт Киева, а до Минска трансфером. В Киев Людмилу приехал забрать ее муж, и они поехали в гости к родственникам, которые жили на Украине, а я одна должна была подождать трансфера часов до шести утра. По прилету в Киев я написала Петру, что я уже на полпути к нему, что обстоятельства так сложились и мне нужно до шести утра подождать *ОДНОЙ* микроавтобус, что мне грустно и одиноко. Каково же было мое потрясение, когда мне как-то сухо отвечали, даже не пожелав спокойной ночи, просто молча прекратили со мной переписку. Это было самое первое потрясение. Я не могла понять: *КАК*, если ты знаешь, что твой любимый человечек сидит один в аэропорту, а ты даже его не поддержишь, не подбодрить? Мне было от этого очень грустно и тоскливо. Следующее потрясение не заставило себя долго ждать. Переехав границу,

я сразу позвонила ему. Мы поболтали. Я рассказала, какие впечатления получила от поездки. Как я погружалась, боря в себе чувство страха, с аквалангом целых два раза и какие эмоции я испытала от этого. Но в его голосе чувствовалось некое безразличие. Он как будто не мог воспринять то, что я ему рассказываю. Потому что он этого не испытывал. Так вот второе мое потрясение было от того, что он не мог меня забрать из аэропорта. *ЭТО БЫЛ ДЛЯ МЕНЯ ШОК!!!* Как можно говорить женщине, что ты ее любишь, что она вся твоя жизнь, что ты искал именно такую, и не забрать ее из длительной поездки из аэропорта, да еще и с чемоданом? Я, если честно, никогда в жизни этого не пойму. Да и не хочу понимать.

Я взяла такси и приехала домой. Сказать, что мне было очень больно и обидно, это ничего не сказать. Этот поступок мне так и не смог объяснить Петр никогда. А мысли об этом сидели во мне очень долго. Он просто говорил, что на то были обстоятельства.

Появился он на следующий день. Мы очень сильно поругались, и я сказала, что мы расстаемся. Несколько дней он ездил ко мне, но я не выходила. В один из дней он нашел меня у Людмилы и приехал с моими любимыми орхидеями. Перед цветами я не могла устоять, но больше всего я не могла устоять от его слов, которые он мне говорил. И все продолжилось опять.

Спустя месяц был мой 37-й год рождения. Петр пригласил

меня на отдых в усадьбу, где были изумительная баня, озеро и просто душевная обстановка. С собой мы взяли его друга, в качестве водителя. Все было прекрасно, за исключением одного. Петр как-то вел себя в компании странно: как будто я просто гость на этом празднике. Каких-то объятий, поглаживаний и даже просто прикосновений я от него не получала. Мне было дико неприятно.

Когда мы возвращались домой, водителю и Петру стали звонить супруги. Если честно, со стороны это выглядело очень смешно, как они оправдывались перед ними. Особенно меня умилял тот факт, что в час ночи нам пришлось заехать в торговый центр, чтобы купить молока, сметаны и хлеба. Я сидела около часа в машине и ждала их, этих двух мужчин – женатых. Я сидела и думала: «Господи, что я здесь делаю среди этих женатых мужчин? Они от чувства вины перед супругами пошли в этот магазин за продуктами ночью, а я как дурочка сижу и жду. Что я здесь делаю?» Какое-то чувство то ли стыда, то ли замешательства боролось во мне в тот момент, потому что я была соучастницей лжи и предательства.

Но опыт – самый хороший учитель в жизни. Берет, правда, дорого, но объясняет доходчиво.

Разрывая на кусочки свою Душу, я находилась не в самом лучшем эмоциональном и физическом состоянии. Однажды, приехав на работу, я поняла, что по состоянию вот-вот умру: меня тошнило, я не соображала, где я нахожусь. Конечно же,

я отпросилась домой, потому что работник из меня был в этот день никакой. Меня подвезли домой, и первым делом я написала Петру: «Мне плохо, я дома и хочу, чтобы ты приехал». Он перезвонил и сказал, что не может... у его Полинки были соревнования. Вот именно тогда я испытала огромное чувство предательства... первого предательства в наших отношениях. Мне было очень плохо... а рядом не оказалось того человека, который должен поддержать, в котором я очень нуждалась. Как я заснула – не помню, но проспала я до следующего утра...

Однажды Петр примчался внезапно какой-то взбудораженный. Минут двадцать он находился у меня и уехал. Только ближе к ночи я заметила, что в моем телефоне пропала наша с ним переписка в viber. Что произошло со мной в ту минуту, я не могу описать словами. Такой истерики у меня еще никогда не было в жизни. Я знала, что это сделал он. Мой телефон держал в руках только один человек. Это был он!!! В порыве истерики я писала ему сообщения о том, что он натворил. Он взял и удалил сам себя из моего телефона. Ведь для меня мой любимый Петр существовал только в той переписке. Там он был такой, как мне хотелось, как я ждала. Это был для меня крах. Он удалил из моего телефона того, кого я очень сильно любила. Он забрал моего Петра. Он удалил мою мечту... вся моя нежная, милая, чуткая и счастливая жизнь была в той переписке.

До декабря все так же продолжались эти эмоциональные качели. Расставались – мирились – расставались – мирились. Это был какой-то крошечный ад.

А потом в декабре один раз мне было написано в viber, чего я до него, мягко говоря, доколуपालась и что я «с...ка». У меня был ступор. Честно говоря, я никак не отреагировала. Я просто смотрела на это слово и пребывала в шоке.

Новый 2018 год я провела одна. То, что мне Петр обещал приехать, но как-то не получилось, мне описывать не хочется.

Я была одна... и я ждала...

В минуты расставания ещё на первом году знакомства мы просто рыдали оба. Эти минуты были душераздирающими. Однако мы оба понимали, что не можем быть вместе из-за дочери. Нанести такой урон маленькому ребенку нельзя было ни в коем случае. Но невидимая сила тянула нас друг к другу снова и снова.

Незримая связь между людьми – это не фантастика. Когда существует соприкосновение Душ, такие люди очень чувствуют друг друга, даже на расстоянии. И испытывают божественное чувство комфорта, находясь рядом. Это, по-моему, большая редкость, но она существует. И эту связь не спутаешь с сексуальной привязанностью. Потому что осознать, какое именно притяжение между партнерами, помогает только сердце. Не эмоции и не ум, а Душа, которая помогает инту-

итивно чувствовать партнёра и пересматривать ситуации в паре как бы взглядом со стороны.

Такого со мною никогда и ни с одним мужчиной не было!

Понимая все же разумом, что нам не суждено быть вместе, я взяла на себя ответственность разорвать отношения окончательно. Но это у меня не получалось!!! Зная себя, мне нужно было за что-то обидеться на Петра, разозлиться, и вот на этой злости просто не подпускать его к себе. А в этом была проблема – оснований для обиды у меня не было. Все нехорошее я просто-напросто не помнила. Ранее, если мужчина как-то поступал, что вызывало во мне бурю негодования, я никогда даже не пыталась поразмыслить, почему он так поступил. Моя корона на голове не позволяла мне войти в положение другого человека. Но только не в этом случае.

Как раз таки с появлением в моей жизни Петра, а ещё более точно, с приходом Настоящей любви, как-то само собой получалось решать различные ситуации взглядом со стороны. Я научилась размышлять, почему он поступил, так или иначе. И я хочу сказать, что действительно все мы разные, и тем более мужчина и женщина. Размышлять о действиях мужчины мыслями женщины – это тупик в отношениях. Равно как и мужчине размышлять об эмоциях женщины. Очень правильное утверждение: женщину не нужно понимать, ее нужно просто любить и уметь выслушать, а женщина должна любить и понимать мужчину.

С появлением Петра в моей жизни я научилась различать,

что такое гордыня, а что есть гордость... женская.

В предыдущих отношениях во мне была огромная гордыня, которая не давала мне жить спокойно. Она приносила мне много тяжести в жизни, но я не могла от нее отказаться. Мне до потери пульса очень тяжело было, но я ни за что не могла попросить о помощи. Я говорила: «Хоть умру, но не попрошу. Хоть умру, но не возьму». На то, конечно, были свои причины: постоянные упреки со стороны мамы, бывшего мужа и Сергея, что меня кормят, что меня содержат, что на меня тратят деньги, и многое другое. Все эти упреки вызывали огромную эмоциональную боль внутри и выводили на первый план гордыню.

И именно гордыня, а не гордость, мешает правильно просить, чтобы научить не только мужчину быть щедрым, но и получить то, в чем нуждаешься. Просить – это не порок, а вот от гордыни нужно избавляться.

Моему пониманию в один прекрасный день пришел конец, когда я, поразмыслив, поняла, что ласковые и нежные слова я читаю лишь только в сообщениях. Что Петр как-то боится проявить ко мне ласку и нежность. Это чувствовалось интуитивно. Человек вроде бы хочет проявить, но что-то ему мешает. А мне этого очень не хватало. Я начала обсуждать эту тему, но мне он пояснял, что какой-то внутренний протест не даёт это делать. Вообще, Петр, приезжая ко мне до-

мой, очень часто молчал. Он находился в каком-то ступоре. А мне очень хотелось слышать ласковые и нежные слова. Но, возвращаясь к себе домой, он в сообщениях писал мне такие письма, что дар речи терялся.

Позже я ему стала объяснять, что разговаривать – это не сложно. Просто нужно один раз это сделать, и дальше само все пойдет. В конце концов, я женщина с Душой нараспашку, которой просто необходимо это все слышать собственными ушами. Баталии мои продолжались около восьми месяцев, пока в один прекрасный момент мне это не надоело, и я решила поехать в санаторий. На этой ноте мы перестали общаться.

Находясь дома, сама с собой, в голове я вела всякие беседы. Но приехав в санаторий, жизнь моя закрутилась по-другому. Честно говоря, я не думала о Петре. Лыжи, лес сосновый, процедуры, новые люди, новая информация, новые эмоции. Я начала оживать. Я смеялась просто до упаду. За две недели я отдохнула так, что мне даже не хотелось возвращаться домой.

Но вот в один из дней... 14 февраля... поступило сообщение от Петра со смыслом, что он якобы ошибся номером. Это сообщение я расценила как вторжение в мое прекрасное настоящее. Мы снова повздорили. Однако на следующий день он позвонил, и мы общались часа два. С откровенностью я ему заявляла, что тратить свою жизнь на него я не намерена. В ответ он мне объяснял, что он изменится, что дей-

ствительно внутри у него идет борьба с тем, что он не умеет проявить нежность ко мне. Но он не такой. Внутри у него заложено очень много для любимой женщины. В состоянии надрыва он очень умел говорить приятные и нужные слова.

Я не знаю, как он меня нашел, но на следующий день он приехал ко мне в санаторий. День тот был незабываемый. Мы очень долго гуляли по лесу, ходили к озеру и просто очень много разговаривали... о мечтах, о желаниях, о нашем детстве. После этого я поняла, что почти год нам просто некогда было поговорить об этом. Мы были заняты вопросами расставания, проблем каких-то, но только не мечтами и желаниями каждого из нас.

После его отъезда было на Душе очень спокойно и блаженно. Вечером в разговоре он сказал, что увидел и почувствовал глубину моей Души.

Потом он приезжал ещё раза два ко мне и в день моего отъезда приехал забрать меня домой. И по дороге началось опять все заново. Какие-то колкости в мой адрес, какие-то обидные выражения. В общем, домой мы приехали, опять поругавшись. Он донес мой чемодан до квартиры и уехал, а я поняла, что вернулась опять в свои нерешённые задачи. Ко всему прочему, это было 23 февраля. С досадой и огорчением я выбросила в урну подарок для Петра и стала заниматься домашними делами.

Петр пропал почти до самого 8 марта. Накануне он приехал. Но потом мне казалось, что лучше бы он не приезжал.

Потому что мои ожидания, что ко мне мой любимый мужчина придет с цветами в Женский день, просто рухнули ближе к вечеру. Меня этот самый любимый мужчина с утра поздравил лишь сообщением. Я пребывала в шоке!!! Опять эта невыносимая боль с ещё большей силой вернулась. А эту боль очень сложно пережить. Она разъедает изнутри. И мне неведомы способы, как с ней справиться. У меня нет такой таблетки, чтобы боль утихла. Мысли о том, что мною просто пользуются, стали ещё более навязчивыми. Потому что факты говорили сами за себя. Как??? Как мужчина, который говорит такие слова Любви, не приехал поздравить со значимым праздником для этой самой женщины? Мысли были только об одном... он со своей семьей.

Пережив такой стресс и унижение, истерику от меня долго ждать не пришлось. В очередной раз я кричала, что он мне больше не нужен, что и так понятно, что все женатые мужчины проводят значимые праздники со своей семьей. Оно же так и есть. А я просто любовница!!!

Примерно через месяц был ещё один праздник Пасхи... я провела в одиночестве. Только я совсем не грустила. Я все также поглощала знания, к тому времени они были уже духовные. Это была ведическая психология. Также однажды мне повстречалось на просторах Интернета видео с проповедями Патриарха Алексия II (Царствие ему Небесное). Его голос наполнял меня благостью. Во мне наступало умиротворение и гармония. А мысли о Петре во мне стали менять-

ся с проявлением реальности. Я наконец-то успокоилась и направила свое внимание на другие аспекты своей жизни.

Пока не наступил месяц *МАЙ*. Этот месяц останется для меня чем-то переломным в моей жизни. Это когда живёшь, мечтаешь, желаешь, надеешься, а этого всего не происходит. Ты опускаешь руки, а ещё лучше, ситуацию... и происходит некое чудо. В которое опять почему-то не верится. То, о чем мечтала... вот оно. Бери, пожалуйста.

Да... месяц май.

Я была приглашена к сотруднице на юбилей. Когда я была почти готова, заехал Петр. А была я очень красивая. Он спросил, куда я собралась и где находится это кафе. Хочу сказать, что ещё тогда я с Петром всегда разговаривала без сарказма. Он появился во мне потом уже... на другом этапе наших отношений. Как некая защита от него же самого.

Ближе к вечеру он приехал ко мне в кафе. Оставив праздничный стол, я вышла к Петру. Около часа мы сидели и разговаривали в машине. Без повышения голоса, без упрёков, без выяснения отношений. С моей стороны это просто была информация, что мне больше ничего не нужно. Что я устала от того, что он меня не может погладить, поцеловать, а я не могу понежиться, полежать обнявшись. В общем, говорила все то, что почти год ждала... но так и не дождалась. Это были мои потребности как женщины. И на это все я махнула рукой, горько осознавая, что даже так сильно любя Петра, я

без этого жить не могу. Я считала, что за год мужчина уже должен был бы себя проявить.

Петр просил дать ему шанс. Говорил, что он изменится.

И я ему этот шанс дала. Только сейчас мне кажется, что я его дала сама себе.

Что начало происходить в нашей жизни уже со следующего дня, до сих пор вызывает во мне самые теплые и светлые воспоминания.

Это было самое лучшее время для нас двоих. Я называю его «наш месяц май». Он уже стал для нас как имя нарицательное... Когда в дальнейшем происходили какие-то перипетии, я всегда проецировала свой ответ на месяц май: «Помнишь, как было в мае?», «Что такое было в мае, что нам было так хорошо?» Тем самым я давала ему понять, какая была тогда я и какой был он. Какие эмоции мы испытывали, какие мы были друг для друга. А Петр в самые трудные минуты всегда мне говорил: «Я могу быть лучше, чем в мае. Май – это ещё не предел». Я была в том мае обмазана и намазана не только кремами и маслами... я была пропитана Любовью, мое тело, глаза, походка, вся я источала эту Любовь.

До месяца мая я не просыпалась утром рядышком с Петром, наверное, месяцев девять. Это было для меня настолько важным и необходимым, как почистить зубы, например. Чувство, когда ты засыпаешь в объятиях любимого мужчины, а уж тем более просыпаешься рядышком, приносит успо-

коение, гармонию, счастье и настройку на правильный день. В объятиях Петра я всегда ощущала защищённость и умиротворение. Но особенно в его объятиях я могла себе позволить быть маленькой девочкой. Это на самом деле оказалось для меня важным. Я такого не испытывала никогда. Только этот мужчина позволил мне самой себе расслабиться и стать просто маленькой девочкой. Это непередаваемое ощущение счастья.

Учёные уже давно выяснили, что для хорошего самочувствия нужны не только свежий воздух, чистая вода, полноценное питание, достаточное время для сна, но и эффективность этого самого сна, которую можно улучшить, засыпая рядом с любимым человеком. Вот тогда испытывается чувство защищенности, и вот поэтому легче заснуть. Доказано, что когда вы лежите рядом с любимым человеком вырабатывается «гормон любви», который снижает беспокойство.

Вот почему мне так этого не хватало. Мои жизненные обстоятельства, которые заставляли меня крутиться и вертеться, моя работа, давали мне очень много всяких задач, трудностей, стресса и депрессии. Эмоционально я этого не выдерживала. Потому что природа женщины заложена в другом. Это в том числе и отношения. Если мужчину трудности закаляют, то женщину они убивают либо убивают в ней женщину.

Однажды я уловила состояние, что могу себе позволить быть маленькой девочкой. Это было для меня открытием...

себя в новой роли. Я задавалась вопросом: «А почему именно с Петром я смогла включить эту самую маленькую девочку?»»

Да всё потому, что защищённость пошла по всем направлениям. Меня стали забирать с работы, не спрашивая, на чем я поеду домой. Петр просто писал, что он уже ждёт меня на стоянке. Мы ужинали вместе почти каждый день, мы начали ездить куда-то на озеро даже поздно ночью, просто прогуляться. Мы отметили нашу годовщину знакомства, проведя на природе почти весь день. В этот день Петр подарил мне орхидею. А самое главное, от чего появилось ощущение защищённости, так это от того, что Петр стал проявлять себя как добытчик мамонтов для меня. А мое дело было их приготовить. От этого у меня стало побольше своих денег, которые я могла потратить на другие дела.

В то время, когда он уезжал на выходные к Полинке, он старался, чтобы я ни в чем не нуждалась, чтобы у меня было отличное настроение. Потому что когда я начинала грустить или тосковать, это могло приводить к неприятным последствиям, выразившихся в скандалах.

Почему я акцентировала внимание на том, что меня Петр начал забирать с работы, не спрашивая? Да просто потому, что я этого очень долго ждала. Для меня это было настолько важно. Раньше он так не делал. После трудного рабочего дня я стояла на остановке со слезами на глазах и внутренне вела сама с собой борьбу: я считала, что если мужчина действи-

тельно любит, то он не будет дожидаться, когда ему позвонит женщина и попросит забрать после работы домой. Во мне было очень стойкое убеждение, что в Петре это должно само сработать. Оно рано или поздно должно в нем сработать... самому захотеть забрать меня и завезти домой. Стоя на остановках, меня выламывало наизнанку, но я ему не звонила. Я просто ждала. Хоть он мне и говорил, чтобы я сама звонила, когда меня нужно забрать, но во мне это вызывало протест, внутреннюю борьбу. Меня ломало, выкручивало, но я ждала. И все сработало.

Почувствовав за неделю ощущение защищённости, однажды утром мы проснулись, посмотрев в окно на солнечные лучи, услышав пение птиц, я сказала: «Неужели я отмучалась?» На душе было так тихо и блаженно. Петр ответил: «И я...»

В те майские дни я начала снить странные сны. Вообще, конечно, запомнить свои сновидения для меня было делом необычным. Я их не помнила. А тогда мне снилось, что я выкапываю себе яму и стою в ней, не зная как вылезти. Или же мы едем с Петром то на автомобиле, то на мотоцикле, а я за рулем, и все время падаем. Я не могла разгадать эти сны.

Изо дня в день Петр приезжал ко мне в мой обеденный перерыв. Мы ездили в кафе, либо же он покупал мне всякие вкусняшки, и мы сидели на полюбившейся нам. Просто разговаривая о нас. А я хочу сказать, что нас как прорвало. Мы в смс целыми днями обсуждали, кто и что значит друг

для друга, мы дома за ужином не могли наговориться. Из нас лилось и лилось то, что долго сидело внутри. Особенно прорвало Петра. Весь год знакомства от него невозможно было добиться ясности о его чувствах ко мне. В смс за этот год он все время писал, что приеду и поговорим. Но как только он приезжал, в нем случался какой-то ступор. Конструктивного разговора не происходило. Конечно же, он говорил мне слова любви, вернее, что он любит меня, но не более того. Своим внутренним ощущением я чувствовала, что в нем стоит какой-то блок, который не позволяет ему начать говорить или даже погладить меня. Это знаете, как я стояла на остановках, меня ломало и выкручивало, но я стояла и не звонила Петру. А просто ждала. Вот и в этой ситуации я ждала, когда же его прорвет. Потому что, обладая уже некоторыми знаниями и желанием понять Петра как мужчину, я наблюдала, как в моменты, когда он позволял себе расслабиться и отпустить некое напряжение, он обнимал меня, даже не осознавая этого. Обнимал руками любящего мужчины. Гладил меня руками любящего мужчины. А потом срабатывал щелчок, и он опять закрывался. Но я упорно ждала, когда же рухнет этот барьер. Так хотелось почувствовать себя любимой в объятиях любимого мужчины. Я очень много рассуждала, что если в мужчине это не заложено, то как его ни проси или ни учи, он не сможет проявить именно ту ласку, которая необходима именно тебе. Это ощущается на уровне тела. Когда ласка не та, то и тело становится на дыбы. Такие

ласки приводят только к раздражению. А соответственно ни о какой нежности, теплоте и любви и речи быть не может. Но в Петре я видела и чувствовала этот заложенный потенциал... просто он, я бы сказала, не позволял себе проявить его.

Ну а пока мы не могли наговориться о нас. О том, как мы познакомились и какое мнение сложилось друг о друге; о том, как проходил этот год; о том, как мы постоянно расставались и каждый раз навсегда. Но снова и снова друг к другу тянуло.

Иногда мне казалось, что мы все эти слова любви и нежности не договорили друг другу еще в прошлой жизни. И встретились в этой именно для этой цели. Так оно лилось из нас. Так нас прорвало. Очень часто я ловила себя на этой мысли. Такие слова, такие ощущения, что наконец-то все друг другу начали говорить.

Самые запоминающие моменты были, когда мы ездили ночью на наше местное Минское море. Там гуляли компании, жгли костры, палатки, рыбаки... и мы вдвоем. Боже мой, это минуты счастья были.

В этот же период у Петра начались проблемы дома. Скандалы учащались, потому что он не жил дома. В летний период он якобы находился в семейном строящемся доме, присматривая за маленькой овчаркой, которую он купил. Супруга подначивала Полинку, что папа ее бросил ради собаки, на что дочь просила застрелить ее. Когда он мне это рассказывал, то мое сердце обливалось кровью. Его супруга впала в

ту же самую депрессию. Только у меня она проходила молча, в слезах, а там устраивались показательные казни. В порыве истерики супруга кричала, что выбросит из окна и себя, и его любимую дочь.

Я не могла слушать подобное, потому что чувствовала себя виновницей происходящего. Конечно, я очень могла понять состояние Петра. Я бы не хотела в таком участвовать... выбирать между любимой дочерью и любимой женщиной, которые постоянно в слезах. А он находится между... выбором.

Только теперь я понимаю и знаю, в какие моменты мы делаем свой выбор. Как мы выбираем себе дальнейшую дорогу и дальнейший жизненный путь. И этот выбор порой дается очень нелегко, очень трудно и очень больно.

Я ему посоветовала не рассказывать супруге правду обо мне. Тогда я думала, что это лучший способ. Но сейчас я понимаю, что так должно было быть. Сейчас я также понимаю, что не нужно лезть со своими советами, когда перед человеком стоит выбор, когда мужчина решает важную задачу, в которой замешаны другие люди. Мужчина на то и мужчина, чтобы решать и действовать.

Однажды мы сидели с Петром в придорожном кафе после поездки на лесное озеро. Я вообще просто обожаю природу. Она меня гармонизирует, наполняет спокойствием и умиротворением. На озере была дамба с водопадом. Как же было мне круто в тот день. Мы гуляли, я купалась под водо-

падом, я впервые увидела рака и ужа в воде. Какие-то детские всплески эмоций во мне бурлили. Так вот, сидя в кафе в полном состоянии счастья, я подумала, а что будет ровно через год... 25 июня! Мне уж очень хотелось знать, буду ли я так же счастлива.

Прошел мой май... прошел июнь... и с июля опять началось все заново. Опять меня Петр начал оставлять. Опять я проводила выходные одна. Когда он оставался у меня, то супруга могла позвонить среди ночи и кричать, что Полинке плохо и чтобы он ехал ее успокаивать. И он, конечно же, ехал. С очень грустными глазами он смотрел в такие минуты на меня и говорил, что ничего не может сделать... пока что, но все будет хорошо.

Вообще у него это была любимая фраза: «Все будет хорошо».

Еще в июне я уволилась с работы. Мои эмоциональные качели больше не позволяли мне работать там, где я работала... с людьми, которые, как в унисон, приходили и выбрасывали свой негатив на меня как представителя органа власти. Утром по дороге на работу я кричала в машине, что ненавижу эту работу. Подходя к зданию, мне становилось очень плохо. У меня очень сильно начали болеть ноги, я отказалась от высоких каблуков. Сама для себя я нашла объяснение, что на эту работу меня уже просто не ведут ноги.

А мне хотелось гармонии и спокойствия.

Я приняла решение уволиться, даже не думая, как я буду

жить завтра. И если честно, то у меня мысли не промелькнуло просить помощи у Петра. Как-то к тому времени я и не задумывалась, что рядом со мной должно быть надежное мужское плечо. Я к тому времени, после отношений с Сергеем, научилась все сама да сама. Я разучилась просить о помощи. Я мыслила и действовала как мужчина. К моему удивлению, в моем увольнении меня поддержал Петр. Он сказал: «Сколько нужно, столько и посиди дома». И как ни странно, дома я сидела опять девять месяцев.

Поначалу было все хорошо и прекрасно первые два месяца, потом обстоятельства стали сжимать пространство и меня. Привыкнув опираться саму на себя, я понимала, что мне необходимо просить денег у Петра. А я этого совершенно не умела делать. И причем на вещи, которые касались моего быта. Я устроена уже была к тому времени так, что раз в месяц мне хотелось тратить деньги на мелкие безделушки: вазончики для цветов, аромапалочки, свечи и многое другое. От этого я получала огромное удовольствие. Вдобавок, в один прекрасный день Петр перестал приезжать. По *viber* мы переписывались, но он ко мне не приезжал. Писал, что с ним происходят какие-то странные вещи, что ему плохо так, что кажется, умрет. Я подумала, что он ушел от всего происходящего в депрессию. Но больше всего он ушел от ответственности за меня. Полинка шла в первый класс, и конечно же, об уходе из семьи и речи не могло идти. После начавшихся в семье скандалов у нее пропало желание занимать-

ся своей любимой художественной гимнастикой. Петр уговаривал ее как мог. Манипулировал ее детским сознанием по-мастерски. Бывали дни, когда он ехал забирать ее прямо с тренировок, потому что Полина себя очень плохо чувствовала. Конечно, на этом ребенке сказывалась обстановка в семье. Ведь эмоциональное состояние матери передается даже вербально ее ребенку. Наблюдать за всем этим я спокойно и ровно не могла, ведь я чувствовала себя виновницей этих событий.

Когда я рассказывала о своих переживаниях чувства вины Петру, то он меня успокаивал и говорил, что я ни в чем не виновата, а в семье у него всегда происходили скандалы и были проблемы.

В середине июля у Петра был день рождения. Конечно, мне хотелось подарить что-нибудь эмоционально-запоминающееся. Положительные эмоции были просто необходимы. И я остановилась на картинге для двоих. Сертификат действовал в течение трёх месяцев. Конечно, мне очень хотелось вместе получить эти эмоции. А мы так редко куда-нибудь ходили. У меня на это был прям постоянный голод. Накануне дня рождения Петр был у меня. Я была в предвкушении проснуться рядом с любимым в его значимый день. Однако ночью позвонила супруга, и ему пришлось уехать... дома плакала Полинка.

Но в конце июля меня ждала долгожданная поездка в Европу – автобусный тур, Чехия, Швейцария и Германия. Эту

поезду я забронировала себе и сыну еще зимой, находясь в санатории. Один раз я искала на YouTube видео о самых страшных железных дорогах мира. И наткнулась на видео о железной дороге в Швейцарских Альпах. Красотища неопи-суемая. Более того, адреналин зашкаливал даже от просмотра видео. Вот тогда я решила, что хочу туда. А мое отпускное пособие позволяло мне всегда съездить куда-нибудь на отдых. Тем более я никогда не жалела денег на отдых для себя. Если бы у меня стоял выбор между чем-то и отдыхом, я всегда выбрала бы отдых. Потому что материальные вещи имеют тенденцию изнашиваться, ломаться, терять свою актуальность, а эмоции, полученные во время путешествия, останутся навсегда. Я бы даже так сказала, что они греют Душу, особенно в печальные моменты. Также путешествия помогают обнулиться, сбросить накопленные переживания и наполниться новыми эмоциями. Лучше всего проблемы решаются не там, где они создались. Нужно покинуть насиженное место, чтобы взглянуть на происходящее с другой стороны.

Мой сын отказался ехать со мной. Ходить и рассматривать достопримечательности, ему было не интересно. И я поехала одна.

За неделю до моего отъезда Петр начал мне выставять претензии, что я его бросаю в самую трудную для него минуту: дома у него шли баталии с супругой. А будучи мужчиной эмоционально неустойчивым к женским скандалам, Петр просто терялся в пространстве и начинал метаться со-

вершая импульсивные, но я бы сказала, верные действия. Но опыт, полученный мною после отношений с Сергеем, позволил мне быть непоколебимой в моем праве и выборе на путешествие. Я ему просто сказала, что еду, и точка. И вообще, если бы так хотел, то за два прошедших лета можно было бы уже съездить на отдых вдвоем. Просто находясь еще в отношениях с Сергеем, мне пришлось пожалеть о несовершенных мною кое-каких поездках. Когда-то я думала, что если я в паре, то и действовать, и путешествовать должна парой. Но тогда я очень пожалела о таких мыслях. И еще тогда дала себе слово выбирать себя в первую очередь, особенно, что касалось путешествий. В этом плане я слово перед собой сдержала.

Мое путешествие длилось неделю. Эмоций было очень много. С Петром мы переписывались, когда находила бесплатный Wi-Fi. Конечно, я очень сильно по нему скучала. Меня очень сильно к нему тянуло. Однажды на пути из Германии в Швейцарию, сидя в кресле автобуса, я очень отчетливо слышала, как Петр меня зовет, как он говорит мне на ушко ласковые и нежные слова. Мне это так запомнилось. Конечно, можно сказать, что это глюк, но глюк-то очень приятный.

Встреча была очень долгожданной и не такой, как по возвращению из Египта. Мы не могли нанежиться друг другом. Более того, после скандалов о прошлогоднем Египте Петр завез меня лично еще и на автовокзал и ждал отправления

автобуса. Это было для меня очень приятно. Я считаю, что так и должно быть. Несомненно, теперь я знаю, что Душа моя – извечный путешественник, и я хочу познать очень много красивых мест этой планеты. И все же, если я буду путешествовать одна, я хочу, чтобы меня провожал и встречал мой любимый человек.

За эти три месяца я поняла одно очень важное для себя: я научилась трудиться над отношениями и вкладываться в них. Я стала какой-то новой, не той, что была До. Я себя такой ещё не знала. Именно за эти три месяца я поняла, что не боюсь ничего: осуждений, проблем предстоящих, потому что со мной рядом Петр. А я с ним. Вместе мы справимся.

Буквально через неделю он пропал и не приезжал три недели. К тому времени моя депрессия набрала такие обороты, потому что чувство брошенности очень сильно обострилось. У меня почти каждый день болела голова. Обессиленная, я спала сутками, потому что истощение моральное было колоссальным. В один из дней пришла очень сильная мигрень, что даже пришлось вызвать скорую помощь. Приехал молодой фельдшер, опросил, что и как. И помню до сих пор его слова: «*Значит, страдаете ... мигренью*». Эти слова впились в мое сознание. А ведь действительно, я страдаю, только для чего и ради кого?

По сей день мне не дают покоя мои внутренние ощущения, что за эти три недели что-то произошло с Петром. Описать сложно, но это как переломный момент, слом, надрыв...

когда уже больше не могу и человек сдался. И будь как будет. Только спустя время я смогла свои ощущения проанализировать. Потому что ярко выражено, как было До и стало После.

Поразмыслив пару дней, я встала на ноги и стала готовиться к 18-летию своего сына. Ведь необходимо было подумать, где взять денег на празднование. Никита очень сильно хотел отметить свой день рождения с друзьями в кафе. И конечно, я не могла ему в этом отказать. Просить помощи у мужчины, который меня бросил и даже не интересовался моей жизнью, я, естественно, не собиралась.

Однажды, когда при очередном скандале, я кричала Петру: «Как можно говорить, что люблю, и даже не спросить, чем питается твоя любимая женщина три недели?» Три недели... зная о том, что я не работаю. Не было бы так больно, но при моем увольнении он дал мне надежду, что я могу на него положиться.

Отпраздновав Никитин день рождения, отправив свою дочь в школу, Петр был тут как тут. А знаете, почему? Потому что финансовых вложений уже не нужно было делать. А он и не спрашивал, где я взяла денег хотя бы на праздник.

Еще когда я работала и обеспечивала себе свою жизнь сама, то такие моменты просто мной не замечались. Вернее, мне не хотелось их замечать. А вот когда пришло полное мое безденежье, вот тогда я и начала открывать глазки, да и включать мозги.

Естественно мы поругались. Эмоционально я высказывала свое мнение о нем, но он так искусно умел мне вправить на место мозги, что я иной раз стала задумываться, как он это делает. Я же умная женщина и на всякую чушь не ведусь. Но что происходит со мной при разговоре с ним, я не могла понять. Как будто происходило затуманивание разума, и я со всем соглашалась. Вот так всегда мы и мирились... когда я начинала пропускать его слова через себя. А научился он к этому времени говорить уже очень искусно.

Именно в тот день я первый раз поставила Петру условие, вернее, срок: я дала ему время до Нового года решить: либо он остаётся со мной, либо больше не морочит мне голову. Скорее всего, я подсознательно выставила ему требование, которое он никогда не смог бы исполнить, лишь для того, чтобы удостовериться, какое место в его жизни занимаю Я. Его слова были убедительными в плане того, что ему хватит четырех месяцев, чтобы дома все решилось. Интуитивно я чувствовала, что он никогда этого не сделает, поэтому мне нужен был весомый аргумент, чтобы разорвать эту связь. Ведь оторвать от себя Петра, любя его так сильно, я просто не могла. В этом я была очень слаба.

Дома в это время у Петра происходили очень жесткие репрессии. Из того, что он мне рассказывал... дома начали играть на его чувстве вины, что он бросает ребенка. И чтобы он выбирал либо он остается, либо уходит и больше никогда не видится с дочкой. Супруга, прожившая больше десяти

лет с мужчиной, всегда знает его слабые места. Жаль, конечно, что некоторые женщины прибегают к столь болезненным манипуляциям... детьми, вызывая при этом в мужчине чувство вины.

Очень запомнилось мне в тот день внутреннее ощущение, которое я испытала, когда смотрела в окно на уходящего в тот день Петра: моя Душа с ним попрощалась навсегда. Это был какой-то переломный момент и во мне. Его исчезновение на три недели я расценила как предательство. У кого-то предательство – это измена, а у меня оно заключается в брошенности в трудную минуту. Я глазами вела уходящий силуэт Петра и мысленно с ним прощалась. Это было легко. Почему-то это было легко.

Потом был мой 38-й день рождения. Петр подарил мне всего лишь цветы. Мне, если честно, очень хотелось спросить: «А что, подарка не будет?» Но Петр всем своим видом показывал, что у него нет денег. И знаете, сейчас я верю в то, что когда он впал в депрессию, у него перестали зарабатывать деньги. Но только сейчас... потому что теперь я знаю этому объяснение. Но тогда, в августе 2018 года, мне не верилось, тем более он этого не произносил, а показывал это всем своим видом.

При таких условиях мне необходимо было думать о поиске работы. Потому что у сына тоже началась учеба в колледже, а на это требовались денежные средства. Да и коммунальные платежи, рассрочки, налоги, быт и еда требовали

устройства на работу.

Но, как оказалось, устроиться не так-то было просто. Я искала работу около семи месяцев, но безрезультатно. Пока однажды не поступил звонок от одного знакомого начальника с предложением о работе.

В настоящее время я работаю в организации областного уровня власти. Веду юридические вопросы, не имея при этом юридического на данный момент образования. Все дело в моем опыте. Ранее по долгу всех моих предыдущих мест работы мне пришлось изучать законодательство моей страны, участвовать в судебных процессах. Я бы даже сказала так, что все это мне было очень интересно. Новые знания для меня – это и есть моя жизнь. Возможно, поэтому во мне очень сильно развито чувство справедливости. Оно настолько в меня вшито, в мою ДНК, что я считаю его пришедшим со мной из прошлых жизней. Теперь я уже верю в то, что я нахожусь под покровительством богини Фемиды, которая в своих руках держит весы и меч. Вот точно так же я сначала взвешиваю, а потом рублю и сношу головы. Для того чтобы все это осознать, пришлось очень много анализировать свою жизнь, принципы, эмоции и даже необъяснимые вещи.

Осень прошла как-то незаметно, вместе с нею истек срок сертификата на картинг. У Петра так и не нашлось времени его использовать. Для себя я это расценила как отсутствие ценности к подарку от любимой женщины и отсутствие необходимости совместного времяпрепровождения со мною же

вне стен моей квартиры. Опять же, это был ещё один осадок в копилку моих негативных эмоций.

Теперь я знаю причину моей агрессии и злости. В мой сосуд эмоций осадком за осадком опускаются невысказанные обиды, огорчения, переживания, а потом сосуд переполняется, и получайте то, чем я наполнена. Голодание в положительных эмоциях приводит к переполнению отрицательными. А они, в свою очередь, – от неудовлетворённости положением, ситуацией или жизнью. А если долгое время ничего не меняется, происходит закисание, загнивание и истерики как следствие.

Я нашла себе подработку по оформлению документов и зарабатывала на свои нужды. Финансовая составляющая делала меня более-менее спокойной. А вернее, мой ум успокаивался, когда понимал, что заплатить кредиты, платежи я в состоянии. Еды было очень минимально, и то не каждый день. Сын ходил к моей маме покушать, а я могла обходиться жареной картошкой. Тем более картошки Петр купил мне аж целых два мешка. Минимально он тоже что-то покупал. Если честно, я видела, как он старается, прикладывает огромные усилия, как он переживает, но этого он почти никогда не озвучивал. Он все держал в себе. А мне хотелось говорить на эти темы, чтобы снять напряжение и с себя, и с него. Но этого не происходило. Петр реагировал безденежьем точно так же, как и я – стрессом. И длительное безденежье как раз может оказаться стрессовым фактором для депрессии нев-

ротической.

Согласно пирамиде американского психолога А. Маслоу человеческие потребности распределяются по уровням – от самых простых до высоких. Если не закрыты (не реализованы) потребности «низшего» порядка (голод, сон, жажда, половое влечение и др.), то человек не может думать (реализовать) о потребностях высокого порядка (самоактуализации). Любому здоровому человеку, всецело поглощённому заботой поиска пищи, воды, элементарных средств к существованию, некогда будет задумываться о более духовных вещах. Потребность в стабильности, защите, упорядоченности существования и безопасности А. Маслоу разместил на вторую ступень, объединив их в «потребность в безопасности». Не закрытые именно эти два уровня вызывали во мне не только страх и тревогу, но и депрессию.

Понимая мое состояние, однажды Петр позвонил мне с утра и, воодушевленный, сказал, чтобы я собиралась... мы поедем на Минское море. Господи, сколько было во мне радости, воодушевления и предвкушения... мы поедем на зимнюю прогулку. Когда мы уже ехали, на полпути позвонила Полинка и сказала, что хочет кататься на «плюшке». Петр честно пытался ее отговорить, предложив в другой раз, но... С очень грустными глазами он сказал: «Ты же понимаешь?» В тот момент мне казалось, что ещё одна трещина появилась в моем сердце. И это очень больно. Больно от понимания, что меня выбирают между маленьким ребенком. Меня

– взрослую женщину – и ребенка. Это не поддавалось моему ни пониманию, ни прочувствованию. Я действительно не могла понять, как такое может быть: мне до такой степени больно от того, что выбирают между маленьким ребенком и мной. Ведь я точно так же хотела проводить время с моим любимым мужчиной.

Приближался Новый 2019 год. Закончились подработки, и все чаще стали посещать мысли о деньгах на праздник. Петр стойко обходил эту тему стороной. Я очень часто наблюдала за ним с мыслями, до какой степени человек боится обсуждать эти темы. Как будто ничего не происходило. Как будто у меня в закромах находился чемодан с деньгами, из которого я по потребностям доставала заветные купюры. Начиная еще с августа я просто молча начала наблюдать за его действиями и словами. И они меня не радовали.

Ближе к 30 декабря я поняла, что денег на праздничный стол я от него не дождусь, и решила воспользоваться кредитной картой. Выхода не было. Если празднование Нового года для меня было в некоторой мере не важным, то мой сын его очень ждал. И я не могла отказать ему даже в этом. Никита очень любит праздничный стол с всякими вкусностями, которые я готовлю. Обилие пищи на столе вызывает у него восторг. Оно и понятно почему.

Для поездки в торговый центр за продуктами я позвонила Петру. Мне очень хотелось понаблюдать за его реакцией. Ох, как я хотела смотреть в его глаза. Паники было много. Когда

научишься наблюдать за реакцией человека на то или иное событие, то по поведению знаешь, что происходит с человеком. К тому времени я уже «собирала» в уме на Петра «компромат», который позволил бы мне отказаться от него. Я наблюдала за его эмоциями, выражениями лица и все никак не могла понять. Как? Как можно так скрывать свое внутреннее состояние?

Петр был очень замкнутый в эмоциях мужчина. Ему почти всегда было трудно разговаривать со мной о своих мечтах, о своих желаниях. Сейчас мне кажется, что он сам их не знал. Просто-напросто человек не знал лично о своих желаниях и мечтах. Он заглушал это все работой, строительством дома. Он с удовольствием и пониманием исполнял желания своей дочурки. Они для него были всегда на первом месте. А сам он о своем личном даже не думал. Он посвятил свою жизнь своей дочери и считал ее желания своими желаниями. Конечно, это прекрасно. Это великолепно. Как я уже говорила, такой отцовской любви можно позавидовать. В те моменты, когда он открывался, нам можно было позавидовать. Только за все время это были мгновения. Что такое мгновения против вечности? А в вечности Петр замыкался. И тогда до него невозможно было достучаться. Невозможно постоянно стучаться в закрытую дверь. По этому поводу я часто от него слышала упрёки в свой адрес, что если бы я захотела, то узнала бы, что у него внутри. А я хочу сказать, что это было почти невозможно, с одной стороны, а с другой – в какой-то

момент мне это стало в тягость. Потому что в ответ от него мне уже ничего не шло. Ни эмоций, ни помощи, ни ласки, ни нежности, ни ласковых слов. Меня только пожирали энергетически, а помочь мне наполниться было некогда. На меня времени не хватало. Его семья с заботами, строительство дома, рабочие моменты – все это отнимало у него очень много сил и времени. И, конечно же, он привык приезжать ко мне за отдушиной, расслабиться и наполниться, чтобы дальше умчаться решать задачи и проблемы, но только не мои. Мои проблемы мы решали через скандалы уже к тому времени. Только учинив скандал и прекратив с ним общаться, можно было добиться от него помощи. Спустя время я также поняла, что помощь эта была настолько мизерной, что, перелистывая свою жизнь в этих отношениях, я понимала... абсолютно ничего в ней не изменилось. Все, что было сделано мною До, все так и осталось. Новых изменений не было. Вещи, которые были сломаны, так и остались сломанными. Все, что где-то было недоделанное, так и осталось таковым. И это при всем при том, что мужчина был вхож в мой дом. Для того чтобы видеть в какой помощи, я нуждаюсь. Но Петр не видел.

Я все так же сама продолжала заливать стяжку и гидроизоляцию в ванной. Конечно, после многочисленных скандалов мне научились косить мой участок. Но это, опять же, после скандалов. Потому что мои просьбы, произносимые спокойным ласковым голосом, никто не слышал. И я не знаю, по-

чему. Скорее всего, он привык, чтобы ему устраивали скандалы. Хоть он и не любил, когда я повышала голос, но как раз таки только после этого он действовал. Это меня выводило из равновесия. Внутри терялись баланс и гармония. Энергия падала просто на ноль. И чтобы опять восстановиться, требовалось время. Нужно было наполниться энергетически, только вот помощи мне ждать приходилось очень долго. На многие моменты я давно махнула рукой и не ждала уже в последнее время ничего. Тихо и спокойно мне уже мой внутренний голос говорил, что «это не твое». И чем больше он мне это говорил, тем больше в жизни это проявлялось. Потому что в работу включился ум. Около четырех месяцев шла внутренняя борьба между Душой и умом. И в итоге победил ум. Потому что Душа все так же страдала, а ум ей помог закрыться, чтобы не было так больно.

В канун Нового года Петр пробыл у меня до часов девяти вечера и уехал домой... в свою семью... со словами, что он постарается приехать в новогоднюю ночь. Этим его словам я давно уже не верила, но глубоко в Душе теплилось: «А вдруг...»

«А вдруг...» не случилось.

Ум судорожно рисовал мне картинки, как Петр празднует Новый год в кругу своей семьи. Я уже даже не верила, что у него с супругой натянутые отношения.

В первые минуты после боя курантов Петр позвонил мне с поздравлениями. Такого надрыва я не слышала от него. Но

я ждала не его поздравлений... я ждала самого его.

Вообще, конечно, человеческий ум – интересный орган, способный сотворить человеку ту жизнь, которую он рисует в своей голове.

Петр никогда даже не догадывался, как я собирала «компромат». А я это делала искусно. Мне нужны были доказательства, что обо мне заботятся меньше, чем о семье. По его немногочисленным рассказам, денег реально не было. Но я не могла себе представить картину, как в чем-то нуждается его дочь. Как в Его семье проблемы добычи пищи, финансов на платежи и одежду решает супруга, а он просто эти темы обходит стороной. Вот не могла я этого себе представить, ведь супруга тоже была безработной. Для меня получалось, что этого мужчину окружают две безработные женщины, а значит, кто-то недополучает. Если недополучаю Я, значит...

И это была ревность. За все время До этого у меня никогда не было ревности.

«Другая женщина достойна защиты, безопасности, но не я». Вот так начинают уничтожаться женская самооценка и самоуверенность. Сейчас я это уже понимаю.

Я умело рассматривала фотографии, которые Петр прислал мне со своим силуэтом. Вот он в квартире, вот он на участке, где строился их совместный дом. На заднем фоне я всегда видела порошок, средства личной гигиены, какие-то иные атрибуты для ведения домашнего хозяйства. И просто молча оценивала их стоимость. В то время, когда для меня

не было денег на порошок за три доллара, дома у него стоял порошок в капсулах за долларов этак 10. По фотографиям с приусадебного участка я видела всегда новые изменения. И это все вызывало во мне истерику.

Приехал он только 3 января, когда прошли праздничные дни и появилась отговорка ехать на работу. К тому времени ещё за неполные два года отношений я уже видела тактику поведения «добропорядочного» семьянина. На праздники такой мужчина всегда находится с семьёй для отвода подозрений.

В этот день его ждал очередной скандал. Накрученная и сытая уже по горло всем происходящим, я орала из последних сил. Я все так же пыталась ему докричаться о том, как мне плохо, больно и ужасно от такого отношения к себе. Сила моего крика в последние месяцы увеличивалась каждый раз, когда я проглатывала очередное унижение. Я искусно наносила ему удары за ударом словами. Этими словами мне хотелось сделать ему побольнее, чтобы он прочувствовал мою боль и унижения. Но Петр не умел выдерживать мои истерики. Он все чаще стал захлопывать молча за собой дверь, исчезая к тому времени уже на две недели. А мне с каждым его исчезновением становилось все легче и легче. Я начала мечтать уже о том, что он не объявится больше никогда.

Вот как раз таки после 3 января, опять свалившись на неделю в свою любимую депрессию, в один из дней ко мне

пришло понимание, что если я сейчас не возьму себя в руки, я просто умру и от физического, и уж тем более эмоционального истощения. К тому времени это все набрало ужасающие обороты. Внешний вид мой оставлял желать лучшего. Очень сильные впадины под безжизненными глазами. Тусклые волосы. Исхудавшая некогда красивая фигура. Энергия во мне кое-как ещё теплилась. Но позволяла мне только подниматься с постели и сходить до плиты на кухне за очередной чашкой кофе. У меня не было сил даже поднять пальчик собственной руки. Тело от бесконечного лежания в постели, не имея физической нагрузки, просто все болело. Ныла каждая клеточка меня. Это была вдобавок к душевной боли ещё и физическая.

Это была уже не депрессия. Это была *ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СМЕРТЬ!!!*

Только сейчас я вспоминаю то время и задаюсь вопросами: «как я не умерла?», «кто меня заставил бороться с мыслями?» Ведь, по сути, что со мной тогда происходило, не знал никто. Я ни с кем не общалась, да и рассказывать о такой любви было очень стыдно. О Настоящей любви к женатому мужчине.

Но все же мысли о желании жить ко мне вернулись. В полудохлом бредовом состоянии я слышала в своей голове: «Поднимайся, Алёнушка. Делай зарядку».

Обессиленными руками я начала искать в телефоне практики по восстановлению энергии в организме. Поднималась

с постели и делала их, заставляя себя не ложиться опять. Эти самые энергетические практики начали прибавлять во мне силы жизни.

Потом я начала искать информацию о том, что со мной происходит. Что такое со мной творится, что я не могу разругить эти убивающие меня отношения. Я начала натекать-ся в Интернете все больше и больше на разные практические советы. Потом я нашла различных психологов и слушала их сутками напролет. Одновременно я начала увлекаться тарологическими гороскопами: на день, на месяц, на год. Все это будоражило мой ум. Появились первые замыслы по исправлению ситуации.

В те дни я впервые попробовала медитации. Это было лучшим способом остановки ума и расслабления тела.

Очень действенными оказались практики радикального прощения Колина Типинга. Эта практика и в настоящий момент является для меня самой лучшей по проработке той или иной негативной ситуации.

Уже к январю 2019 года в моей голове происходила такая мыслерубка, что я не понимала, как это все разгрести. Обострилось очень сильное чувство вины к дочери Петра за то, что я хочу забрать у него любимого папочку. Обострилась злость на бывшего мужа за его очень обидные слова и действия, приведшие к разводу. Мысли про Петра вообще сводили меня с ума: то злость, то ненависть, то Любовь сменяли друг друга на протяжении дня.

Именно в этот период я начала писать эту книгу. В моей голове было столько всего, что мне нужно было это запечатлеть на бумаге. Особенно состояние любви... той, которой я ранее никогда не чувствовала.

Я не знаю, о чем Петр думал за время нашего молчания, ведь я никогда ему не писала и не звонила, но возвращался он как подмененный. Он приезжал с цветами, уверенно зная, что я их приму. Я всегда выражалась, что цветы здесь ни при чем. Я любила цветы. Мне часто дарили их мужчины. Даже с работы я приносила букеты в знак благодарности за свое отзывчивое отношение. И вот именно что мне, как женщине, необходимо дарить цветы, Петр знал. Этим, ничего не могу сказать против, он меня баловал: по поводу и больше всего без повода. Однажды в свой день рождения он подарил мне красные розы со словами: «Спасибо, что ты у меня есть». В такие моменты я не могла не верить, что он меня любит. Но эти моменты были каплей в бушующем океане моих страстей. Чувствовалась постоянная огромная нехватка поддержки, заботы, важности и нужности.

В середине января мне позвонили и предложили поучаствовать в одном судебном процессе. За это должны были заплатить денег. По долгу своей общественной деятельности, являясь народным заседателем областного суда, я нашла наконец-то себе применение. Это был уголовный процесс с обвинениями в хищении государственного имущества, даче взяток и в иных преступлениях. Именно на том процессе,

который, в общей сложности, продолжался с января по март, а затем с августа по сентябрь, я поняла, что не смогла бы никогда быть судьей. Уж очень много во мне добродушия, сердечности и понимания для каждого обвиняемого.

Возможно, именно из-за этих моих черт характера я все никак не могла расставить точки в отношениях с Петром. А он вдобавок после каждого нашего расставания менялся на глазах. В личной моей жизни Петр был у меня обвиняемый, и я искала доказательства его вины, ну а после искреннего раскаяния, смягчала ему наказание.

В один из дней Петр приехал за мной в суд, и мы поехали на ту самую усадьбу в баню. Какое же это было для меня счастье! Мы вдвоем проведем время вне стен моей квартиры. Это был кайф для меня. К тому времени мы не были в бане уже больше года. А последние мои положительные эмоции от времяпрепровождения совместного были в том самом месяце мае.

На День влюбленных он устроил мне самый к тому времени романтический вечер в моей жизни. После возвращения из суда меня ждала постель, усыпанная лепестками алых роз, и ужин при свечах.

Ну как после такого невозможно было растопить свое ледяное сердце? Он же старался: ездил, где-то искал эти лепестки, свечи, продумывал, что до как. Мне, честно, было очень приятно. Но вот только сердечко мое уже не так билось по отношению к Петру.

Январь-февраль тогда выдались очень морозными. Когда я стояла на остановках, возвращаясь из суда, все время вспоминала, как год назад я точно так же стояла и, стиснув зубы, ждала, что Петр позвонит и предложит меня завести домой. Но по иронии судьбы этого не происходило. Петр был всегда занят, и уж тем более, если я показала, что могу справляться со всем сама, то и ответственность за меня, и желание, я бы так сказала, у него свалились с плеч. Ещё он очень любил подавать надежду, а потом не понимать, почему я злюсь: *МОЖЕТ БЫТЬ...* ему удастся меня завезти, отвезти, привезти, помочь и т.д. Никакой уверенности в нем у меня уже окончательно не было. А я тем временем очень сильно замерзала на остановках...

Тем самым, приезжая в суд почти каждый день, я все так же беспощадно пользовалась кредитной карточкой с мыслями о скорейшем устройстве на постоянную работу. Ведь рассрочка за пользование кредитными средствами была шесть месяцев. Соответственно, срок возврата кредитных средств, которыми я воспользовалась в августе на Никитин День рождения, выпадал на март. О какой-либо помощи со стороны Петра я и не думала уже. Он начал искусно рассказывать, какие у него долги по аренде за помещение, в котором работал, и по налогам. Это был очень тонкий намек и полное отсутствие мужественности признаться мне, что он не берет за меня ответственности. Такие были мои мысли о нем.

К началу марта мои судебные заседания закончились...

был объявлен перерыв на неопределенный срок.

В ускоренном режиме я начала искать работу на сайтах. Я понимала, что финансового дохода у меня нет вообще никакого.

На 8 Марта ко мне опять никто не приехал... Если честно, я даже не помню, поздравил ли меня Петр хотя бы смс или нет. Я точно знаю, что цветов не было, а была опять душевная боль. Ко всему еще, конечно, стресс от отсутствия денег. Когда мой женский ум находится в размышлениях о деньгах, вернее, о предстоящих платежах, на которые необходимы финансовые блага, то мне кажется, своими переживаниями я сжимаю все пространство вокруг. Мое тело находится в напряжении. Конечно, добавляется постоянная бессонница, сопровождающаяся «мыслерубкой» в голове. Вот это состояние самое ужасное для меня. Потому что даже рассказать об этом стыдно кому-либо. Да, именно мне *СТЫДНО* рассказывать моим подругам или родственникам о том, что у меня нет денег даже на еду. Потому что логически напрашивался бы вопрос: «А что же Петр?»

А что Петр? Скорее всего, он находился где-то там у себя дома, и мысли обо мне его не посещали.

Я стала все больше понимать, что той светлой Любви к Петру у меня больше не осталось. Теперь я знаю, как умирает во мне Любовь. Она не может жить среди боли, стресса, предательства и лжи.

НИКОГДА светлая, нежная, чувствительная, ласковая

Любовь не выживет среди боли и крика Души.

Было даже больно осознавать, что мое Настоящее чувство Любви умирает. Теперь я уже плакала от этого осознания. Я плакала от мыслей: как два взрослых человека, еще тогда, в мае, много рассуждая об отношениях, об умении их сохранять, поддерживать желание друг в друге, смогли так быстро эти самые отношения убить. Но они смогли...

Однажды мы скандалили по viber... вообще, конечно, смешное занятие – выяснять отношения в смс-сообщениях... и Петр мне прислал фото какой-то девушки со словами, что у него все хорошо и отношения уже у него новые с этой девушкой. Сказать, что меня это задело, да нет. Я просто посмотрела и еще раз оценила себя: я красивее, я милее. А вот Петра я оценила с позиции неадекватности. Лучшего способа нанести мне обиды он не придумал. С учетом того, что он уже был женат, так и еще одна женщина. Иногда человек от бессилия совершает поистине неадекватные поступки.

Когда я, как женщина, беспокоюсь о деньгах – это для меня стресс. Учеными доказано, что при стрессе возникает реакция «бей или беги», которая развивалась у людей как механизм выживания при столкновении с реальной или потенциальной угрозой. Когда это происходит, гормоны стресса, в том числе адреналин и кортизол, высвобождаются, чтобы помочь нам либо сражаться, либо скрыться. И это случается, даже когда считаешь дни до зарплаты, а не только убегая

от хищника. И то и другое истощает организм, влияя на все его функции, в том числе защитные. Если упростить – долги делают нас более уязвимыми для инфекций.

А ещё мы начинаем принимать неправильные решения. Всё потому, что при стрессе активность в определённых областях мозга – префронтальной коре, миндалине, лобных долях – снижается. Поскольку именно они отвечают за концентрацию и планирование, ничего, кроме компульсивных реакций на происходящее, ждать не приходится.

Прочитав научное объяснение того или иного человеческого деяния, все становится на свои места. Становится понятным, что происходит с человеком.

Ну а пока каким-то чудным образом, осознавая, что мне положиться не на кого, я сумела «сгруппироваться» после депрессии и начала решать свои вопросы и задачи. Так, я попросила у одного хорошего мужчины дать мне взаймы 150 долларов на погашение кредита за март. Имея очень хорошую репутацию у своих знакомых, мне деньги заимствовали на неопределенный срок со словами: «Вернешь, когда сможешь».

Потом в поисках работы я сделала несколько звонков, один раз съездила на собеседование, которое лично меня не устроило, и на следующий день поступил звонок от моего нынешнего руководителя.

Это я объясняю тем, что для трудоустройства я начала делать соответствующие действия, тем самым показав Вселен-

ной, что очень нуждаюсь в работе. Я знаю, что Вселенная всегда помогает в исполнении желаний, если они действительно необходимы человеку для его развития. Лично у меня произошло так, что я устроилась на работу опять в сферу государственной власти, с которой все время сбегала. Но какие-то невидимые силы спустя некоторое время возвращали меня обратно, только возрастал уровень государственной вертикали. Раньше я думала, что это какое-то совпадение. Но, поразмыслив, увидела картину: спираль моей трудовой деятельности, согласно которой, однажды начав в точке ноль, я по спиральной лестнице поднимаюсь вверх. Это было интересное осознание. Тем более потому что я реально всегда, увольняясь, никогда не желала возвращаться опять на государственную службу. Но после девятимесячного отдыха меня «возвращали», только уже на другую должность и место работы.

21 марта 2019 года является переломным днём в отношениях с Петром. Услышав у одного таролога гороскоп на 2019 год, мурашки пронзили все мое тело. На ногах вскочили такие пупырышки, что я их даже сфотографировала. Это должен быть многообещающий год по выходу из моей удручающей жизни. Конечно, честно, хочется написать по-другому, откуда должен быть выход, но это книга, здесь так нельзя писать. Этот гороскоп дал мне такой энергетический подъем, что мне захотелось не то что творить, мне захотелось жить. Вернее, я увидела цель своей жизни на 2019 год. И уж Пет-

ра там не было, это точно. Вернее, мысли мои уже даже не планировали этот год с ним. Эмоциональная связь к этому времени оборвалась на 90 процентов.

Я всегда знала, как важна эмоциональная связь между партнёрами. Именно на ней строятся и держатся отношения. Чем ближе эмоциональная связь, тем больше тактильного контакта. Нет связи – нет отношений. Партнёры становятся чужими. А эмоциональная связь строится на качественно проведенном времени друг с другом. Когда они эмоционально вовлечены в одно дело. Будь то прогулки, или рыбалка, или езда на велосипедах, или поход за грибами, или же отдых на море, или экскурсии, или поход в кино, даже совместная работа по дому. Именно качественное времяпрепровождение с позитивными эмоциями. *ВМЕСТЕ... ВМЕСТЕ... ВМЕСТЕ...* я так часто повторяла это Петру... «Я хочу вместе». Но он меня не понимал. О чем я вообще? Когда у женщины это в дефиците, и она накручена до предела от рутинной бытовой жизни, не видя других красок за окном, то мужская штучная «подачка» в виде «ну ладно, поехали куда-нибудь» не сможет восполнить накопленный женский голод на эмоциональное качественное времяпрепровождение со своим партнёром. Я бы даже сказала, что эта «подачка» может начать бесить от осознания, что пришлось выпрашивать так долго эмоциональной подпитки.

Как же я поняла за ту зиму, что неменяющаяся обстановка просто может меня убить морально. Отсутствие финан-

сов также делает свое дело. И я заметила за собой интересную особенность: я впадаю в спячку. Я действительно начинаю много спать, как будто желая «переспать» такие времена своей жизни. Отсутствие цели, отсутствие движения, отсутствие финансов вдобавок к замкнутости пространства квартиры гасят во мне энергию жизни. Не хочется ничего. Только спать.

Я поставила на свой планшет пароль 21.03.2019, который Петр так и не смог никогда разгадать. Он часто любил залезть ко мне в телефон или мой планшет и поискать в нем что-нибудь. Я всегда знала, что если партнер проверяет телефон другого партнёра, значит, он хочет что-то найти. Значит, имеет место быть недоверие. Это меня и злило, и забавляло. Я откровенно издевалась над Петром, когда он ломал голову над паролем. Я корчила свою гримасу со словами: «Что, не получилось? Бедненький ты мой». Он только спрашивал: «Это дата какая-нибудь значимая? Я уже был в твоей жизни?» Конечно, был... конечно, значимая. Это очень важная переломная дата в моей жизни.

В апреле 2019 года я устроилась на работу. С великим удовольствием я просыпалась по утрам. Наметились цели по отдаче долгов и выплат кредитов. Потихоньку я стала успокаиваться. Только вот мое энергетическое состояние все же меня не радовало. Я приезжала домой очень уставшая, но не от работы. На ней я чувствовала себя энергетически наполненной. Езда домой в автобусе почему-то забирала во мне

очень много сил. Выходя, мне хотелось очень сильно спать. И я еще несколько месяцев не могла понять причину такого состояния. Я могла заснуть в семь часов вечера по приезду домой. С утра я, конечно же, себя чувствовала прекрасно, проспав одиннадцать часов.

С первой своей зарплаты я купила себе билет в Театр оперы и балета. Мне очень хотелось за долгое время нахождения дома в замкнутом пространстве посетить благородное светское место. К походу в театр я ходила в маникюрный салон и к парикмахеру. Для начала и это было для меня в удовольствие. Я ведь забыла, что значит позволить себе быть женщиной, а для этого всегда необходимы финансовые средства.

Конечно, первые месяцы после устройства на работу финансов не хватало на все. Я не могла, а вернее сказать, потеряла сноровку по их распределению. Но порадовать себя как женщину я позволяла всегда. По чуть-чуть, но радовала. Это энергетически меня наполняло. Слегка, но наполняло. К тому же уже был месяц май... весна... природа зацветала, солнышко пригревало, и меня это все радовало и наполняло.

Настроение мое стало улучшаться, я все чаще начала смеяться. И Петр был безмерно этому рад. С него наконец-то свалился груз в виде моей обузы: моего финансового состояния и плохого настроения.

Однажды нам даже удалось съездить на прогулку почти на целый день на дамбу к Минскому морю. Конечно, в такие моменты я была очень счастлива. Хотя я давно уже пере-

стала просить о совместном времяпрепровождении. Я не хотела расстраиваться больше и портить свое настроение вечными «не получается сегодня, давай завтра, все будет хорошо». Эти слова меня приводили раньше в бешенство. А так как я люблю, когда я нахожусь в гармоничном состоянии, то чем себя расстраивать – лучше не просить. Я люблю стабильность и ясность.

А вообще, конечно, я хочу сказать, что природа и я – это одно целое. Только находясь на природе, я получаю очень мощное энергетическое наполнение.

В моменты уединения с собой, я задумывалась: «А зачем мне Петр, если я для себя все сама?» Сама финансовую стабильность, сама женскую красоту и привлекательность, сама хорошее настроение, сама свой быт. Во мне включились вопросы материального характера.

Я задумывалась и задумывалась все чаще и чаще...

И до меня, так сказать, дошло.

Глава 4. Про наши Души

*Я жил без эмоций и красок прекрасных.
Наверно, смирился бы, но годы спустя...
Я встретил принцессу Алёну прекрасную,
И в жизни моей загорелась свеча!
Фитиль этой свечки горит, без сомнений,
И будет гореть до конца моих дней.
Лишь только бы ты на меня без сомнений
Направила нашу любовь посмелей!
Мне тридцать семь лет...
Я уже, без сомнений, практически вырос
Из детских обид...
Хочу для тебя обрести я тот берег,
Где будем вдвоем на огонь тот смотреть!
Мечтать о том, как в плену того чувства
Раскрылась душа и летит не спеша.
Цепляясь за сердце, за ласки, за чувства...
И думает, вспять повернуть бы года.
С рождения сразу бы взял я за руку,
Повел бы в тот путь – без сомнений... стыда.
Прекрасной дорогой, украшенной лентой,
На шее завязанной... в путь до конца.
Конечно же, путь без преград не бывает.
И главное, с кем этот путь ты идешь.*

Когда рядом тот, на кого уповаешь,
Возьмёт тебя за руку... в сердце возьмёт.
И запах небесный окутает тело.
И сердце забьётся тревожно в груди,
Касаться его ведь любимое дело...
Вдыхать ароматы «небесных цветов».
Ведь пахнут они, как цветы хризантемы...
Наверное, нет, как цветы красных роз.
И их лепестками усеяно тело, любимое тело...
Мое... и без слов!!!
Хочу рассказать о ЛЮБВИ своей первой и чистой.
И донести тот огонь всем всерьез...
Бывают, Алена, и ссоры, и мысли,
Которые часто сбивают с пути.
Но тот огонь, без сомненья, он чистый.
Он мне помогает сиянье найти.
И это сиянье укажет дорогу,
Ту... по которой пойдем до конца.
Ту... без преград... только алые розы...
Устелет под ноги багряный закат.
Петр Г.

Обитель Души – это наше сердце.

Каждый знает, чем наполнено его сердечко. Оно чувствует... в нем большой опыт. Необходимо научиться слышать свое сердце.

Оно говорит так скромно и тактично, и притом в тишине. Оно говорит ощущением, которое представляет собой чистый родник, из которого может напиться наша Душа.

Святитель Николай Сербский сказал: «Когда человек заговорит с тобой, не думай о его теле, не оглядывай его тело, а смотри в его душу, проверяй его душу, вживайся в его душу – и тогда будешь его понимать. И когда ты говоришь с человеком, не думай ни о своём, ни о его теле, а думай о своей душе и его душе, повторяя про себя: «Это душа душе говорит, душа с душой общается». И тогда ты почувствуешь присутствие Бога между вами. И будешь понятным и понимающим».

Партнёрам в отношениях необходимо быть умными и мудрыми. Каждый развивается по-своему и не стоит ему в этом мешать. Ведь мы не можем знать, что хранится в его сердце... в бесконечности его Души.

Необходимо научиться садиться и разговаривать. Разбираться до тех пор, пока не прояснится ситуация или не научишься по-другому реагировать. И, поверьте мне, ситуации, которые когда-то задевали или мешали спокойно жить, со временем не имеют никакого значения и больше не влияют на эмоциональное состояние.

Петр очень чувствительный, но одновременно гибкий металл. Начиналось все как-то непонятно, но в то же время все

понятно. Чтобы осознать, что сейчас происходит, нужно вернуть память в точку начала. А закручивалось все уже тогда необычно и не похоже ни на что. Я не знала этого в голове, но в сердце своем я чувствовала. И выливала на Петра слова, о которых сама была в шоке. Я сама не понимаю, откуда был во мне тот словарный запас, а тем более, почему так легко я об этом говорила. Ведь я даже слов таких никогда не слышала. А мне хотелось дарить ласковые и нежные слова, поцелуи и объятия. И я это делала без всяких преград, стеснений и посторонних мыслей. Это было для меня новым открытием... самой себя. Моим ощущением было, что встреча была долгожданной, и за время отсутствия Петра во мне накопилось очень много доброго, нежного, ласкового и душевного к нему. И хотелось это все вылить одним моментом, одним мгновением. Хотелось разговаривать бесконечно и в захлеб. Я удивлялась самой себе!!! Мне было интересно, почему именно с Петром я стала такой, какой сама себя никогда не знала. Откуда во мне этот потенциал нежности, чуткости, доброты, понимания, и самое главное, Любви, которую ничем не убить? Ни злостью, ни дурными мыслями, ни отвратительными поступками. Ничем. От нее отказываешься, ее выбрасываешь, ее гонишь, а она только крепчает. И крепчает так, что после «войны», думаешь о себе не очень красиво. Начинаешь осознавать, какой моральный вред наносишь человеку и тем более его тонкой натуре. Ведь чувствительные люди очень глубоко пропускают через себя все

слова и действия любимых людей. Но самое интересное, что ни у меня, ни у Петра в памяти не задержались слова, сказанные в порыве злости. Для самой себя мне интересен этот факт. Я помню из предыдущих отношений все обидные и плохие слова. Вернее сказать, я помнила. Сейчас для меня это не имеет никакого значения, кроме опыта.

Так вот, над этим я долго размышляла, когда один раз осознала, почему я не помню именно его обидных слов. Потому, что в Душе Петр очень чувствительный, добрый и чувственный мужчина по отношению ко мне. В нем нет злости, нет агрессии. Он состоит из благостных светлых энергий. И я просто-напросто все это улавливаю, все это во мне откликается и хранится в виде доброты, нежности и Любви к нему. Я бы сказала ещё так, что даже если он когда-то и говорил мне плохое, то это была только как защита от меня самой. Потому что меня выдержать иногда даже самой мне трудно.

С самых первых наших свиданий я почувствовала и распознала, что Петр очень чувственный и способный на Любовь мужчина. Ну а уже в моем незабываемом мае пошли очень высокие вибрации Любви от него. Он – Мужчина с высшими знаниями, которые все никак не может проявить. Но, конечно же, всему свое время. И я поняла, что в очень серьезных вещах нельзя никого и никогда подталкивать и подгонять. Каждый должен раскрываться по мере своей осознанности и пройти важный опыт, чтобы силу знаний обрести. Ждать, пока мужчина придет к своему познанию, а я, в

свою очередь, к своему.

Я наконец-то полюбила, и для меня стало необходимо-стью мое одиночество. Моя покинутость. Только сейчас я нашла более мудрое название – мое уединение. От всего и от всех для того, что побыть наедине с собой, для того чтобы послушать себя, для того чтобы понаблюдать за своими мыслями и чувствами. И сейчас я уже знаю, что это будет моя потребность. Потребность быть в уединении.

Когда-то я услышала одну историю. Суть заключалась в том, что если женщина, будучи в семейных отношениях, заявила своему мужчине, что ей необходимо побыть одной и желательно вне стен дома, то забота мужчины – это сделать как можно быстрее. Потому что когда женщина заявила, что ей нужно уединение, то она уже находится в стрессе. И в этой истории был сюжет, когда женщина уезжала во второй семейный дом, а мужская забота была привозить ей туда продукты, спросив, не требуется ли ей еще чего-нибудь. И он просто ждал, когда его жена насытится и напится своим уединением, для того чтобы снова, вернувшись, питать и наполнять своей женской энергией своего мужчину. На самом деле в этой истории я сейчас распознаю, насколько тонко этот мужчина знал психологию своей супруги и как тонко чувствовал эмоции своей женщины. Так тонко он понимал, откуда она берет все то, чтобы потом ему это возвращать.

Я пришла к тому, что женщина – это цветок. Каждая женщина хочет быть счастливой, и она должна понимать, ка-

кой мужчина находится рядом с ней. Он ли ее истинный садовник? Потому что истинная женщина всегда как цветок, а истинный настоящий мужчина для своей женщины садовник. Он постоянно на нее тратит свое внимание, любит, ухаживает за ней, холит и лелеет как цветочек. И цветочек ещё больше под заботой и ухаживанием распускается, ещё больше расцветает и благоухает. *ГДЕ ВНИМАНИЕ, ТАМ И ЭНЕРГИЯ!!!* Вот такого мужчину каждая женщина желает. Когда двое встречаются в очень сакральных ярких необычных любовных отношениях и на уровне тела, и Души.

У такого мужчины горит огромным огнем желание покорить, овладеть, накормить, обеспечить, позаботиться. Энергии заботы просто зашкаливают. Такой мужчина всячески ухаживает, обхаживает, предлагает, делает какие-то предложения своей женщине, хочет угодить, облюбить, обласкать. И это полностью его желание: заботиться, обеспечить вниманием и дарами. У него состояние, когда хочет все к ногам своей женщины, когда понимает, что это Женщина его мечты. При этом он понимает, что его вот эти вложения и забота не будут зря. Все это его сводит с ума. Он понимает, что ему это очень нравится, ему это импонирует. Мужчина полностью видит для себя такую женщину, в которой уверен: сколько он вложил – значит, эта Женщина достойна всех этих благ. Во-первых, женщина умеет наслаждаться сама с собой, своим достатком, и умеет сама давать себе все лучшее. И мужчина это чувствует, видит и понимает.

Ему ещё больше хочется ворваться в ее жизнь и ещё больше ей этого дать. Идёт мощное считывание, как женщина сама к себе относится. Женщина становится очень желанной для мужчины и он хочет для нее все энергии, все дары мира, все ради нее... *ВСЕ ДЛЯ НЕЕ*. И когда от мужчины идут такие энергии, то чувствуешь себя Розой в цветущем саду, под присмотром истинного садовника.

*Я спустился с небес, еле-еле дыша.
Камнем, падая вниз, а за мною душа.
Я лечу и кричу, набирая узлы,
Приближаюсь к мечте – предо мной встала Ты!*

*Облетел я вокруг и не верю глазам.
Предо мною душу открывает Сезам!
Хоть с какой стороны подлети и смотри.
Не найти компромат, не найти пустоты!*

*Только полно везде, куда взор ты ни брось.
Предо мною букет нераскрывшихся роз!
Как вдохнул аромат полной грудью в себя,
Задрожали цветы, закружилась земля!*

*Меня бросило вверх от такой красоты.
Отставать не спешу, набираю узлы!*

*И летит вслед за мной и твоя уж душа.
Напиталася, мной и блаженна она!*

*Уцепилась в меня, в сердце когти вонзя.
Взяла верх надо мной, улыбнулась она!
И из уст из ее полетели слова: «Ты не бойся меня.
Я твоя... Я судьба. Я укрою тебя, от невзгоды спасу!*

*Ведь навеки тобой дорожить я хочу!
Трепетать под тобой, трепетать на тебе.
Мчаться в гору с тобой, видеть солнце в заре.
И ни капельки вниз я смотреть не хочу.
Раствориться в тебе, вот чем я дорожусь!»!*

*Только тот нас поймет, испытав в жизни раз,
Глубину наших душ, глубину наших глаз.
Петр Г.*

Какая же красивая, чистая и светлая Душа находится в теле у Петра. Я всегда любила, когда мы разговаривали Душами.

В то время когда Петр стал мне писать стихи, мягко говоря, я была в шоке. Я не сомневалась, что у него есть творческие таланты, ведь он завораживающе играл на гармонии и гитаре, а голос его был гипнотическим. Но сам смысл его стихов вводил меня в замешательство. К тому времени мне

стала интересна тема прихода Душ на эту планету и их развитие.

Когда я прочла это стихотворение, первая мысль была о состоянии, в котором можно писать о таком. Это же поток напрямую от Вселенной, которому можно довериться, отключив полностью разум. И именно в потоке приходят важные и нужные ответы.

Более того, моя шикарная визуализация и умение пропускать через себя глубокие, эмоциональные стихи, фильмы и просто тексты позволили мне проникнуть в этот стих всей своей Душой. Представление, которое мне показали, тронуло меня до глубины. Свои эмоции я выражала одним словом: «Обалдеть», а внутри я испытывала изумление и восторг.

Я очень люблю читать стихи, написанные с глубоким смыслом. А здесь пишет любимый мужчина!!! Это вызывало во мне восхищение Петром.

С первого дня знакомства меня не покидало ощущение о родстве наших Душ. Я этого не могла объяснить. Просто чувствовала что-то необычное, неведомое до Петра ощущение судьбоносности встречи. Как будто уже знакомы были ранее. А на то время мои знания об устройстве Мироздания, реинкарнациях Душ были ничтожно малы. Зато сейчас я верю в то, что в каком-то воплощении наши Души уже любили друг друга. На сегодняшний день достаточно способов окунуться в прошлые жизни и найти ответы, которые в этом воплощении сложно даются и тем более не поддаются осмыс-

лению. Я это непременно сделаю. Возможно, к окончанию написания этой книги я найду ответ на мучающий меня вопрос «откуда такое родство Душ?» Ведь при первой встрече у меня на работе Петр ответил нашей общей знакомой Людмиле на ее вопрос «зачем тебе наш архитектор?» – «для Души». Мы часто вспоминали и обсуждали эти его слова. Петр объяснял, что сам не понимал, как прозвучал такой ответ...
Для Души.

В объятиях его Души очень тепло, ласково и спокойно. Его открытая Душа была соединительным звеном в наших отношениях.

Я знаю, ведь я чувствовала и ощущала, как Душа Петра хочет любить и быть любимой. И сам он летал на крыльях от самого себя. Но человеческому эгоизму нет предела. В основном именно из-за эгоизма и страхов люди не умеют вести даже диалог. Каждый ищет причину в другом, но только не в себе. Легче обвинить другого, чем осознать свою слабость.

Как же все-таки люди искусно умеют топтать и убивать Любовь. Им в этом можно позавидовать... в их совершенстве. А в это время Ангелы плачут, стоя за нашими спинами. Но все же в минуты боли, горя и страданий обнимают нас с безусловной Любовью.

Теперь я уже верю, что Души встречаются по определённым контрактам. Кто для Любви, а кто для уроков. И эти уроки будут настолько болезненны, пока не поймёшь, для чего на определенном отрезке жизни повстречался с той или

иной Душой. Когда Душа нарушает условия контракта, то потом Высшие силы ее начинают «учить». Я бы выразилась по-другому... «больно бить». Пока не придет понимание.

Духовность человеческой сущности начинается с совести. Ведь совесть – это голос Господа. Слыша голос совести, можно разбудить голос разума, и тогда Душа, запертая в человеческом теле, найдет выход.

Я знаю, что совесть в Петре есть. Только слабость характера и Духа, неуверенность в себе, прошлые опыты, комплекс неполноценности пока что не позволяют пробудить голос разума.

А какая моя Душа?

Она наивная, чистая, добрая, светлая, пропускающая через себя все чувства и слова близких и родных людей. Как оказалось, умеющая любить и желающая любить. Она сопереживающая, сострадающая. Она болеющая и кровотокающая. Она умеющая прощать всех... И это, кажется, главное качество моей Души. *ПРОСТИТЬ* ... несмотря ни на что.

Осознание

*Однажды наступает в жизни час,
Когда душа страдает, плачет в нас...
Как успокоиться и как себя понять?
Мы начинаем истину искать.*

*Друзей советы, утешения родных
Не помогают, не находим в них
Того единственного, главного зерна,
В котором истина души заключена.
Елена Бурчилина*

Ознакомившись с теорией, что наши партнёры – это наше зеркальное отражение, которое транслирует нам о нас же самих, я задумалась: что мне зеркалят мои партнёры? Что я должна понять из ситуаций, когда они бросают в трудные для меня минуты? Получается, я как бы сама себя бросаю. Но как это выглядит в жизни, я не могла осознать. Потому что я всегда добивалась того, чего хотела. Для меня нет ничего невозможного. По долгу своей работы я стала очень грамотным не только специалистом, но и умным человеком. Я владею законодательством своей страны в той мере, которая мне необходима. Поэтому в вопросах оформления бумаг по моим личным делам у меня не возникало трудностей почти

никогда. Я, можно сказать, вообще в этих вопросах до сих пор не вижу трудностей. Если я захотела себе приобрести что-либо, то я обязательно это приобретала. И это касается крупных покупок. Я могла и могу сейчас спокойно найти денег на дорогую вещь, но почему-то пяти долларов на лекарства или один на проезд в транспорте у меня с трудом найдется. Поставив цель, я могла подождать, сколько требуется. Если я решила, что я поеду на море, то я обязательно оказывалась на море. Когда-то несбыточной мечтой для меня была поездка в Швейцарию к Альпам. А имея образование географа, жажда к путешествиям стала для меня просто необходимым ритуалом. Путешествуя, я познаю новый мир, тем самым расширяя кругозор своей Души. И вот думая над вопросом, как можно себя бросать в трудную минуту, когда можешь себе позволить осуществить любую свою идею или мечту, в один прекрасный момент я поняла. Именно в трудные душевные минуты я раскисала, впадала в депрессию, умилялась своей жертвой и ждала, что мне должны помочь. А в эти самые трудные минуты мне и необходимо искать и ждать помощи в первую очередь от самой себя, уметь садиться и договариваться с собой. А трудные минуты у меня в основном в отношениях. И главное, что я это распознала.

На данном этапе своей жизни я уже понимаю, что весь этот путь трудностей мне был просто необходим. И не для того, чтобы стать слабой, а для того, чтобы стать сильной...

Духом. Скорее всего, у Высших сил на меня отдельные планы. К чему-то ответственному меня готовят. Поживем – увидим.

Но вместе с тем пришло и понимание, что Петр – это мой очередной кармический урок. Как бы горько мне ни было от этого, но это так. Я для него соответственно тоже. Только уроки и задачи у нас разные. У меня – познать наконец-то истинную цену великим чувствам, осознать, какой я хочу свой семейный замок, в котором есть любовь, гармония, понимание, в то же время, что рядом находится с тобой целая личность, которая имеет право на собственные мысли, чувства, эмоции и действия. И для этого мне нужно научиться принятию, и в первую очередь не растворяться в партнере безмерно. Существует закон Равновесия во Вселенной, согласно которому ко всему нужно относиться гармонично, спокойно и благостно. И тогда для нас все так и разворачивается. Любой перекося, когда мы чересчур восхищаемся или любим, несёт за собой разочарование. Потому что силы равновесия будут стремиться выровнять это. Если пошел перебор в отношениях, если чересчур начинаешь восхищаться партнёром, чересчур его любить, то силы равновесия в этом, выравнивая ситуацию, обязательно приведут к разочарованиям. После сильной любви можно сильно ненавидеть. Самое главное, быть в равновесии: гармонично и спокойно. Конечно, нам бывает очень трудно, потому что человек, прежде всего, – это эмоции. Очень чувствительные, чуткие и душев-

ные люди, они подвержены этому. Они способны чрезмерно восхищаться и любить. Тем самым получают шишки. Нужно просто научиться, не то чтобы сдерживать свою эмоциональность, а воспринимать все более спокойно и осознанно.

У Петра же были подавлены эмоции любви к женщине. Соответственно, он не "разрешал" себе чувствовать эмоции других людей и открыться другому человеку. Это еще называется по-другому... заблокированная сердечная чакра.

И вот именно те внутренние решения и действия, которые с огромным трудом, сопротивлением, страхом и другими защитными механизмами даются человеку... это и есть наши уроки воплощения на этой планете. Проходя через эти блоки, происходит высвобождение такой колоссальной энергии, которая дает ощущение парения над землей. Появляется непередаваемая легкость. Как будто сброшен огромный груз, мешающий двигаться.

Все в этом мире имеет свою закономерность... место рождения, семья, детские травмы, несчастная любовь, место работы. Все закономерно в Мироздании. Так было задумано до рождения.

Зачем я встретила Петра?..

Для перерождения. Чтобы переломать какие-то обусловленности, очень многие взгляды, уничтожить собственные ограничения, увидеть закономерности своего поведения! В конце концов, для уничтожения мысленных схем, после че-

го наступит мудрость. Чтобы отсечь от себя то, что было поверхностным... без глубокого смысла. Чтобы снести все, что было лишнее. Чтобы выйти в спокойное и умиротворённое состояние. Пройти уроки на ценность, самодостаточность, гармонию, знание той меры, когда понимаешь, что достаточно. Поселить баланс и гармонию в Душе. Научиться замедляться, когда посвящая время себе.

В этих отношениях я обнулилась. Они очень многому меня научили. Раскрыли мою женскую суть... какая же все-таки внутри меня живёт Богиня. И открылась она только тогда, когда полностью заработала моя сердечная чakra. Какая я все-таки женственная, нежная и милая. Отношения с Петром помогли мне и побороть моих внутренних демонов: блоки, установки, страхи. Когда они начинают вылезать со всех щелей подсознания, то начинаешь волей-неволей думать, что сходишь с ума. Это очень жёстко, больно и одновременно страшно. Страшно рассказать, что с тобой творится. А вдруг никто не поймет? Мужчины в такие моменты могут начать «лечиться» алкоголем и женщинами, думая, что это поможет. А помогает все же осознание своих демонов. Всем им есть объяснение. Абсолютно всем.

Для начала нужно послушать себя, свое сердце, обратиться к своей духовности. И делать это стоит в полной тишине. Если чувствуется духовность, то разрушать старое.

Также у Петра уроки со мной на внутреннюю силу, на укрощение себя и своих инстинктов. Учиться совладать с со-

бой и разобраться в себе, в своих желаниях... гармонично, спокойно и одухотворенно.

Мы друг для друга – элементы перерождения. Оба проходим уроки на ценность себя и умение находить свою гармонию, даже если для этого нужно будет чем-то пожертвовать. Но если мы чем-то жертвуем, то по сути это нам и не нужно.

Новую жизнь со старым багажом не начнёшь. Всегда когда что-то перестраивается в нашей жизни, начинается Хаос. Чтобы создать новый порядок, нужно все сразу развалить. А потом заново сложить пазлы, заменив приэтом большую часть.

Не бойтесь меняться. Перемены необходимы, полезны, и они всегда к лучшему.

Всегда на первом плане должно быть решение своих задач, с которыми мы пришли в этот Мир. И это не бытовые вопросы. Наши истинные задачи посылаются нам в виде интуиции, каких-то внутренних необъяснимых позывов куда-то поехать или что-то сделать. Для этого нужно уметь слышать себя. В эти моменты с нами разговаривают наши Ангелы-Хранители. И только спустя время осознаешь, почему куда-то тянуло или почему не было желания за что-то бороться.

Приведу один пример о том, как слышать себя. В одну из ночей написания настоящей книги я вдруг вспомнила, как пять лет назад обещала одной женщине отредактировать ее книгу, которую она готовила к изданию. Почему-то даже хо-

чется эту женщину отрекламировать... Елена Новикова. Те, кто ее читал, поймут, почему мне захотелось это сделать. Так вот, обещала, но так и не сделала. Просто закрутилась, за-вертелась в делах и забыла. И мне прямо ночью захотелось ей принести свои извинения. Но я дождалась утра и написала ей. Для меня это было очень важно. Я верю в то, что, может быть, передо мной не выполняют обещания, потому что я не всегда в состоянии их выполнить, просто по забывчивости. Каково же было мое удивление, когда Елена попросила выслать ей на почту электронные варианты книг, которые сгорели вместе с ее компьютером. Оказалось, что много людей по всему миру очень ждали, а она даже не могла им помочь. Книги хранились благополучно у меня в электронном почтовом ящике, да ещё и в распечатанном виде. Моему счастью не было предела!!! С каким огромным чувством удовлетворения я их отправила своему автору. Невидимый груз свалился с моих плеч!!! Вот что значит доверять своей интуиции. Возможно, кто-то в это время просто ждёт помощи, и определенное количество людей получают нужную информацию. Ещё хочется отметить, что не каждый человек готов к извинениям, а уж тем более перед людьми, которых он, может быть, и не встретит больше никогда. К извинениям человек должен *дОрасти*. Кто-то в меру своего развития не может выдать из себя простое слово «извини». А это может изменить всю его жизнь.

В отношениях с Петром и наступило плавно время неже-

лания бороться. Пришло осмысление, что если человек не принимает решения, то, стало быть, так нужно. Я в этот шанс вошла, но ситуации все зависли, и от меня выбор другого человека не зависит. Поэтому определиться в собственной жизни я должна сама. И действия мои в такие моменты становятся очень решительными, чтобы менять свою жизнь в то русло, которое я хочу. Правда Божья внутри нас, главное, ее услышать. Нужно быть честными перед самим собой и залезть глубже в себя и сказать: «Да... это работает, а это не работает». Надеяться, что Высшие силы принесут все на блюдечке в голубой каемочке, не получится. Нужно уметь видеть знаки: создаются определенные ситуации, идут намёки, конкретные люди просто "силком" забираются из жизни для того, чтобы уже наконец-то начать действовать в правильном направлении. Как раз таки такими знаками и были постоянные ограничения по отношению ко мне Петром: нежелание интересоваться моими делами, нехватка времени на меня и мои вопросы, какая-то необъяснимая забывчивость не только о моих желаниях, но и обо мне как женщине в целом. Наши разговоры о моих мечтах, о том, что я люблю, чего я хочу в жизни и от отношений в целом, не увенчались успехом. Все это напрочь забылось. А ведь с первых дней я была очень открыта для этих отношений! Я понимала, чтобы человек действовал или не действовал так, как хочу я, нужно ему это заявить. Для того подаётся информация, чтобы человек ее принял к сведению и мог ею руководствоваться в дальней-

шем. Но с Петром это перестало в один момент работать. Я это называю незрелостью. Но на самом деле это мои знаки от Высших сил, которые просто уже кричали мне: «Не лезь, не бейся, не проси!!! Это не твой корабль. Вам не по пути!!!»

ПОМНИТЕ «ЧТОБЫ Я НИ В ЧЕМ НЕ НУЖДАЛАСЬ»?

Эти слова, как путеводитель, шли через наши отношения. Я же верила. И в итоге поняла, что это мой очередной кармический урок. Но он останется для меня самым лучшим. Потому что я испытала Настоящую любовь, я познала свою Родственную душу. Я знаю, как они общаются между собой, на каких энергиях и волнах. Я познала состояние, когда двое соприкасаются на уровне Душ, а не личностей. В этом состоянии все перестает иметь значение, уходят вопросы, рассуждения, сомнения. Я познала ощущения, как за тысячи километров друг от друга слышно дыхание любимого человека на своем ушке, как его голос нашёптывает самые прекрасные слова.

Иногда, когда горит один корабль, значит, нас ждёт уже другой. Кто-то ставит нас на правильный курс, и просто необходимо выбрать цель. Проще говоря, поменять ракурс своего внимания.

И вот такие ситуации и знаки будут посылаться для того, чтобы проверить, насколько мы продвинулись вперёд. И если мы стали на правильный курс, Высшие силы начнут посылать подарки, которые заслужили. И «волшебный пендель» окажется пинком к своему Истинному счастью. Ведь важна

цель в этой жизни некая более глобальная, осмысление, чего хочется от жизни в целом. И всякие потрясения – они для того, чтобы избавить нас от всего, что нам в жизни больше не пригодится или что тормозит наше развитие. Очень много бывает случаев, когда в паре один партнер развивается, а другой нет. Если долго наблюдать за такими отношениями, приходит осознание, что люди встретились не для гармоничного развития, а для отдачи каких-либо долгов. У кого-то это может быть возврат своей энергии, времени, любви, терпения, денег, одним словом, своих ресурсов. А ведь больше всего хочется гармоничного и прекрасного развития, обогащения в паре на всех уровнях.

Благодаря своим потрясениям я осознала и сформировала образ мужчины, который дает ощущение дома, семьи, внутренней гармонии и баланса, состояния защищённости и надёжности партнёра, равноценных и полноценных отношений. Потому что все это направлено на мое внутреннее солнышко, это то, что делает меня действительно счастливой. Но осозналось ещё одно очень важное понимание... что же мне придает силы. А это дом, любимый человек, душевное тепло, это камин с огнем, это атмосфера дружелюбия, любви, сердечности, доброты, нежности, взаимопонимания, где просто молча вместе с любимым человеком... вот где я черпаю свои силы. И понимание пришло именно тогда, когда этого больше всего не хватало. Вернее, даже было дефицитом.

Заключение

*То, что вы можете воспринимать
спокойно, больше не управляет вами.
Конфуций*

В основе шаткого фундамента всегда находится неправильно принятое решение кем-то в прошлом.

Начинаешь понимать, что решение принято неправильно и ты вышел на кривую дорожку, сошел со своего пути, задуманного еще задолго до рождения. И тогда фундаментальные изменения идут по корректировке пути. Когда цепляешься не за те возможности и встречаешься не с теми людьми, идут сплошные неудачи. Создаются ситуации всего лишь для того, чтобы поправить «дерево своей жизни», свою родовую карму. Все, что построено на неправильном фундаменте, будет разрушаться. Все, что не ваше, все это у вас заберут, потому что есть определенное предназначение, которое вы должны выполнять, то, что вам предписано.

При развилке, когда человек выбирает неверный путь, Высшие силы толкают на исправление ситуации, дают и дают возможности исправления ошибок. Но любую перемену люди не очень хорошо воспринимают, что приводит их в некий стресс. Потому что у каждого из нас на протяжении жизни что-то будет меняться, и не всегда это в положительную сто-

рону. С помощью полученной мною информации я могу с уверенностью сказать, что если человек движется по намеренному его Душой пути, то изменения будут только в лучшую сторону. У него будет все получаться как будто само собой, будут приходить в нужный момент и нужное время люди, обстоятельства и ресурсы. Нужно просто уметь обращать внимание на знаки.

Очень часто человек отвлекает свое внимание на мелкие детали или вещи, каждодневные рутинные дела, но это способ избегания настоящей проблемы, того, что не устраивает в жизни, или того, что не так. Здесь человек уже однозначно сам чувствует интуитивно, что что-то не так. Но вместо того, чтобы сесть и подумать, сфокусироваться на проблеме и ее решении, человек уводит неосознанно свое внимание в другие дела. И здесь даже речь не о том, что человек ленится или откладывает в долгий ящик. Это человек, который не хочет об этом думать, для него это сложно, может быть, болезненно. Вот здесь его-то и «заставят», поднимут все со дна и заставят от этого избавиться. И у каждого из нас это все разное: у кого-то это деятельность, у кого-то вещи, а у кого-то это могут быть партнеры. Многие из нас находятся в отношениях «ни рыба ни мясо». Никто не хочет уходить, никто не хочет быть плохим. И вот тогда создаются такие условия, чтобы порвать с такими отношениями. Если мы не можем это сделать, то вдруг партнёр найдет кого-то и сам уйдет. Нужно уметь быть честными не только друг с другом,

но и с самим собой. Находясь в отношениях как бы на время, когда мы сидим и жаждем вечной любви, мы забираем драгоценное время своего партнёра.

Ведь каждодневная мойка и уборка квартиры – это не главные задачи нашей жизни. Мне кажется, главное – это убраться и навести порядок у себя в Душе и жизни. Просто подумайте об этом. Взять один раз и задуматься, что происходит. И на своем опыте скажу, что это начнет менять жизнь. Ведь где внимание – там энергия и рост. Если что-то не меняется, значит, нужно поменять свои стратегии и свои мысли. Чтобы двигаться к чему-то новому, нужно перестать врать самому себе в первую очередь. Признать все как есть. Если ситуация тянется и мы в ней несчастны, то это наша ответственность.

Обратитесь к своей Душе и спросите себя: «Во что я верю? Что для меня свято? Что для меня важно? На что я равняюсь в жизни?» И вот тогда принимайтесь за дело по изменению своей жизни. Начинайте двигаться, а энергии вам на это будет дано. Главное – инициатива. Ведь пассивность ведёт к поражению и краху. Если что-то нужно заканчивать, то нужно заканчивать. И для этого нужно знать свою силу. Нужно знать силу своего Духа. А это то, что у нас никогда и никому не отнять. Но для этого свой Дух нужно уметь тренировать, равно как и свое тело, которое после нагрузок только укрепляется и становится выносливым.

Очень важным оказалось в моей истории Любви гово-

ритель то, что чувствую в моменте здесь и сейчас, и объяснять непонятное поведение. *«Говори... говори... говори... сейчас... только сейчас... именно сейчас. Потому что иногда бывает поздно... иногда это уже кому-то не нужно».*

Я уверена, что эта книга найдет своего читателя. Это значит, что она попадет к тем людям, которые уже готовы к переменам в своей жизни. Но, как и мне когда-то, им не хватает знаний или примеров. Вот именно поэтому, пройдя свой путь, впитав огромное количество информации, складывались обстоятельства, подталкивающие поделиться своими знаниями, да и своими неправильными решениями тоже. Я даже не сомневаюсь, что каждый ее поймет. Все мы разные эмоционально, и как раз таки эту книгу нужно не читать, а чувствовать.

Первоначально задумка книги была, конечно же, про Любовь в лучшем ее, по моему мнению, проявлении. Когда между собой общаются две Родственные души. Но когда открывается поток, текст пишется сам собой. Я смею верить, что, значит, это кому-то нужно. Ищущий знания – всегда найдет свой источник знаний. Ищущий ответ на вопрос – всегда найдет этот ответ. Просящий о помощи – всегда получит эту помощь.

Тем не менее чувство облегчения и спокойствия при мыслях о Петре пока что не наступило. Более того, я все ещё не знаю, как закончить книгу. То, что происходило неделю и

тем более месяц назад, сегодня уже не имеет значения. Сегодня уже опять светло, радостно, гармонично и спокойно. Я вчера вышла на работу, и внутри наступило успокоение о финансовых возможностях. После внутренней пертурбации, когда я осознала, что женщина должна любить в первую очередь себя, она не должна растворяться в мужчине, и в конце концов, поняла, для чего было дано мне мое отшельничество (но это уже другая история), конечно же, опять появился Петр.

И очень удивительные вещи происходят: меня засыпали цветами, вниманием, ситуациями, которые для меня были ранее очень важны и я их ждала бесконечно. И вот когда я отказалась от них, т.е. перестала бороться и сражаться с невидимыми силами, то ситуации начали плыть в мою жизнь сами. Петр стал очень внимательным, очень заботливым, он перестал бросать слова на ветер. Он стал помнить о моих потребностях, о моих важных делах, в которых мне требуется его помощь. И честно говоря, я пришла к выводу, что нашу любовь ничем не убить, не затоптать и не прогнать. Я, конечно, очень рада, только сейчас для меня на первом месте важнее немножко другие вещи. В моей голове проносятся очень много всяких творческих идей, и я, конечно же, их хочу воплотить больше всего.

А Любовь к Петру никуда не исчезла. Она просто трансформировалась в уже очень осознанную Настоящую любовь, которая проверена различными обстоятельствами и време-

нем. Она только становится крепче и осознаннее, и самое главное, без боли.

Я верю в то, что придет время и Ангелы протрубят о воссоединении двух духовно осознанных Душ, но только уже Родных Душ, которые даны друг другу для процветания, изобилия, создания настоящей крепкой семьи, развития на их общее благо, счастье и Любовь. И когда придет время воссоединения, вокруг просто все озарится, между ними двумя зажжётся огромный источник энергии, они полностью прозреют от той энергии, которая между ними. Это полная ясность сознания, это их совместный Путь.

Ну а пока мой лучший кармический урок на данный момент ещё не пройден...

На этом месте должна была закончиться эта книга в моей первоначальной ее задумке. Потом бы я написала новую как продолжение того, что две Родные Души наконец-то воссоединились. Но... *ПОМНИТЕ? НИКТО И НИЧЕГО В НАШУ ЖИЗНЬ ПРОСТО ТАК НЕ ПРИХОДИТ!!!*

Около семи месяцев я не притрагивалась к написанию книги вообще. Я снова ездила в санаторий в Туапсе, брала с собой ноутбук, чтобы там продолжить ее писать. Но мысли в голову не приходили. Более того, в ноутбуке все зависало, файл постоянно закрывался, и я понимала, что что-то мне не дает продолжить писать.

И это были мои мысли, мои выводы, мои уроки, кото-

рые я все так же не могла осознать. В это время на протяжении семи месяцев я все так же искала ответы на свои вопросы, смотрела вебинары, семинары, читала книги, и самое главное, пошла к психологу. У меня для него был один вопрос: «Как я умудряюсь находить подобных партнеров?» Потому что этот вопрос не давал мне покоя уже давно. На фоне Петра я уже точно увидела свою программу: созависимость, отсутствие защищенности, опоры и поддержки со стороны партнера. Как бы я ни искала себе мужчину, с которым я почувствовала бы на 100% состояние Есности, когда я понимаю, что он меня никогда в жизни не оставит, не предаст, потому что я иду с ним рука за руку, такие партнеры мне не давались. Все это вызывало во мне такое чувство одиночества, ныряя в которое, я опять впадала в депрессию. Меня накрывало с такой силой со временем, что я подолгу не могла вынырнуть обратно. Энергия с бешеной скоростью тратилась на мыслительные процессы в моей голове. Как вы можете представить, они были не позитивные.

Однажды с психологом мы обнаружили маленькую девочку, о которой все забыли, тем более я. Эта маленькая девочка жила где-то внутри меня сама по себе. Она стучалась, рвалась наружу, просилась, чтобы на нее обратили внимание, чтобы ее похвалили, поласкали, просто погладили и обнежили, дали ей защиту и тепло.

И именно это я искала в своих партнерах. Этих чувств у меня не было вообще в детстве, в самом очень раннем, когда

маме с папой нужно было уходить на работу или ругаться, драться, выяснять отношения, оставлять меня в младенчестве в больницах надолго, потому что я очень болела. И это все отпечталось во мне. Это глубокие детские травмы, которые мы будем пытаться залечивать определенное количество лет, с момента их обнаружения. Мы будем ощущать различные негативные чувства и эмоции, если кто-то будет нажимать на болевые точки. И ощущать чувства эйфории, счастья и блаженства, если эта самая детская потребность будет удовлетворена.

Но... это при условии, если знаешь откуда корни всего происходящего. Когда это обнаружить и открыто заявлять о том, что нам приносит боль, страх, обиду, как правило, это уйдет и перестанет терзать наше сердце и Душу.

На пути за эти семь месяцев мне повстречалась книга Дмитрия Троицкого «Пока-Я-не-Я». Смысл этой книги – открыто заявлять о своих чувствах и эмоциях людям, которым они адресованы. Если делать это открыто, то сразу выйдут негативные эмоции, потом попросить искренне прощения, то и слова благодарности пойдут сами собой. Без боязни обидеть другого человека. Дело в том, что мы не можем отвечать за чувства и эмоции другого человека. Каждый отреагирует на определенные слова по-своему... отклик произойдет на что-то личное внутреннее.

После ее прочтения я поняла, что творится в моей голове. Там были бесконечные разговоры, а вернее обиды, пре-

тензии и другое в адрес своих партнеров. И с годами уже не вмещалось это все в моей голове, а вернее сказать, лежало тяжким грузом внутри. На это тратилось колоссальное количество энергии. Вот почему мне ее в последние годы не хватало. Я все задавалась вопросом: «Куда уходит моя энергия? Почему мне всегда плохо?» Да просто потому, что невысказанные негативные эмоции давно кричали обратить внимание на них. Я сама у себя забирала свою же жизненную энергию.

Я научилась называть чувства своими именами: боль, обида, ненависть, страх, уныние и другое. И когда я начала давать им названия, проговаривая их вслух, то я заметила, как внутри освобождалось место. От той или иной ситуации не остается и следа. Т.е. сказал мне Петр что-то, а я ему в ответ: «Мне сейчас больно! Или ты меня бесишь». И все... внутри тихо, спокойно, и нет того бесконечного внутреннего монолога в моей голове. Это было для меня открытием. Я осознала, что я не умела выражать свои негативные мысли вслух. Я не умела давать им названия и определения. Меня никто этому не учил. Сама я когда-то научилась выражать позитивные эмоции, прекрасные слова, которыми восхищалась, когда говорили другие, научилась говорить комплименты женщинам. Честно выражая в открытую свои прекрасные мысли. А вот с негативными оказалась проблемка. Но я даже не подозревала, что это настолько проблемка.

И вот изучив название всех чувств, и положительных, и

негативных, я сформулировала то, что чувствовала к Петру в последнее время. Один раз я спросила его, хочет ли он узнать, что я чувствовала к нему в начале отношений и что сейчас. И вот что получилось:

в начале отношений: счастье, восторг, оживление, умиротворение, интерес, забота, ожидание, возбуждение, предвкушение, надежда, вера, нежность, теплота, сочувствие, блаженство, доверие, благодарность, спокойствие, восхищение, уважение, очарованность, искренность, доброта, взаимовыручка и Любовь;

в конце же: ненависть, злость, раздражение, обида, досада, возмущение, отчаяние, унижение, сомнение, горечь, скорбь, лень, отчаяние, беспомощность, душевную боль, безнадежность, разочарование, сожаление, печаль и отсутствие Любви.

Особое место в этом списке занимает душевная боль. Столько я ее не испытывала, по моему мнению, никогда. Вся моя Любовь к Петру пронизана была тонкой нитью этой самой душевной боли. Когда меня она разъедала изнутри, а я не знала, как с ней справиться и чем ее заглушить. Я даже не могу дать ей описание. Она просто жила где-то в районе груди.

Благодаря психологу мы обнаружили ее происхождение. Петр для меня был самым близким и родным человеком. В моменты, когда он уезжал от меня, эта самая душевная боль пыталась вырваться наружу. Она разъедала меня изнутри.

Когда за ним закрывалась дверь, я начинала сходиться с ума. Я не знала, когда снова его увижу, моего самого родного и близкого человека, для которого моя Душа была нараспашку. И вот этому всему корни моего детства. Когда я лежала маленькая, полуторагодовалая девочка в больнице... одна... без самого родного и близкого мне человека... *МАМЫ*. Когда мама уезжала от меня из больницы, закрывая за собой в палату дверь, вот эта самая душевная боль и пронизывала Душу маленькой незащищенной девочки. Мир ее закрывался вместе с этой дверью... и следом закрывалась Душа этого маленького человечка.

Травма покинутости... Очень резко она активизировалась после встречи с Петром. Я не помню таких страданий и переживаний в отношениях за всю свою осознанную жизнь, которые приносили бы невыносимую душевную боль от мысли, что меня бросили, от мысли, что я не знаю, когда увижу снова близкого и дорогого мне человека.

Психология объясняет, что если ребенка отдают на воспитание бабушке, не объяснив причин, чувство ненужности и брошенности будет преследовать его долгие годы. Часто бывает, что ребенок живет с родителями, но они невнимательны к нему. Работая с психологом и погрузившись чуть ли ни во внутриутробное состояние, я так и не вспомнила ни разу из детства лицо своей мамы. Я помню ее только стоящей спиной у плиты. По немногочисленным рассказам мой мамы, я была очень спокойным и нетребовательным ребен-

ком с самого рождения. Я почти не требовала внимания даже в случае необходимой гигиены. Я молча возилась в кровати и любила колупать печь. Скорее всего, меня не гладили и не целовали. Ну «воськается» ребенок спокойно в кровати, пусть и «воськается». А ведь давно доказано, что ребенок, лишенный ласк в детстве или испытывающий дефицит тактильных ощущений со стороны родителей, имеет серьезные проблемы в сближении с людьми и выражении чувств во взрослом возрасте.

А вот глаза моей бабули я помню всегда. Ее лицо. Ее образ всегда со мной. А почему? Я долго задумывалась и нашла ответ. Советская система в 1980 году – год моего рождения – позволяла женщине находиться на больничном листе по беременности и родам всего лишь восемь недель после родов. После этого женщина либо должна была выходить на работу, либо бесплатно сидеть дома до достижения ребенком одного годика. Моя мама вышла на работу. И со мной находилась бабушка Наташа. Вот откуда такая глубокая эмоциональная связь с ней. И глубокое чувство утраты после ее смерти.

В своей книге психолог Бурбо Лиз «Пять травм, которые мешают быть самим собой» типичными заболеваниями такой травмы являются боли в спине, астма, бронхиты, диабет и депрессия. Почему возникает депрессия? Потому что человек не осознает, что с ним происходит и откуда у него столько страхов. При этом человек может построить прекрасные дружественные и рабочие отношения, но в парт-

нерских семейных отношениях всегда возникают трудности. Один из вариантов сценария отношений, когда травмированный человек в отношениях с партнером старается занять все его пространство, все время быть рядом. Для партнера с травмой покинутости – это способ удовлетворить потребность в безопасности. Вот как раз таки именно совместное времяпрепровождение с Петром удовлетворяло мою потребность в этой самой безопасности. Рядом с ним я ощущала всегда себя спокойно, гармонично и в безопасности. А когда он меня начал «бросать» и уезжать на неопределенное время... я сходила с ума от душевной боли.

Эту самую душевную боль можно было только закрыть злостью и агрессией.

Вот поэтому всю жизнь на мне была броня и меч в руках. Так было легче, так никто не мог ранить меня в Душу, так я никого не подпускала близко к себе. Так я неосознанно нашла средства защиты от душевной боли... это были злость, агрессия, ненависть. Лучшие мои защитники.

«Травма покинутости закладывается в раннем возрасте и часто не осознается.

Трудно увидеть самостоятельно, что с вами происходит, связать это с ранним детством. Часто травмирующие детские ситуации вытеснены из памяти и человек думает, что все вроде было хорошо. Это хорошее он и помнит. В такой ситуации он может перекладывать ответственность за страхи на других. Но травму покинутости можно вылечить. Справить-

ся с ней без специалиста будет непросто, но можно начать делать первые самостоятельные шаги, постепенно учиться принимать и ценить себя.

Если родители недодали нам тепла и ласки, мы можем попасть в эмоциональную зависимость от своего партнера».

Только благодаря этому осознанию я поняла, для чего мне был дан Петр. Он ни в чем не виноват. Он просто помог мне разобраться самой в себе. Благодаря такому великому чувству, как Любовь, я задавала себе вопрос: «Почему если человек говорит, что меня любит, как он одновременно может приносить столько страданий? Почему в нем нет сострадания ко мне? Почему, зная о моих потребностях, он так и не смог их мне дать?»

НО НИКТО И НИЧТО НЕ ПРИХОДИТ В НАШУ ЖИЗНЬ ПРОСТО ТАК!!!

А все просто – для того чтобы я сдвинулась с места, освободила себя от ненужного и обнаружила врага внутри себя.

Я не хочу и не могу сказать, что если вы находитесь в отношениях с несвободным партнером, то стоит его тут же бросать. Вовсе нет. Миллионы людей находятся в таких отношениях. Если вас это устраивает, то пусть это будет только во благо. Но если вы понимаете, что какая-то сила не дает вам быть вместе, что это приносит только душевную боль, терзания и мучения, то стоит задуматься, куда вас толкают. Может, Высшие силы учат делать выбор, может, они учат вас обратить внимание на себя, обнаружить, что вы пытаетесь

запрятать внутрь или отодвинуть на задний план свои потребности. Они нас бьют и бьют в одно и то же место, а мы отказываемся понимать. Если не понять это с одним партнером, то на место его придет новый... такой же... по одному сценарию... и вы все равно пройдете то, что вам полагается, только больнее.

Разорвала я эти отношения одним махом и одним днем... спустя 2 года и 8 месяцев от начала знакомства. И уже *НАВСЕГДА*.

Произошло интересное событие. В поисках ответа на вопросы «где моя энергия? куда она утекает?» я попала к одному целителю. Отвез меня к нему Петр. Я на этом настояла. По дороге мы поругались очень сильно. Я обозвала его самыми не лучшими словами. Пока целитель «шаманил» надо мной, Петр ждал в машине.

По дороге назад домой Петр со мной не разговаривал. Я спокойно в тот день вышла из машины... и больше никогда в нее не села.

Спустя месяц после целителя Петр позвонил как-то ночью и попросил приехать. Я категорично с суровой интонацией ответила: «Нет». Когда снова через месяц он объявился, то во мне вспыхнула такая агрессия, что я думала «убью» его по телефону словами. Я обзывала его, унижала его как личность. Но он не сдавался... через месяц снова объявился по

телефону, а агрессия моя только усиливалась. Я его звонки расценивала, как посягательства на мою личную спокойную жизнь. При чем, я специально не блокировала его номер. Я проверяла свою стойкость и характер.

И я победила. Петр исчез.

Тем не менее, чувство облегчения и спокойствия при мыслях о Петре наступило только через год после болезненного разрыва. Мне удалось с болью, с хрустом, по живому вырвать его из своего сердца. Какой же он сложнейший, самый болезненный, самый трудный урок в моей жизни... испытание Любовью.

Почему моя Душа подписалась под таким контрактом? Она же сама и страдала очень сильно от этого...

Но мой лучший кармический урок пройден.

Благодарю. Все осознала. Опыт получила. Повторений не требуется.

И пусть этого мужчину я больше не пушу к себе на порог, я все же испытываю к нему огромную благодарность и любовь в Душе за самый лучший кармический урок, который называется «во что бы то ни стало, перенеся такие страдания, унижения, боль – сохранить любовь в Душе не только к нему, но и ко всему целому».

Я все так же захожу в церковь, зажигаю свечу и прошу: «Господи, дай ему осознания». Ведь любить – это не страш-

но, ради любви наши Души приходят на эту планету. Я желаю ему счастья, я желаю, чтобы его любили и любил Он сам.

«Мы ищем врага вовне, а враг глубоко внутри».

Текст из песни «Взлетай» Бурито

Письмо себе...

*Никогда ни о чем не жалейте вдогонку,
Если то, что случилось, нельзя изменить.
Как записку из прошлого, грусть свою скомкав,
С этим прошлым порвите непрочную нить.*

*Никогда не жалейте о том, что случилось.
Иль о том, что случиться не может уже.
Лишь бы озеро вашей души не мутилось
И надежды, как птицы, парили в душе...
А.Дементьев*

На момент окончания книги мне 40 лет...

За последние два года очень часто мне на моем пути попадались слова «иллюзии» и «реальность». Если с пониманием слова «реальность» было проще, то очень долго я думала над смыслом понятия «иллюзии». Иллюзии... иллюзии!!! И все никак до меня не доходило. Когда встречались слова «не живите в иллюзиях», я действительно не могла понять, о чем это. И вот задающий вопросы всегда найдет свои ответы.

Иллюзия – какое красивое для меня слово, которое затуманивает разум, которое помогает строить воздушные замки из своих же собственных мыслей, из своих собственных желаний и идеалов, которые к реальности не имеют никако-

го отношения. Это, если хотите, пресловутые розовые очки. Все это помещается в отдельно взятый мыльный пузырь и отправляется в будущее. В реальности же дела обстоят намного хуже. Как сказал великий О. Бисмарк: «Бойся строить воздушные замки. Потому что легко их строить – тяжело разрушать». А жить-то дальше надо. Наконец-то однажды поняв, что же значит жить в иллюзии, я бы это описала так: как будто живешь не в этом мире, а в ином, лично придуманном, по своим законам, правилам и принципам. *НО К РЕАЛЬНОЙ ЖИЗНИ ВСЕ ЭТО НЕ ИМЕЕТ НИКАКОГО ОТНОШЕНИЯ!!!*

Вот и мои отношения с описанными партнерами, а в особенности с Петром, были иллюзиями. Это когда в розовых очках я верила в то, что меня действительно любят, а в реальности я существовала без денег неделями, кушала только морковку (потому что больше нечего), а любимый партнер даже не звонил и не спрашивал: «Как ты? Есть у тебя покушать? Чем тебе помочь?»

Иллюзия – это когда веришь в то, что тебя любят, а в реальности на три прошедших дня рождения не получила ни одного подарка, кроме цветов, а на 8 Марта и цветов не было. Иллюзия – это когда не то что веришь, а уверена, что тебя любят, а в реальности, чтобы выжить, залазишь в финансовые долги и кредиты. Реальность же – это когда после окончания иллюзорных отношений около года работаешь на то, чтобы залатать финансовые дыры. Вот чем отличается ил-

люзия от реальности. И вот эти самые иллюзии очень-очень больно рушатся. Мне кажется, из-за этой самой боли люди и живут годами в иллюзиях. Они просто не хотят замечать всего происходящего. Они боятся окунуться в эту самую большую боль и взять ответственность за свою жизнь в свои руки.

Все это в психологии называется созависимыми отношениями. И в этих отношениях я искусно играла роль жертвы. Только выползла она из меня не сразу. Когда меня напоили Любовью, а потом исчезли, вот тогда и вышла на арену жертва. Кто-то зависим от алкоголя, наркотиков, работы, а я оказалась зависима от Любви, от ее проявления ко мне, от ласковых, нежных и добрых слов. Когда-то первое сообщение Петра «доброе утро, солнышко мое» открыло во мне этот самый канал Любви. Его слова «зайка моя», «буся моя», «красотуля моя» делали меня мягкой, доброй, нежной и отзывчивой. Но однажды произнесенные Петром два слова... всего лишь два... «девочка моя»... пробудили во мне состояние такого блаженства, которое я, возможно, не испытывала всю жизнь. Я попросила снова повторить эти два слова. Боже мой, какое это умиротворение, успокоение и счастье одновременно. Я просила и просила снова говорить мне этих два заветных слова. Как будто я их ждала всю жизнь, только сама не знала, что это за слова. И все никак не могла напиться ими. Будучи маленькой девочкой, я никогда не слышала таких слов от своих родителей. А потребность была велика. Как я теперь понимаю, что нужно детей своих всегда

называть ласково и нежно.

В свою очередь лично от себя я хочу сказать, что если зависимые отношения в самом разгаре, то что-либо объяснить жертве нереально. Ею придуман настолько идеальный иллюзорный мир, который не дано никому разрушить. Ну а чьи-либо попытки вторжения в этот самый мир приведут к «удалению» из жизни тех самых советчиков.

На самом деле я уверена в том, что вывести из зависимых отношений жертву может только психолог. И конечно же, желание самой жертвы. Многие люди годами живут в «неадекватных отношениях» и даже не догадываются, что с ними происходит. Все это считается нормой. А просто потому, что они не знают иной жизни. Это все модели родительского поведения, которые мы копируем неосознанно. Вот и моя та самая непонятная тяжесть, которая меня сопровождала с детства, и есть копирование модели поведения моей мамы в зависимых отношениях с папой-алкоголиком. Много я об этом писать не буду. Одно только понятие «папа-алкоголик» говорит уже о том, каким образом я привлекла в свою жизнь партнера-алкоголика. Опять ... все для проработки и прохождения урока "Откажется".

Все это года два назад начало будоражить мое сознание. Я честно не понимала, как я умудряюсь притягивать подобных однотипных партнеров, с которыми я испытываю одни и те же деструктивные чувства и эмоции. Да-да... партнеры разные, а чувства и эмоции вызывают, как под копирку.

И работа с психологом дала свои результаты. Это состояние **ЖЕРТВЫ!!!**

Это состояние сидит глубоко в подсознании и подает свои невидимые сигнальные огни, которые и притягивают соответствующих партнеров. Если хотите, это состояние записано в нашем поле и притягивает подобное к подобному. Вот откуда это знаменитое выражение. А это и есть один из Законов Вселенной. Если мы неосознанно внутри жертва, то и в отношениях мы притянем себе партнера, который будет помогать играть нам эту великую роль.

Выбраться из всего этого помогли мне мой Дух и Вера в то, что я достойна лучшей жизни. Эта Вера как путеводитель помогала мне искать пути выхода из депрессий, энергетических упадков, безденежья и деструктивных отношений. А мой Дух в один прекрасный момент показал мне мой дальнейший путь – гармонии, самореализации, самодостаточности и благополучия.

Я увидела более интересные перспективы впереди. Моё счастье впереди. Моя Любовь впереди, только уже та, в которой мною будут дорожить, ценить и уважать мои чувства, эмоции, желания и личные границы. Потому что все это я начала понимать, осознавать, и самое главное, практиковать на себе.

На все это мне понадобилось почти восемь лет, а может, даже и 40.

Если я не была «готова» к полноценным отношениям

и играла роль жертвы, то притягивались соответствующие партнеры, чтобы это мне показать. Долго я не могла понять, как это – играть роль жертвы и притягивать подобное. Долго изучала эту тему, и вот что пришло ко мне. В нашем подсознании и энергетических полях записаны все наши программы, которые мы должны проработать. На соответствующую программу приходит соответствующий партнер. Просто наши энергетические поля находят друг друга, и происходит притяжение. Вот и разгадка, почему то маменькин сынок, то алкоголик, то женатый. Все записано. А вот чтобы разорвать этот круг, нужно осознать, что с тем или иным партнером проигрывается. И начать работать над собой. Это трудный и Нелегкий путь, но если действительно захотеть изменить свою жизнь в лучшую сторону, то оно того стоит. Самый титанический труд в этом мире – это труд над самим собой. Сейчас у меня прям азарт на работу над собой. Все мои полученные знания начали распаковываться в голове и выстраивать логическую цепочку... как?.. когда?.. почему?.. для чего?.. итог!!!

Пока не изменится мышление, не изменится в жизни ничего. А мышление очень трудно изменить. На моей практике я поняла, как это делать: необходимо первоначально осознать, что происходит, откуда эти убеждения появились. Если круговорот негативных мыслей не дает спокойствия, то необходимо научиться выгружать эти мысли. Я это делала на бумагу... очень много писала... выписывала... затем сжи-

гала. До похода к психологу я исписала тонны бумаг... это была первая помощь себе. Год назад я научилась рисовать. Первоначально по технике нейрографики, для сброса негативных эмоций, которых накопила к тому времени достаточно. А затем при работе с психологом я поняла, что методом прорисовки подсознание мое выдает необходимые ответы на ту или иную ситуацию. А ответы приходят в форме чувствования и визуализации какой-то картинки из прошлого. И вот после того, когда в голове наступят спокойствие и порядок, начнут приходить правильные мысли, появится энергетический подъем. Если хотите, придет та энергия, которая необходима для самореализации.

Хорошим способом является метод «письма». Выписываешь на бумагу все, что тревожит внутри, все, что наболело. Можно, глядя на огонь, говорить ему о своих проблемах. Именно говорить, т.е. выговаривать из себя свои мысли и эмоции. Огонь имеет свойство сжигать негатив.

Для меня «убийственным» оказалось запихивание своих обид, переживаний, боли внутрь себя. Но делала я это неосознанно. Просто мне всю жизнь казалось, что мои эти эмоции никому не нужны. Никому нет дела, о чем я переживаю, чего я боюсь. А все потому, что с раннего детства моим родителям было некогда интересоваться, вот и навыка во мне выговаривать свои переживания не появилось. Я должна была быть только хорошей девочкой, а вот быть плохой мне запрещали. Меня наказывали больно за неповиновение. Вернее, на-

казывала меня только мама, папа же, по моему мнению, меня любил.

Я заметила очень тесную связь.

Находясь в деструктивных отношениях: когда я пыталась заслужить любовь, одобрение, уважение, тратила свою энергию на неподходящих мужчин, то и в самореализации у меня ничего не получалось. На это просто не хватало энергии. Мало того, что выход из депрессии занимал несколько месяцев, к тому же потребительское отношение ко мне со стороны моих партнеров забирало очень много энергии. Это я поняла только в отношениях с Петром, когда на протяжении последних полутора лет я начала замечать, что у меня не хватает энергии даже съездить на работу. Я приезжала домой и засыпала на ходу. Могла внезапно заснуть около семи часов вечера. А последние полгода это было как нашествие. Я начала задаваться вопросом: «Где моя энергия?» А энергия-то моя уходила на Петра. Он к тому времени превратился в жертву. И я слушала его, слушала, потом мы с ним ругались, не общались по три недели, и вот за это время я понимала, что как раз без него я энергетически наполнялась, я начинала смеяться, радоваться, строить планы на свою личную жизнь. Но когда он снова появлялся, хватало два дня общения и секса, как он меня выпивал до дна. Затем мы снова ругались, и снова я наполнялась. Это продолжалось около полутора последних лет. Пока я не поняла, что рядом со мной энергетический вампир, который, как пиявка, присо-

сался и пил из меня мои соки. Однажды я услышала такую фразу: «Пока не дожрет, не отстанет». Мне стало все ясно как божий день: цель его общения была только моя энергия. Тратиться или расходовать на меня свою энергию ему было нерационально. Потому что ответственности он за меня не брал. Решая свои житейские и семейные проблемы, необходимо было где-то наполняться.

Кто такой энергетический вампир – это человек, общение с которым утомляет, портит настроение и отнимает всю энергию. Это потому что этот человек «подзаряжается» энергией других, и чем более уязвима жертва, тем сильнее энергия вампира может опустошить ее. Им может быть любой человек и даже не догадываться об этом. Энергетическими вампирами становятся люди, у которых длительное время низкий уровень вибраций, и им жизненно необходимо напитаться чужой энергией. Дэвид Хокинс – известный по всему миру психиатр, исследователь сознания и подсознания, духовный наставник, используя научные данные и кинезиологии, составил карту. На ней показано, каким образом вибрации влияют на человека. Какие эмоции испытывает человек, находясь на том или ином уровне развития.

На этой карте очень четко показано, как, находясь в определенных энергиях, человек воспринимает жизнь. Именно эта карта помогла мне осознать, почему мы становимся энергетическими вампира-

Энергия	Энергетический Уровень	Оценка
У В Е Л И Ч Е Н И Е	Просветление	700-1 000
	Гармония	600
	Радость	540
	Любовь	500
	Разум	400
	Принятие	350
	Готовность	310
	Нейтралитет	250
	Смелость	200
	У М Е Н Ь	Гордыня
Гнев		150
Желание (Вожделение)		125
Страх		100

Да-да... именно становимся. Неосознанно. Долго пребывая в отрицательных эмоциях, а это не только злость, как я ранее думала, это еще и страх, вина, обиды, жалость к себе, энергетический уровень очень сильно падает, и человеку, чтобы даже не только функционировать, но и иногда жить, необходима подпитка.

А что такое энергия? Это способность действовать. А что такое жизненная энергия – это такая внутренняя наполненность человека, дающая ощущение жизни, способствующая движению к мечтам, желаниям и целям. Человек, наполненный жизненной энергией, активен, бодр и всегда в центре внимания. Существуют особые правила и практики для поддержания жизненной энергии. Ведь есть люди от природы с недостаточной жизненной энергией. Ранее я думала, что отношусь к данной категории. Но это далеко не так. Лучшим источником для меня жизненной энергии оказалось движение к цели. Нет цели – нет энергии. Все очень просто.

Частоты эмоций
человека



Положительные
эмоции

Отрицательные
эмоции

Так вот, после деструктивных событий, приведших к потере здоровья, финансов, изобилия, целей и многого другого в жизни, необходимо восстановление энергетического уровня. По карте Д. Хокинса видно, что для увеличения энергии первым делом должны проявиться оптимизм и смелость, радость и любовь, счастье и гармония. Это все мы в повседневной жизни называем положительными эмоциями. Вот почему так жизненно необходимы эти самые эмоции. Потому что незаметно скатываешься вниз – к отрицательным. Само собой, на мой взгляд, это не функционирует.

И именно к психологу мы обращаемся за поднятием энер-

гетического уровня, прорабатывая как раз таки отрицательные эмоции: обиду, вину, боль, страхи и многое другое.

Негативные эмоции, «закупоренные» в нашем подсознании, забирают у нас очень много сил. Организм тратит колоссальный объём энергии на удержание этих эмоций внутри, даже о которых мы забыли, отмахнулись когда-то, не сказав то, что должны были сказать.

Все недосказанности никуда из нас не уходят сами по себе. Со временем они из сознания переходят в подсознание и благополучно там хранятся... закисают, тухнут и воняют, отравляя человеку жизнь. И все никак невозможно понять, почему какая-то тяжесть внутри. Вроде все хорошо, но тяжесть невероятная. Да-да... это наши недосказанности, непрожитые эмоции... незакрытые гештальты. И если захотеть изменить свой не только энергетический уровень, но и жизнь, придется все «это добро» доставать изнутри.

Петр запрещал мне проявлять свой гнев, даже мой повышенный тон он воспринимал с трудом, можно сказать, он от него убегал. А ведь, на сегодняшний взгляд, это была не моя проблема. Почему я гневалась до него, все никак не доходило. А ведь гнев женщины, если знать ее психологию, о многом может сказать и многое может изменить. Когда женщина находится в защите, безопасности, заботе, она не будет гневаться. Только вот когда в жизни ничего не меняется, гнев нарастает и нарастает, что приводит к взрыву и разрыву.

А я так не могу жить. В состоянии гнева. Для меня очень

важны баланс и гармония.

И уж если с партнером я постоянно в гневе, то это не мой партнер. Мой партнер меня услышит и поймет. Для этого партнеры должны быть открыты друг другу.

Только поработав с психологом и изучив тонны книг, я поняла одну очень важную для себя вещь: почему в том самом единственном нашем МАЕ открылся настоящий поток истинных чувств и действий от Петра и соответственно от меня. Потому что Петр РАСКРЫЛСЯ всей Душой ко мне навстречу. Он позволил себе снять все блоки, все блокады и раскрылся... вот и пошел истинный обмен энергиями, чувствами, словами, и самое главное для меня, заботой, защитой и безопасностью. А потом он снова закрылся. А я билась, билась в закрытую дверь.

Невозможно, запомните, достучаться до человека, если он закрыт. Пустая трата времени и сил. Только сам человек, если захочет и переступит через свои те самые блоки и страхи, способен сделать свою жизнь лучше и прекраснее. Больше никто.

Находясь в поисках себя, я стала многое понимать о Петре, особенно о его скрытых манипулятивных мотивах по отношению ко мне. По сути, в самом начале ему просто хотелось иметь сексуальную отдушину на стороне, не прилагая никаких усилий. Знаете, своего рода такой эгоизм – я приехал, а вы меня любите за это. Любите меня, наполняйте меня

просто за то, что я приехал. Вот откуда это какое-то «стойкое» нежелание интересоваться и помогать мне в бытовых и житейских делах. Он потребитель, а я донор. Долгое время он умело усыплял мою бдительность, но я оказалась все же человеком разумным и слышащим.

В книге Ксении Меншиковой «Сила рода – тайна женщины» я прочла еще одно очень интересное объяснение этому факту. Там написано: «Если в твоей жизни случалась когда-то связь с женатым мужчиной, то ты наверняка помнишь то чувство опустошенности, которое испытывала после того, как за твоим любовником закрывалась дверь. Энергия, которая была у тебя и которую ты должна была сохранить для деяния во имя своего рода и семьи, в момент любви с женатым мужчиной пошла по энергонасыщенному каналу, который есть между ним и его женой. Это и есть откачка сил. От тебя сила ушла, а в его семью пришла. Но ты оттянула энергетический поток не только от себя, но и от своей семьи, от детей, а значит, от своего рода. Поэтому связь с женатым мужчиной не только не даст тебе искомого потока сил, но и может оттянуть от тебя даже то, что есть. Возможно, именно за это ты или кто-то из твоих предков-женщин в свое время и получили наказание своего рода».

Именно это объяснение мне очень легло на Душу, тем более с момента прекращения отношений с Петром прошло уже шесть месяцев. Страсти прошли, эмоции успокоились. И вот именно отсутствие энергии рядом с этим мужчиной и

заставило меня задуматься, что я рядом с ним чувствую и что изменилось в моей жизни рядом с этим человеком.

А ничего не изменилось. Ничего положительного. Развития никакого не было. Все стояло на своих местах. Только я ухудшалась и физически, и энергетически. Вот до чего в итоге довела меня моя **ЖЕРТВА!!!** Я опять начала болеть «по-женски». А это первый признак для меня того, что рядом неподходящий мужчина. Когда человек болеет на эмоциональном уровне, то в скором времени он начинает болеть и на физическом. Это и есть чистая психосоматика, которой я увлеклась еще несколько лет назад, и теперь она мне также помогла разобраться. Вспомните мое состояние до встречи с Петром: «Я просто цвела от внутренней любви к этому миру. Я танцевала, порхала, улыбалась сама себе и людям. Я источала свой внутренний свет. И на этот свет летели соответствующие люди и обстоятельства. Я была женщиной, какой и должна быть женщина. Я умела себя наполнять и отдавать окружающим». А вышла я из этих отношений полностью опустошённая, разбитая и с финансовыми долгами.

Психосоматические расстройства всегда указывают на то, что не чувствуешь чего-то очень важного. Это сигнал: ты не должен продолжать жить так, почувствуй то, что причиняет тебе боль, чтобы ты мог это переработать. Чтобы ты смог погрузиться, чтобы ты мог простить – иначе ты не будешь свободным. Мигрень, язва желудка, астма и другие расстройства говорят мне: не продолжай так дальше. Есть что-

то очень важное, что ты должен сделать в первую очередь.

Переход грани, когда я стала пустой, истощенной, беззащитной, сложно было уловить. Просто незаметно как-то все случилось. Просто чтобы быть хорошей, удобной, в надежде получить любовь, иногда по глупости не замечаешь, как все получилось. Отдаешь все и всю себя на энтузиазме, на волне, легко. А потом резко падаешь вниз, и энергии больше нет. Ни для кого, в том числе на себя.

Самое драгоценное, что может быть у человека, – это его энергия и время. Это его главные ресурсы. Проанализировать отношения можно, только взглянув на то, сколько человек тратит на вас своей энергии и времени. Есть ли обратная связь в таких отношениях. Сколько вы, а сколько вам в ответ. И все станет ясно. Ведь во всем должен быть баланс. И как раз таки для этого понимания необходимо проработать свою жертву, повысить свою самооценку и свою ценность, прежде всего для самой себя. В одном из видео на просторах YouTube я услышала очень характерное, можно сказать, мотивирующее выражение: «Представьте, что вы песочные часы. Вас давно перевернули, и из вас уже сыпется песок». Представить сказанное очень легко, правда? И каков эффект!!! Песок-то когда-то закончится, а мы все продолжаем с кем-то бороться, объясняться, терпеть и ждать. Но как же быстротечна наша жизнь. Лично по себе могу сказать, что я мыслями жила то в прошлом, то в будущем. Момент «здесь и сейчас» сложно уловить, пока в голове бар-

дак, пока негативные эмоции и чувства переполняют, пока все еще продолжаешь разговаривать мысленно с воображаемым оппонентом. И вот так вот упускается момент «здесь и сейчас». Я прошла по улице и даже не заметила, что рядом рос красивый куст сирени, на билборде было написано: «Все будет хорошо», солнце волшебным образом согревало мой новый день, два голубя крутились около меня в надежде, что я их угощу чем-нибудь. Нет... я шла и разговаривала мысленно с воображаемым «любимым человеком». В такие моменты ему можно было сказать все. И именно в такие дни я упускала энергетический потенциал этого момента, этого дня. Но иногда стоит пройти все это, чтобы начать замечать и ценить красоту восходящего солнца и заката, распустившегося цветка, посаженного лично мною, пение птиц и сверчков, желтых полей рапса, облаков и звезд на небе. Господи, как прекрасна наша планета, как прекрасен момент «здесь и сейчас». По моим ощущениям, именно проживая в этом моменте, жизнь как-то замедляется, она становится ресурснее и наполненнее, приходит понимание, что объем и качество выполняемой работы внушительные, запоминается все, что делалось, когда и что при этом чувствовалось.

Живите жизнь, а не проживайте свой век.

В состоянии жертвы человека с низкой самооценкой можно загнать с помощью чувства вины, которое строится на претензиях и упреках.

Мне это чувство привила мама. Всю мою жизнь она обща-

лась со мной в форме претензий: меня кормили, меня одевали, а я такая неблагодарная. Внутренне я кому-то должна была все время. Никогда и ни разу меня не похвалили, не подбодрили и не поддержали. Так вот, человек живет на чувстве вины десятилетиями и не осознает, какую жизнь он проживает: подстраивается, старается быть хорошим, чтобы его похвалили, оценили.

Возникнув в психике человека, это неприятное чувство исполняет важную функцию – помогает приспособиться к тяжелой ситуации, чтобы пережить ее с меньшим ущербом: вместо того чтобы фокусироваться на травмирующей ситуации, мы смотрим на чувство вины, потому что это не так больно и требует меньше внутренней работы. Можно сказать, что само по себе чувство вины почти случайно, и на его месте могла образоваться любая другая негативная установка. Но почему же именно чувство вины так популярно и мы так часто говорим о нем?

Чувство вины – это самообвинения.

Сам человек начинает обвинять себя в том, что он какой-то не такой... плохой (за что-то, перед кем-то). Самообвинения происходят, конечно, не без помощи других людей, которые подбрасывают много ситуаций, позволяющих еще раз убедиться в своей «виновности».

Чувство вины многолико и, кроме непосредственного ощущения «своей вины», принимает разные формы.

Хроническое чувство своей «плохости», несоответствие

идеалам (придуманым самим же или привитым другими людьми) могут свидетельствовать о том, что вами управляет чувство вины. Оно заставляет думать, что вы не достойны ни похвалы, ни счастливой жизни и вообще ничего из того, чего вам хотелось бы на самом деле. Пример – продолжение несчастливых отношений или брака «ради детей» («чтобы не расстроить маму», «чтобы сохранить союз»), «положительного образа в глазах окружающих». Для таких людей мысль о том, что можно отстаивать свои интересы и быть счастливыми, почти греховна, ведь собственное благополучие занимает последнее место среди всех других «более важных» мотивов.

Существование рядом с нелюбимым человеком ради некой высшей цели является явным отражением внутренней установки «я недостойн счастья», которая напрямую относится к чувству вины.

Зачем нам чувство вины? Чувство вины – наш внутренний компас, который подсказывает, что мы сбились с пути, в чем-то предали свои принципы, себя. Более требовательные к себе люди подвержены манипуляциям других людей, что способствует легкому пробуждению в нас чувства вины.

Лично моим чувством вины оказалось недостойным и недопустимым просить для себя лучшее, ведь кому-то не хватит. Если я попрошу для себя, то кто-то другой будет обделен. И, конечно же, это из детства. Когда мама растила одна троих детей: меня и двоих братьев. Мальчики всегда боль-

ше нуждались в одежде, сколько помню, они постоянно все рвали, и мама бесконечно покупала им обувь и одежду. Ну а я просто ждала своей очереди. А если я просила, то на меня кричали со словами: «Мне на вас на всех, что, разорваться?» Вот откуда во мне такое стойкое терпение в ожидании, что обо мне позаботятся... когда-нибудь потом, когда до меня дойдет очередь. Когда сделают выбор между кем-то и мною.

Вот именно вопросы самой себе: «Где я нахожу таких мужчин? Почему я их пускаю на порог своего дома? Почему я нарекаю их самыми лучшими качествами, а потом влюбляюсь в этот образ?» заставили меня задуматься. Когда есть вопросы и огромное желание разобраться, то приходят и ответы. Я женщина, которая привыкла любовь заслуживать. Это во мне из детства. Когда любовь и внимание родителей необходимо было заслужить. Когда нужно было быть хорошей девочкой, послушной, делать так, чтобы понравилось родителям, только ради одного... чтобы заслужить их любовь. Как грустно и тоскливо это все осознавать, что детство прошло в нелюбви. В момент первичного осознания этого была та самая душевная боль... моя спутница последних лет. На весах моих чувств стояли Любовь = Душевная боль. И перевешивали, то одна, то другая. Любовь, которую я с самого рождения пыталась заслужить, причиняла мне очень глубокую душевную боль.

Как можно словами описать душевную боль? Я не знаю. Душевная боль просто чувствуется. Мне кажется, она лома-

ет грудную клетку изнутри на части с ощущениями физических невыносимых мучений.

Один раз я поймала себя на мысли, что меня, наверное, Господь проверяет на болевой порог моей Души.

Все Души приходят на эту планету со своими задачами и за опытом. И мне кажется, что опыт моей Души – познать глубину не только любви, но и душевной боли.

На мой взгляд – эта книга вся пронизана Любовью и Болью, потому что я так ее чувствую.

Оказалось, с психологической точки зрения естественный рефлекс человека – отвернуться от того, что причиняет боль и страдания. Вот почему я отвернулась... чтобы выжить.

После разрыва отношений я несколько месяцев еще спала в халате, подаренном мною Петру на его последний при мне день рождения. Потому что мне было очень одиноко. И надевая на себя его халат... причем неосознанно... я чувствовала себя в объятиях его энергии. Так я засыпала легко. Так мне было очень тепло в холодной постели. Я сворачивалась калачиком... в позу ребенка в животе... желая защищенности и безопасности. Но так мне было хотя бы уже одиноко, зная, что я действительно одна. А не в отношениях с женатым мужчиной, приносящим самое жгучее чувство одиночества.

Свое состояние Любви к Петру я начала описывать ещё тогда, в январе 2019 года, сейчас бы я это не смогла сделать... потому что я больше не чувствую тех эйфоричных

эмоций. Сейчас я дописываю сюжеты, которые приносили мне одну сплошную боль. И я хочу сказать, что очень трудно возвращать свою психику в те состояния. Ведь я их проживаю заново.

А что чувствуете вы сейчас?

Знаете, почему я задала этот вопрос? Потому что, как оказалось, нас никто не учил осознавать, что мы чувствуем: спокойствие, тревогу, злость, блаженство, смущение, стыд и т.д. Нас никто не учил наблюдать и исследовать наше тело, что происходит именно в моменте здесь и сейчас в нашем теле: болит нога, расслаблена спина, дёргается глаз, глубокое дыхание. Попробуйте расслабиться и понаблюдать за телом.

Особое место в моем сознании занимает случай, который я расценила как плевков в Душу. Еще на первом году общения Петр спросил у меня, какая у меня мечта самая заветная. Я с радостью в Душе ответила, что рождение доченьки. Что я очень хочу родить от любимого человека. А вот в ответ я услышала слова, которых не ожидала: «Нужно кого-нибудь пригласить третьего, чтобы помог сделать ребенка». Что это было и к чему, я сразу не поняла. Во-первых, реакция моя была, на мой взгляд, «неадекватная»... у меня покатались слезы. О таких словах «поддержки» в отношении моей мечты я даже не мыслила. Раньше бы я просто дала за такие слова пощечину и больше никогда не общалась с таким челове-

ком. А в тот момент у меня просто текли слезы. Я открыла Петру самую сокровенную мечту, а мне он просто плюнул в Душу, оскорбив мое самое дорогое.

Откуда такое огромное терпение пренебрежительного отношения к себе? Даже я себе задавала этот вопрос. Что такое терпение? Это черта характера приобретенная? Либо же это слабость? Или же это неспособность постоять за себя? Возможно, это нежелание называть вещи своими именами? Ещё раз повторяюсь... из состояния *ЖЕРТВЫ!!!* Только «жертва» способна много лет терпеть такую жизнь. Во всяком случае, я точно знаю, если во мне имеется это самое терпение, то стоит его использовать на лучшее развитие самой себя, на мою реализацию, на мои достижения, на создание крепкой и счастливой семьи.

Сейчас я могу сказать точно одно: я была самой счастливой женщиной рядом с Петром и самой одинокой в его отсутствие. А в его объятиях я чувствовала себя как дома. Его сильные, но в то же время нежные руки давали мне себя чувствовать защищенной и не одинокой. Особенно когда я любила лежать на нем сверху, положив голову на грудь. Господи, это были минуты покоя и умиротворения. Как объяснила мне психолог – это воспоминания через тело из младенчества. Когда-то хоть один раз, но так я лежала на груди своей мамы. И тело это запомнило. Тело помнит ВСЕ!!!

Глубокое чувство одиночества с каждым годом накатывало на меня. Своего апогея оно набрало в санатории в Туапсе.

Это когда я смотрела в ночное небо на звезды и в этот момент не ощущала себя в теле. Сознанием меня не было даже на этой планете. Я была в Космосе. Меня «здесь» нет. И это страшнее душевной боли. Я кричала в небо: «Господи, что я делаю на этой планете? Почему здесь так много боли, лжи, предательства и обмана? Заберите меня отсюда!!!»

Но я здесь. Я счастлива по-настоящему именно сейчас. Наедине сама с собой, когда мое личное счастье ни от кого не зависит. Оно внутри меня в том же самом районе груди, где когда-то чувствовалась самая страшная дикая душевная боль. Я умею это внутреннее состояние счастья расширять в пространство и на окружающих, как бы играючи. Сейчас мне хорошо. Сейчас мне комфортно. Я энергетически наполнена и наполняюсь с каждым днем все больше и больше. Мой финансовый достаток сбалансировался. Наконец-то я взяла ответственность за себя: за свою жизнь, финансы и, самое главное, эмоциональное состояние. Я осознала, что значит взять ответственность – это стать взрослой. И с меня как будто сняли кандалы и развязали мои руки.

Я все еще хожу к психологу. Пусть еще не до конца, но выгрузила свои негативные эмоции. Мне стало спокойно, гармонично и радостно. Я довольна своей жизнью. У меня появились цели, и самое главное, энергия на осуществление этих целей. Я готовлюсь к очередному путешествию... на море. Я 3,5 года не была на море. А я очень люблю море... я очень люблю солнце и тепло... я очень люблю себя на море.

Я очень просто люблю и ценю себя... наконец-то... именно сейчас.

Вопрос не «почему?», а «для чего?» Для осознания причинно-следственных связей, для проработки очень глубоких установок. Все, что я подняла со дна своего подсознания, очень давно было заложено в мою личность, я бы сказала, ещё во внутриутробном состоянии. Произошло знакомство с собой. Но это знакомство не всегда было приятно и не всегда приятно проходило. Я знаю, что есть ещё в моем подсознании то, что требует проработки.

Для того чтобы закончить с «мыслерубкой» в голове, нужно начать задавать себе вопросы и обязательно находить на них ответы. Нельзя оставлять все на самотек. Жизнь коротка...

Теперь я знаю, что моя Душа не прощает предательства. Рухнувшее доверие после предательства не восстанавливается больше никогда к определенному человеку.

На днях я поняла, что эту книгу я пишу, скорее всего, для себя. Так как я очень люблю читать, то я уже просто в предвкушении, как однажды возьму ее в руки и прочту историю чьей-то судьбы. Ведь такое со мной просто не могло происходить.

На моем пути самопознания и желания понять, что происходит в моей жизни, и особенно в партнерских отношениях, мне стали попадаться очень интересные книги. Одна из них была «Нелюбимая дочь» Пег Стрип. Эта книга принесла

мне, можно сказать, мгновенный ответ на мой вопрос «кто я?» А я и есть нелюбимая дочь своей эмоционально недо-ступной холодной мамы. Но она ни в чем не виновата. Ее вырастили такой. Она мне не могла дать той теплоты, ласки и любви, в которой я нуждалась. Мама сама не знала этих чувств.

Так вот именно в этой книге я прочла, что есть одна из стадий переживания утраты – это отрицание, которое является естественным механизмом, допускающий в сознание ровно столько, сколько мы в состоянии перенести. И я поняла, почему иногда я просто как бы не хотела думать о предательстве Петра. Я не пускала эту мысль в свое сознание. Я ее не обдумывала. Как будто ничего не происходило. А вот когда я ее запустила «в оборот», мгновенная душевная, сопровождающая и физическую, боль пронизывала меня.

Теперь во мне достаточно опыта и мудрости для понимания, что настоящий мужчина славится своими действиями и решениями без пустых слов и обещаний.

Находясь в поисках себя, я, конечно же, стала многое понимать о Петре, особенно о его скрытых манипулятивных мотивах по отношению ко мне. По сути, в самом начале ему просто хотелось иметь сексуальную отдушину на стороне, не прилагая никаких усилий. Знаете, своего рода такой эгоизм – я приехал, а вы меня любите за это. Любите меня, наполняйте меня просто за то, что я приехал. Вот откуда это какое-то «стойкое» нежелание интересоваться и помогать мне

в бытовых и житейских делах. Это отношения по легкости, в которых усилий прикладывать не хотелось.

Только вот за этим эгоизмом скрывается также недолюбленный ребенок. У нас с Петром была схожая любовь к нашим бабушкам и его дедушке. К тем людям, которые дарили нам в детстве любовь, ласку и нежность. И утрата этих людей сопровождалась горем для нас. Что-либо о детстве с родителями я никогда не слышала от него, равно как он от меня о моей маме. Потому что маминой любви и тепла в моем детстве не было, соответственно, поведать нечего.

Психологи назвали одним из признаков недолюбленных взрослых сложные любовные отношения. Взрослый, который в детстве страдал от недостатка любви, будет и в своей личной жизни стремиться к тому, что ему привычно: к токсичным людям и зависимым отношениям. Многие недолюбленные дети, повзрослев, «заболевают» несчастной любовью. Женщина может изначально выбирать для себя слишком сложный объект (например, женатого человека, алкоголика, абьюзера и др.) и мучиться с ним всю жизнь. Мужчины же склонны менять половых партнеров: таким образом они раз за разом пытаются убедиться в том, что достойны любви.

Но если я не мучилась с одним-единственным «сложным» объектом всю жизнь, значит, меня что-то двигало, заставляло искать, находить, пробовать и уходить? И это было мое внутреннее состояние, как я желаю ощущать себя рядом с партнёром... мое внутреннее состояние счастья и наполнен-

ности.

Между строк в речах Петра всегда считывалось, как он меня сравнивает с другими женщинами. Откровенно и открыто он мне никогда не рассказывал, сколько женщин было в его жизни. Но я очень умею собирать по крупицам информацию и анализировать ее. Я всегда вспомню даже взмах ресниц или легкое смущение человека в определенной ситуации. И как бы Петр себя не контролировал всегда, информацию о нем для себя я добыла. Я это чувствовала.

Я же эмпат.

Все эти эмоциональные качели, сначала с моей стороны, потом с его стороны, говорят о наших страхах строить серьезные отношения. Обжегшись несколько раз в отношениях, фиксируется самый негативный опыт: что отношения ненадолго, что рано или поздно все разрушится и закончится, что чувства проходят годика так этак через три, что, сделав один шаг, можно пожалеть. Вот этот самый опыт был и в моей голове. Я же не зря эту книгу начала с описания моих предыдущих партнеров. Поэтому на первом году отношений с Петром меня кидало эмоционально из стороны в сторону. Меня просто разрывало на разные части: любовь и страх отношений. Я же не зря «выбрала» женатого мужчину. Мое подсознание хотело мне показать, что во мне поселилась программа «я не хочу больше замуж». Потому что «замуж» – это ненадежно. Как я потом размышляла с психологом: «А зачем создавать, строить, подстраиваться, ид-

ти на уступки, если это рано или поздно закончится... если брак это не до старости, как у наших бабушек и дедушек?» Но это все во мне говорил мой опыт. На самом деле зрелые партнеры умеют строить отношения, беря из опыта все самое нужное. Главное условие – это разговаривать друг с другом. Уметь говорить все так, как оно есть.

И если я свои качели остановила через год отношений, когда наступил месяц май, то расшатывание началось у Петра. Потому что пришло время делать выбор. А как можно сделать выбор, если человек полон страхов, таких же, как и у меня? Только при этом еще ему была важна очень значимая составляющая его жизни – его дом. Он очень боялся остаться после развода без дома. Потому что уж очень много сил и средств он в него вкладывал. Это была его мечта. Я не могу за это на него обижаться. Это его выбор. Он решил остаться в той зоне «комфорта» семейной жизни, к которой он привык. Хотя иногда наша зона комфорта уж очень некомфортная, мы все равно уже приспособлены жить в ней. Человек знает, как справляться со всеми страстями и неурядицами. И менять что-либо он не собирается.

3. Фрейд описывал: «Эмпаты могут ощущать физическое и духовное состояние других людей, а также просто понимать их намерения и что ими движет. Множество эмпатов ощущают хроническую усталость и необъяснимые боли. По факту такой человек идёт по жизни со всей накопленной

кармой, эмоциями и энергией других». И поэтому совсем только недавно я начала понимать, как я улавливаю состояния других людей. Я начала различать, какие мои эмоции и ощущения, а какие являются «чужими». Именно научившись улавливать то или иное «ощущение» рядом с человеком, я с легкостью могу определить, в каком состоянии находится человек. В этом было сложно разобраться без познания своих внутренних состояний: своих эмоций, чувств. Без наблюдения за собой.

Именно сейчас я понимаю, почему я могла злостью ответить на злость, смехом на смех, раздражением на раздражение и т.д. Я просто все «зеркалила». Сейчас я только учусь все это отключать в себе. Не вовлекаться при общении с посторонними или малозначимыми для меня людьми в их эмоциональное состояние.

«В языке тела эмпаты столь же выразительны, как и в словах или чувствах. Их творческие порывы часто выражаются посредством танцев или активной жестикуляции. Эмпаты могут просто потеряться в музыке; достигая состояния некоего транса, они в танце становятся одним целым с музыкой, и всё остальное вокруг для них как будто бы замирает».

Лично моим признаком недополученной любви и внимания отказался страх быть отвергнутой и покинутой. Как и неуверенность в себе, эта фобия указывает на то, что в дет-

стве человек чувствовал себя нелюбимым и ненужным... эмоционально брошенным.

«Эмоциональная брошенность – это когда мы, будучи детьми, знаем, что родители нас любят (ведь мы покормлены, одеты, обуты и т.д.), но НЕ ЧУВСТВУЕМ этого.

Ребёнок полностью зависит от адекватной эмоциональной заботы взрослых. Принимающие, понимающие, чувствующие своего ребёнка родители формируют у ребёнка так называемую безопасную привязанность, при которой ребёнок верит в то, что «я нужен, важен и любим».

Мы можем всю жизнь пытаться избежать столкновения со своей болью и страхом быть покинутым, отвлекая себя от них разными способами.

Чтобы избежать столкновения со своими чувствами, мы стараемся удерживать жизнь в привычных рамках, приспособливаться к требованиям и ожиданиям других и избегать ситуаций, в которых есть риск быть непонятым, отвергнутым или покинутым. Мы также надеемся, что когда-то мы найдём человека, который избавит нас от одиночества, чувства внутренней пустоты и никогда не предаст. Мы можем постоянно быть в поиске такого человека и постоянно разочаровываться, что наши ожидания опять не оправдались.

Обычно мы не осознаём свою рану брошенности, поэтому не понимаем, что чувство паники и боли – это эхо пережитого опыта брошенности и предательства в раннем возрасте, который так глубоко нас напугал, что мы похоронили наше

воспоминание об этом где-то очень глубоко внутри.

Чтобы помочь себе исцелить свою рану брошенности, нам важно осознанно встретиться со своей болью и чувством пустоты и выразить их надёжному человеку. Очень важно, чтобы в такой момент у нас была поддержка человека, которому мы можем довериться. Признав своё право чувствовать свою боль и проживая её, мы духовно растем и получаем бесценный опыт, что всю эту боль и страдание можно выдерживать, прожить и отпустить и в результате получить внутреннее чувство опоры на самого себя, таким образом обретая внутреннее чувство безопасности.

Когда мы сталкиваемся с нашими чувствами брошенности и одиночества, принимаем их и позволяем себе их чувствовать – запускается процесс исцеления. В результате мы чувствуем покой и расслабление и перед нами открывается возможность начать строить отношения с людьми, полные глубокой любви и близости».

Нет во мне больше обид, злости и презрения на Петра. Он такое же «недолюбленное» дитя, как и я. Он точно так же ищет свою любовь и хочет ею наполняться. Вот откуда в нем постоянная неуверенность. Вот что значит подобное притягивает подобное. Только я сумела открыться и отдавала любовь, а Петр хотел ее только принимать. Мне так и не удалось ему растолковать, как важно дарить женщине эмоции, защиту, давать ощущение безопасности и Любовь. И я от этого устала. И имею полное право на ту Любовь, которая

будет делать меня счастливой женщиной.

Почему так тщательно анализирую Петра, спросите вы? Потому что это находка, это подарок Бога для меня. В этой весьма успешно контролирующей себя и искусно манипулирующей человеческим сознанием личности мне все же удалось увидеть не только глубину Души, но и тайны, страхи и сомнения. Я еще раз повторяю, что Петр никогда и ни разу не обмолвился об этом словом. Я все это считала с его энергетики.

В нашей истории просто встретились две раненые Души... две травмированные личности. А травмы можно пролечить, только достав их на поверхность из глубины себя. Для этого стоит один раз признаться: «Я боюсь опять ошибиться».

Когда я описывала потребности по пирамиде Маслоу, вернее, что я испытывала тогда, два года назад, голодная и без средств на существование, мое сердце очень билось, сдавливая мое дыхание. Потому что психика помнит, каково оно для меня как женщины, и конечно же, возвращаться в такие условия я не согласна. Сейчас, когда я сама закрыла эти важные человеческие потребности, я хочу партнёра в первую очередь зрелого, успешного и самодостаточного, который позволит мне дальше закрывать свои потребности в семье, любви, уважении и самоактуализации.

Я жду своего истинного партнера. И мне это несложно. Я знаю, что с истинным партнером легко и просто, с ним бу-

дет развитие на общее благо, основанное на взаимной, здоровой и зрелой любви. Ведь правильные здоровые отношения выстраиваются на здоровых условиях, принципах и системе ценностей. В равноценных отношениях каждый занимает свое место. Для этого мне самой пришлось повзрослеть. Теперь я стираю все старое и загружаю в себя новое... мысли, эмоции, паттерны поведения, слова и энергии. Я уже знаю, что все мои мечты исполнятся. Я не то что знаю, я уверена в этом. Об этом транслирует мне мой Дух. И во благо этого я отстраняю ненужных мне партнеров, потому что я знаю, что это будет не просто банальный штамп в паспорте, а это будет соединение двух Родственных Душ, которое задумано задолго до реальной встречи там... во Вселенной.

*Бог наказал меня любовью.
Как будто розги в руки взяв,
Он душу высек всю до боли
Любовью этой! Но поняв,
Что как ни страшно наказание,
Я от неё не отреклась,
Шепнул мне Боже на прощанье:
«Ты молодец, что не сдалась!»
Светлана Савинова*

Только для этого теперь мне стоит поработать со страхом Любить. Ведь, как оказалось, любить – это быть уязвимой.

Любить – это больно. Любить – это страшно.

Этому страху пошел второй год. Распознала я его, когда заметила за собой «убегание» от общения с мужчинами. Я их просто не замечаю. А все для того, чтобы не сделали опять больно. Все для того, чтобы меня опять не выбрали между двумя. Все для того, чтобы меня не бросили опять. Ведь травма брошенности – очень болезненная травма. С такой травмой женщина может только найти понимающего партнера, которому можно объяснить, что нельзя ее оставлять в минуты отчаяния, в стрессе, в слезах, в недоговоренностях. Она либо может умереть, либо закрыться навсегда.

Работай над очищением твоих мыслей.

Если у тебя не будет дурных мыслей,

Не будет и дурных поступков.

Конфуций

Я должна успеть дописать эту книгу, потому что чувствую, что времени у меня очень мало. Потом у меня не будет именно на эту книгу времени. Этот сорокалетний том моей жизни я закрою навсегда и отправлю в утиль из моего сознания как переработанный и больше не пригодный к использованию в моей жизни. Вместе с тем открываю новый том своей будущей осознанной, счастливой, самодостаточной, благополучной, изобильной, процветающей, стабильной и ясной жизни в моменте «здесь и сейчас». Жизни в гар-

монии и истинной Любви, ради которой мне пришлось разгадать мой лучший кармический урок.

Я желаю всем счастья...

Все это привело к пониманию, как важно выбирать окружение своего уровня ценностей, в особенности это касается партнера. Если друзья или просто знакомые в процессе становления себя как личности могут или даже должны меняться, то партнера уж больше не хочется менять. От этого наступает усталость или истощение. Хочу развиваться вместе.

Вокруг действительно разные личности, но окружать себя хочу теми, у кого такие же нормы морали: честь, ответственность, достоинство, нравственность. Любые отношения могут быть долгосрочными и качественными, если ценности людей совпадают. Это моя уверенность и убеждение.

Вот для этого в моем понимании приходили ко мне партнеры, чтобы показать мне мои же эти самые ценности и вывить мой внутренний бунт.

Когда пропадает уважение к мужчине, то, на мой взгляд, отношениям пришел конец. Не уважая мужчину, невозможно полностью принимать и уважать именно себя.

Я никогда не боролась ни за одного мужчину. И уж тем более за Петра. Я его просто ждала. И не считала нужным за него бороться. Это мой принцип и мой стержень. Эта моя

женская гордость. Если мужчина ждёт, что женщина за него должна бороться, а особенно с другой женщиной, – это инфантильный мужчина, т.е. не выросший. Что отличает мужчину от подростка – ответственность. В том числе за свои действия и слова.

Знаете, иногда кажется, все так сложно, и как разобраться во всей этой жизни. Но решение всегда в простых вещах. Так самой природой заложено, что самка никогда не бежит за самцом. Или же сам сперматозоид стремится навстречу яйцеклетке. Почему в этом мире все перепутано? Почему мужчины стали как женщины, а те, в свою очередь, – наоборот? Знаете, какой лёгкий способ узнать, вырос мужчина или нет? Это понаблюдать за его поведением: обижается ли он и молчит подолгу, прививает ли вам чувство вины и стыда, ждёт ли от вас первого шага. Это самые простые шаги по определению взрослости человека. Я и сама такой была... не выросшей девочкой: обидчивой, капризной, упертой. Ведь обижаются только маленькие детки. Взрослые люди садятся и ведут диалог, разбирая сложившуюся ситуацию.

Теперь я готова к честному и открытому диалогу. И другому я не хочу.

Свой человек от своего никогда не уйдет. Не ищите в прошлом своих, их там нет. Поищите в прошлом себя, где вы себя растеряли, и верните свою энергию.

И уж если на то пошло, человек, однажды повстречав своего, будет дорожить им как самой ценной вещью в мире.

Однажды я где-то прочитала следующее:

«Чем вредна для мужчины жизнь на две семьи? Почему нужно все же решиться и сделать выбор? На это есть две веские причины.

Первая:

Какие бы временные всплески ни давала энергия любовницы, рано или поздно она „рванет“, как атомная бомба. В том числе подорвет и ваше здоровье. Потому что гармонию силы мужчина может получить, питаясь от одного источника энергии. Если источников два – получится как у автомобиля, который заправляют двумя видами бензина: двигатель сломается. Чем больше женщин в вашей постели, тем труднее расцвести вам. От десятка вы получите меньше энергии, чем от той, которая вас искренне любит. Вспомним повесу Джакомо Казанову! Умер сей гуляка, не нажив даже своего угла, библиотекарем в замке графа Вальдштейна, оставив лишь скандальные мемуары.

Вторая:

Многие полагают: жена мне как сестра, а любовь – вне семьи. Думая так, вы закрываетесь от энергетического потока жены. И энергия жены невольно вступает в войну с энергией любовницы. Это может серьезно отразиться на ваших детях. Ведь детям важно иметь рядом счастливую и спокойную маму. Есть древняя истина: если человек отверг любовь, его потомки будут в семи поколениях искать любви и не нахо-

дить. Если к жене совсем душа не лежит, оставьте ее. Так вы спасете и ее здоровье, и будущее ваших детей».

После всех моих полученных знаний и опыта я верю в вышенаписанное. Более того, женская ненависть от боли способна разрушить мужчину до основания. В один момент в жизни начнет все рушиться и рухнет окончательно. Потому что нельзя причинять боль женщине, ведь она находится под защитой Высших сил. Главной причиной также служит негативный энергетический посыл женщиной в адрес мужчины. Такие мужчины на тонком плане живут с "пробитым" астральным телом. Их энергетика полна женской ненависти. Из этих самых пробоин вытекает жизненная энергия мужчины, которая необходима ему для реализации. Чем больший шлейф разбитых женских сердец мужчина оставляет после себя, тем хуже будет складываться его жизнь и тем больше будет включаться энергетический вампиризм, ведь восполнить энергию чем-то придется для жизнедеятельности. Одним-единственным выходом из такой ситуации является искреннее прощение женщиной такого мужчины. Только прощение способно прекратить разрушение. Ведь во Вселенной существует во всем баланс и работает закон Справедливости – что направлено было вовне, то непременно вернется назад.

Разбирая этот самый закон, я многое поняла о своей жизни. Как, где и за что я была «наказана»... справедливо по закону Вселенной. Именно поэтому во мне больше нет злобы и желания наказания для обидчиков. Я не Творец чело-

веческих судеб. Я просто ухожу в сторону. Я просто желаю всем счастья.

Однажды, перед самым почти окончательным расставанием с Сергеем, я орала в машине, что лучше быть любовницей, чем быть с таким мужчиной, как он. Ведь к любовнице, по моему мнению, особое отношение: внимание, поездки, подарки и т.д. Откуда это убеждение была в моей голове, я не знаю, скорее всего, из телевизора, чьих-либо историй 90-х годов. Потом я, конечно же, вспомнила эти самые мои «громкие» слова... Все осознала. Как же все-таки «круто» Высшие силы показали мне о силе моего слова в порыве надрыва. Хочешь... получи!!! Ты уверена? Ты ошибаешься: любовницей быть убийственно для тебя.

Но если бы я не прошла весь этот опыт, я бы не находилась там, где я сейчас... со всем багажом своих знаний. Я уверена, что только знания помогают человеку развиваться не только материально, но и духовно.

Что такое знание – это информация, которая помогает осознать, что не все так живут, как я, что есть прекрасные здоровые семьи и существует множество способов вернуть себя в прекрасное состояние. Что человек думает так или иначе только с позиции своего опыта и нами управляет наш мозг, который однажды закрепил свой негативный файл, и человек неосознанно этому верит.

Вообще, конечно, за почти два года я изучила для своего понимания знания в очень разных направлениях. А все для

того, чтобы сделать выводы в этой книге о своей жизни, о своих состояниях, о своих чувствах.

Помню, как слово «уязвимость» я искала, наверное, месяц. Читала и читала, искала и искала, подбирала и подбирала. Я просто не могла дать точное описание моего состояния, когда я влюбилась в Петра: состояние незащищенности, оголенность слабых мест и непонятная мне неспособность оказывать сопротивление.

Именно уязвимость – четкое определение моего состояния, когда я безумно была влюблена в Петра. Для меня это означает искренность чувств. Значит, Душа открыта. Значит, я искренняя. И конечно, в таком состоянии любой человек уязвим. Это одновременно и счастье, и боль.

Направлениями моих знаний были вибрации человека и устройство мозга с его нейронными связями, гормональная система и чакровая структура, а также нервная система, молитвы и медитации, йога и психология, очищение водой и огнем, работа с подсознанием и психосоматика, свойства вибраций музыки и законы Мироздания, понятие Души и ее реинкарнация, Карма и Судьба, система Рода и передачи не только талантов от поколения к поколению, но и родовых сценариев, понятия кармических партнёров и родственных душ, энергетического тела и роли природы в человеческой жизни. А также многое другое...

Больше всего мне по Душе оказались духовные и эзотерические знания. Именно они в большей степени будоражили

мой ум. Теперь я не представляю, как я раньше жила? Но как раз таки, когда в жизнь приходят именно страдания, по моему мнению, человека толкают к развитию духовному. Почему-то только через страдания человек начинает задумываться о смысле жизни. И он далеко не в материальных благах, ведь все эти самые блага материальные ещё ни один человек не забрал с собой после смерти. Всю жизнь ради этих материальных благ рвешься, злишься, ругаешься, лишаешь драгоценного времени близких людей, недосыпаешь, отказываешь себе в чем-то, строишь, ломаешь... а в один прекрасный момент это все рушится, теряется, забирается или сгорает. И тогда возникает вопрос: «За что мне это все?» А ни за что, а «для чего?» Задуматься...

Я прошла к настоящему моменту разрушение материальных ценностей и накопление духовных благ. Духовные знания я черпала в состоянии бедности: когда не было ни одного рубля, я голодала, я не могла устроиться на работу, я не знала, чем накормить своего ребенка. И как вы думаете, какие блага я ценю больше всего на данный момент? Правильно... *ДУХОВНЫЕ!!!* Следующей областью моего исследования будет нахождение баланса между материальным и духовным.

Только побывав на дне, у человека есть возможность подняться вверх. Я была на дне... но я оттолкнулась, когда мне позволили, и пошла на возвышение.

Почему позволили? Потому что я очень долго не могла

понять, что в моей жизни происходит. Я искала ответы в знаниях. Вроде бы осознавала, но это было не то, что мне нужно. Я кричала в небо: «Я не понимаю, что я должна осознать». А меня «сверху» били опять по голове. И все больше. И особенно били по деньгам. Когда я научилась делать правильные выводы, то битё меня начало ослабевать. В дальнейшем мое развитие и правильные выводы отражались на деньгах.

Впитав в себя духовные знания, я пошла в рост материальный. Потихоньку учась отпускать зависимость от денег, отпускать страх отсутствия их. Я начала позволять покупать себе все, что я пожелаю, отпуская мысль «как дожить до зарплаты». И поверьте, когда с радостью тратишь деньги, они приходят обратно.

Особое место занимает благотворительность. Я верю в то, что если человек жадничает, то Вселенная всегда найдет способ «забрать» свою долю у человека: это как будто непредвиденные траты на лекарство, штрафы, пени и многое другое. Знаете, так невзначай, что-нибудь случается. Но *НИЧЕГО ПРОСТО ТАК В ЭТОМ МИРЕ НЕ ПРОИСХОДИТ!!!* Если человек чем-то или кем-то пользуется, то за это нужно платить... хотя бы словами благодарности. Мое утверждение в том, что хоть один рубль, но человек в состоянии отдать нуждающемуся. Это несложно... И кстати, успешные люди об этом законе знают... и его соблюдают.

Только жадность человеческого сознания не позволяет заниматься благотворительностью. Мне... мое... я горбатил-

ся, а должен кому-то отдать... пусть сами заработают. А ведь вдумайтесь в смысл этого слова... *БЛАГО-ТВОРИТЬ*... Творить благо... И из этого состояния творения благ... эти самые блага возвращаются в трехкратном размере.

Помню, как, устроившись на работу, каждый день в метро я замечала людей, стоящих и просящих о помощи. Это были разные люди: бездомные, пожилые, дети-инвалиды. И мне хотелось им всем помочь. Какая-то жалость щемила у меня в груди за них. Только вот эта жалость была как раз таки моей жертвой. Когда я им помогала из состояния «а вдруг мне понадобится помощь когда-нибудь, и мне в этой помощи не откажут». Знаете, своего рода «подстелить себе соломку». Теперь я делюсь из состояния «я могу себе это позволить из состояния блага». От Души...

Я уверена, что деньги у Петра начали исчезать лишь только по одной причине – нарушение баланса отношений со мной. Он скрытно манипулятивно мною пользовался, за что Вселенная начала по закону Справедливости «использовать» его и забирать то, что он задолжал. Я это начала понимать ещё в 2018 году. Просто наблюдала молча, как подтверждение моих предположений.

ВЕДЬ ВО ВСЕЛЕННОЙ СУЩЕСТВУЕТ ВО ВСЕМ БАЛАНС!!! ГДЕ-ТО УБЫЛО, А ГДЕ-ТО ПРИБЫЛО!!!

Человеком, подарившим 21 марта 2019 года мне надежду и Веру в прекрасные перемены, была таролог Елена Михайловна. К моменту окончания книги она перешла уже в мир

иной от тяжелой неизлечимой болезни. Эта новость произвела на меня чувство утраты дорогого мне человека. Прекрасная женщина когда-то подарила мне огромнейшую непоколебимую *ВЕРУ*. В знак моей благодарности этой женщине я посвящаю *«Светлая память Вам, Елена Михайловна»*.

А что такое вера? Как ее описать, пощупать, ощутить?

Вера – это стойкое или даже твердое убеждение в чем-то или во что-либо без фактических доказательств и логики.

Потеря веры в самого себя, на мой взгляд, самое ужасное состояние сознания человека. Вера – это особенность психики человека.

Вера – она безоговорочна и порой является единственным человеческим ресурсом, помогающим выжить в трудные моменты жизни.

«И по вере вам вашей будет дано».

Вера в бессмертие Души, в единого Творца, в законы Мироздания, в светлое будущее, в осуществление идей и мечтаний, и, конечно же, *ВЕРА в самого СЕБЯ*.

ВЕРЬТЕ В САМОГО СЕБЯ... ВСЕГДА... ПОЖАЛУЙСТА... ТОЛЬКО ВЕРЬТЕ!!! НЕ СМЕЙТЕ НИКОГДА СДАВАТЬСЯ!!! ОТБРАСЫВАЙТЕ СОМНЕНИЯ И ВЕРЬТЕ!!! И ПО ВЕРЕ ВАМ ВАШЕЙ БУДЕТ ДАНО!!!

Я верю в Творца, в себя, в Любовь и царство психологии.

Продолжение следует...

Вот так и вьётся эта канитель —

Легко встречаются, без боли расстаются...

Все потому, что много тех, с кем можно лечь в постель.

Все потому, что мало тех, с кем хочется проснуться.

Как много тех, с кем можно лечь в постель...

Как мало тех, с кем хочется проснуться...

И жизнь плетёт нас, словно канитель...

Сдвигая, будто при гадании на блюдце.

Мы мечемся: – работа... быт... дела...

Кто хочет слышать – всё же должен слушать...

А на бегу – заметишь лишь тела...

Остановитесь... чтоб увидеть душу.

Э. Асадов «Как много тех, с кем можно лечь в постель»