

Путь к счастью

Откровение максималиста
и пессимиста, эксперимен-
татора и подопытного,
почемучки-хроника
и вечного искателя
ответов в одном
лице.

Вера Светлова



Вера Светлова
Путь к счастью. Откровение
максималиста и пессимиста,
экспериментатора и
подопытного, почемучки-
хроника и вечного искателя
ответов в одном лице

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=64146911
SelfPub; 2021*

Аннотация

Книга для тех, кто ищет самого себя. Настоящего. Для тех, кто умеет смотреть правде в лицо. Для тех, кто не выбирает лёгких путей. И просто для тех, кто любит смеяться. Воспитание без назидания. Наставления без принуждения. Просто и весело о серьёзном. О пути к себе – через тернии жизни и собственный эгоцентризм.

Содержание

Глава первая. Предыстория. Скоро сказка сказывается – да не скоро дело делается...	5
Глава вторая. Истоки человеческого «Я» как результат усердных археологических изысканий...	16
Глава третья. Наполеоновские планы... Правда, не без оглядки на фельдмаршала Кутузова.	45
Глава четвёртая. Поди туда – не знаю куда, найди то – не знаю что, или в тридевятом царстве, в тридесятом государстве...	58
Глава пятая. «Мгновения спрессованы в годах...», или рядовые будни разведчика суперкласса.	68
Глава шестая. «Не хлебом единым жив человек...», или вечный спор материалиста и идеалиста.	81
Глава седьмая. Напоследок о главном, или всё ли возвращается на круги своя?..	108

Вера Светлова

Путь к счастью.

Откровение максималиста

и пессимиста,

экспериментатора и

подопытного, почемучки-

хроника и вечного искателя

ответов в одном лице

«О, Господи! Дай мне силы и мужество, чтобы смириться с тем, что изменить я не в силах, и чтобы бороться с тем, что изменить я обязан. А ещё дай мне мудрость, чтобы суметь отличить одно от другого...»

Глава первая. Предыстория. Скоро сказка сказывается – да не скоро дело делается...

Жила-была маленькая девочка – толстененькая, взбалмошная и самолюбивая. Жила при маме и папе, бабушках и дедушке. Жила, улыбаясь всем так, будто мир вечно солнечен и лучезарен, а людские души, как и их улыбки, добры и ласковы.

...Майское солнце рассекает холодную утреннюю тень в проёме двух рядом стоящих домов, и ослепительно яркий в контрасте с соседствующей тенью луч ложится под ноги маленькой девочки, которая прогуливается во дворе в ожидании отъезда на дачу в новеньких, с иголки, импортных брючках.

Солнце, весна, восторг от новомодного синего с белыми пуговичками чуда, предстоящая поездка – всё это в стократном преломлении будто брошенного под ноги согревающего майского луча наполняют детское сердечко великолепием Жизни. И даже расставание с галчонком, почти ручным, который каждое утро лакомится на кухонном подоконнике, и мысли о его ближайшем сиротском будущем не омрачают ожидания Чуда – ожидания Жизни, Солнца, наивысшую лучезарную Веру в доброту мира, так правдиво и обострённо

представляющуюся в эту памятную минуту. Веру в непрерываемость некой глубинной, природной Справедливости земных и человеческих законов.

Нет, взбалмошное в синих брючках Детство вовсе не предавалось столь серьёзному анализу собственных эфемерных чувств. Девочке просто было хорошо, чертовски хорошо на душе!

Шли годы... Глобальные иллюзии о вечно здравствующей старушке Доброте медленно таяли. Но столь медленно и мало заметно, что пока не причиняли острой боли и не пробуждали Сознание.

И вдруг – разочарование, растерянность, боль! И даже серьёзнее: глубинное потрясение. Обидели маму – самую лучшую, самую любимую. Обидел тот, кого девочка считала своим старшим другом, кто всегда был с ней, маленькой девочкой, ласков и доверителен в общении, улыбчив и заботлив!

Растерянность...

– Как же так?! Как ТАКОЕ может быть?! – спрашивала себя маленькая девочка бесщётное количество раз.

Взрослые компромиссы, неоднозначности и несовершенства ещё не открылись детской Наивности. Жизнь для этой Наивности была прямолинейна и светла – солнечный день и полный штиль за кормой.

...Майский луч, сжимаясь и пятясь, вполз в воздушную

расселину между домами. Теневая завеса вспыхнула гигантским обжигающим швом и застыла стеной, надвое расколов детское Сознание той всё ещё маленькой, взбалмошной, самодлюбивой, но в миг повзрослевшей девочки.

Детство и юность не знают компромиссов. Максимализм упорно разводит в разные стороны Чёрное и Белое, выстраивая в аккуратные шеренги подальше друг от друга.

Нет, то, что бывают люди злые, – это девочка знала. И то, что люди, совершающие плохие поступки, **ОБЯЗАТЕЛЬНО** (в теории Чёрного и Белого) **ПЛОХИЕ** – это несомненно.

Но как?! Как могло произойти, что человек, которого детский наивный Максимализм окрестил другом, которому он доверился, его заботам и улыбкам, как такой человек мог обидеть маму?! Вернее, всё в точности наоборот: раз он обидел маму, то, значит, он – злой! Но с ней, с девочкой, он был добрым! Он **УЛЫБАЛСЯ!**

– Значит, я не знаю людей? – спросила сама себя маленькая девочка. – Улыбаться может не только добрый, но и злой?! Как же узнать, кто где?

Пережитое потрясение явилось Открытием, **ОТКРОВЕНИЕМ**. И на ещё не потревоженных чистых страницах детского Сознания появилась первая запись: «**НАУЧИТЬСЯ РАЗБИРАТЬСЯ В ЛЮДЯХ!**»

И снова шли годы... И снова раз за разом, время от времени уже не совсем маленькая девочка нарывалась на свою

памятную и неприятную знакомую – то самое Зло в лицемерном облики Псевдодоброты. Но единственная запись на более ничем не тронутых страницах Сознания, застыв, так и стояла одинокой строкой, словно памятник навечно погребённой жажде и Познания, и Справедливости.

– Вечная память... – скажет Кто-то, склонив голову и облегчённо вздохнув. – Конец демагогии.

Ан нет, Кто-то рано радуется.

НАУЧИТЬСЯ РАЗБИРАТЬСЯ В ЛЮДЯХ! Эти слова шагали за девочкой все второе десятилетие жизни.

И вот молодая учительница замерла в напряжении и волнении перед тридцатью пятью парами глаз, пытливо изучающих её из-под причёсанных как никогда мальчишеских чёлочек и торжественно напыщенных друг перед другом белоснежных бантов.

– Кто она?..

– Кто они?..

Повзрослевшая девочка чувствовала себя уже асом в познании человеческих тайников души. Столько прочитано. Столько обдуманно. Всё – как на ладони.

Но почему тогда вновь неразрешимые вопросы? Почему вновь осечки и ошибки? Почему не находятся ответы? И почему вновь тупики?!

...Лекция по психологии. Фраза преподавателя: «Человек

мыслит не постоянно».

Это потрясает.

Но вот, идя по улице, будущая учительница действительно поймала себя на осознании того, что вот сейчас, в эти минуты, она ни о чём не думала.

Это потрясает вторично.

– А чем же, позвольте поинтересоваться, она занималась? – спросил Кто-то.

– Ничем... – растерянно отозвалась будущая учительница. – Смотрела... отдыхала...

Взгляд скользил, не задерживаясь, не наблюдая и не анализируя, по асфальту, лицам, машинам. Эдакий отдыхающий на курортном пляже – рассеянный, расслабленный, ничего не делающий. Сознание дремало, а может, и вовсе завалилось храпнуть минут эдак на пять-десять.

– Так не пойдёт! – Будущая учительница резко тряхнула головой.

И Сознание, тряхнувшись вместе с ней, принялось судорожно приводить себя в порядок.

Повзрослевшая девочка, всё ещё взбалмошная и самолюбивая, заявила своему Сознанию ультиматум:

– Или ты научишься работать на полную катушку, или...
– Она не закончила, но угроза, прозвучавшая в голосе, явно хлопнула Сознание по макушке, заставив его призадуматься и скоренько засучить рукава.

Но, чтобы научиться работать бесперебойно, засучить ру-

кава явно не достаточно. Нужна ТРЕНИРОВКА. И с годами Сознание от собственной энергии вошло в такой кураж, что у второй недосказанной части ультиматума напрочь отпала охота себя реализовывать...

Это лирическое отступление, на первый взгляд, не имеющее связи с главной темой повествования, относится к ней с самыми серьёзными намерениями, ибо... РАЗБУДИТЬ МОЗГ, АКТИВИЗИРОВАТЬ МЫШЛЕНИЕ, ПОИСК – перевести тем самым Сознание на полную автоматику – точную и бесперебойную – это значит: поглощать, поглощать информацию, пережёвывать её, пережёвывать...

– И выплёвывать, – прошептал Кто-то.

– Не выплёвывать, а аккуратно и систематизировано раскладывать по мозговым полочкам, – возразила ему уже бывшая учительница.

...Позади годы работы в школе, две Любви – чистые, светлые, столь жданные, ослеплённые, сжигающие и ...сгорающие в огне Прозрения.

– Опыт, опыт... – сочувственно сокрушается на этот раз Кто-то.

– Да, опыт... жизненный... – добавляет ошарашенная третьей Любовью женщина и замолкает с мудрой и неразгаданной улыбкой Джоконды на устах.

Впереди следующее десятилетие. И поиск Истины.

Изучены Пороки. Снята шляпа перед Добродетелями. Прослежены все возможные причинно-следственные связи, все мыслимые пути-дорожки. Кажется, что вслед одному пороку готова перечислить всю биографию лица, к которому данный порок возымел заинтересованность. Сознание, как сухая губка, впитывает характеры, судьбы, жизни. Оно переполнено ими. Но вновь сухость, жажда Познания.

И вот живёт себе на Земле женщина – любящая и любимая, живёт, мучаясь и терзаясь, принимая и выдерживая на плечах горести и удары Судьбы. А внутри вновь люди, люди, люди... Все чувства, ощущения, наития, словно наэлектризованные щупальца, воспринимают, впитывают естество каждого из них.

Но однажды...

Однажды приходит пресыщение. Не сразу. Не в раз. Но приходит. Что называется, дошагали. До ручки. До точки. Всё отслежено. Всё проанализировано.

– Такого не может быть!

– Да, многоуважаемый Кто-то, я готова согласиться с Вами. Такого не может быть. Но новые витки жизненного калейдоскопа, человеческих характеров и судеб не приносят новой информации. Всё. Застой. Остановка. Пауза.

Сознание сладко зевает и, включив автопилот, заваливается на бок восполнить хронический недосып последних десяти-пятнадцати лет.

...Солнечный луч рассекает холодную утреннюю тень в проёме между двух рядом стоящих домов и послушно ложится мне под ноги. Теперь можно и отдохнуть от своего фанатичного хобби. Корень Познания, увы, действительно, горек! («Чем больше я узнаю людей, тем больше люблю собак», – известная фраза, авторство которой приписывается многим.) Юный максимализм давно утрачен. А тут ещё пышный пессимизм расцвёл буйным цветом из того самого корня Познания.

Солнце, тень, косой луч на земле... И маленькая девочка в синих брючках и огромным вселенским Счастьем в блестящих глазёнках...

Счастье! Вот оно что! Почему же я, любящая и любимая, перелопатившая весь человеческий мир без остатка и теперь отдыхающая на пенсии, оформленной мне СНБ, то есть Собственной Мозговой Базой, почему я обязана сидеть на информационной диете, догрызать горький корень Познания и по-прежнему маяться от неразрешимых вопросов, но вопросов уже к собственной жизни (бросив на выживание всё человечество), и не чувствовать СЧАСТЬЯ?!

Копаясь во всех и вся, я успела заодно перелопатить и собственную персону настолько, что любые переживания, настроения и побуждения как горох от стенки отскакивают определением в миг проанализированных причинно-следственных связей.

Но эта гороховая дробь накачивала меня отчаянием не

менее, чем догрызаемый корень Познания.

Счастье!!! Хочу быть счастливой!!!

Но куда деть собственный характер, исхоженный вдоль и поперёк, но тем не менее не ставший от этого ни глаже, ни ровнее, ни твёрже. Что делать с ним?!

Боже мой! Сознание!

– Тук, тук! К Вам можно?

– Что?! Опять?! – Потрясённое Сознание вскакивает, памятуя об ультиматуме более чем десятилетней давности, и нервно топчется на месте.

Команды не поступает.

– Извини, Сознание. Видимо, я рано...

Сознание облегчённо вздыхает, но, ещё не теряя настороженности, устраивается на боку в полудремотном состоянии. Мало ли что взбредёт на ум взбалмошной хозяйке...

А я мучаюсь новыми вопросами:

КАК ИЗМЕНИТЬ СЕБЯ?

С ЧЕГО НАЧАТЬ?

В ЧЁМ ИСТИНА, ОСНОВА, ИСТОК?

Словно Илья Муромец на перепутье: старая дорога – позади, новые – неведомые и, более того, невидимые – впереди! Хлеще русских народных сказок!

Кто же он – мой первый враг, что поджидает меня во тьме моего естества? Кто он?!

О! Кажется, я разглядела тебя, искусно сокрытого под ли-

чиной друга! Это ты – Жалость к моей собственной персоне! Ты, что столько лет косила под лучшего, всё понимающего друга, постоянными нащёптываниями влезая ко мне в доверие, а потом вероломно круша меня моими же обидами, отчаянием и слезами! Умри же, змея! На, получай!..

Уф, патетики через край...

Ладно... Так, кто у нас там следующий?

– Здра-а-а-сте-е... Вас тут, оказывается, целая шайка! Как же, как же, узнаю! Болезненность критики, Взбалмошность, Раздражительность...

Да... борьба, думается мне, на годы... А под боком ещё множество вопросов без ответов, точь-в-точь безголовые призраки во мраке то тут, то там.

Но растёт, ширится и крепнет ощущение, что Истина тоже где-то здесь, рядом. Правда, под шапкой-невидимкой...

Истина. Основа. Исток. Начало всех начал. Главный ответ на все вопросы. Где ты? Ищу, жду...

А пока... Да, я научилась обманывать своё Раздражение, носясь за ним и с уговорами, и с омовением горячим душем, и с чашкой крепкого сладкого чая вприкуску с приятными мыслями. Но как же я устала от него! Сколько титанических усилий требует это вовсе нежеланное и ненасытное чадо! Постоянно контролировать себя, сдерживать. Внешне – полный штиль и улыбка кинозвезды в придачу. Внутри – шторм, ураган, смерч, раздражение миром и недовольство собственной

персоной!

Истина. Гармония. Исток. Начало всех начал. Петляю, ищу. Где-то здесь, рядом.

– Сознание, подскажи!

Мы вдвоём усердно ломаем мою голову. И вдруг!!!

Когда случилось это «вдруг» – не помню. Но в один миг все вопросы нашли свои ответы. В один миг Прозрение расставило всё на свои места.

Как всё просто! До гениальности просто! Столь просто, что кажется подозрительным!

Истина! Я преклоняюсь перед тобой, сняв шляпу. Ты – единственная и ты – едина!

И теперь я поведаю убелённому сединой Миру своё маленькое, но в моей Судьбе имеющее вселенское значение Откровение, открытие, осветившее мне путь к счастью! К Гармонии и Свету внутри себя!

Как долго мне ещё, учась и постигая, шагать по нему! Но теперь он зрим, явственен и ясен, этот Путь! Только бы дошагать! Дошагать до счастья!..

Глава вторая. Истоки человеческого «Я» как результат усердных археологических изысканий...

Всё, что говорят другие, как бы верно и убедительно не звучали их слова, увы, зачастую мертво, далеко и чуждо нашему Сознанию.

Но то, что преодолено самим Человеком, – значительнее и весомее всех книг, содержащих в себе тонны (!) мудрых мыслей!

– Жизненный опыт... – вновь прошептал с серьёзной сосредоточенностью Кто-то.

– Да, жизненный опыт... – задумавшись, эхом отзываюсь я.

– А жизнь солнечна и лучезарна, – с нарочитым давлением в голосе добавил Кто-то.

– Да, солнечна и лучезарна... – вновь эхом отзываюсь я и вдруг взрываюсь и кричу до хрипоты: – Но почему?! ПОЧЕМУ тогда СТОЛЬКО слёз и страданий?! Столько бед и предательств?! ПОЧЕМУ войны, кровь, смерть?! ПОЧЕМУ столько распавшихся семей, брошенных детей, несчастных стариков?! ПОЧЕМУ столько горя и несовершенства?! По-

чему?!!!!! – кричу я и затихаю, судорожно сглатывая комок, подкативший к горлу.

Ответа не поступает.

Но он, этот Ответ, известен мне.

Хотите ли Вы, мой друг, узнать его?

Тогда...

– Сознание! За работу! Мы приступаем!

Сжимая холодными пальцами ручку, сбивчиво строча страницу за страницей, я спрашиваю себя: «Могу ли я изменить мир?»

– Эка, куда хватила!.. – потрясённо протянул Кто-то.

– Да, хватила! – горячо восклицаю я в ответ. – Мир – это мы! Мы – те самые разрушенные судьбы и семьи! Мы – те несчастья и слёзы! Мы! Мы все!

Мы – маленькие, едва зримые частицы Колосса Мира. Но каждый из нас – вселенское Начало всех начал. С нас начинается Мир. На нас он стоит. И будет ли ещё стоять, зависит от нас!

Были, есть и всегда будут существовать в человеческом мире два полюсных космополитических определения. Мир, мы сами сотканы, пронизаны мириадами отражений этих двух всемогущих исполинов, титанов, пребывающих в вечном противоборстве.

Я назову их имена. Но терпение, мой дорогой читатель. Всему своё время.

...Маленький росток пробивается к Солнцу, упорно раздвигая своим хрупким стебельком тяжёлую, зернистую землю. Сколько мощи и неистребимого стремления к Жизни! Потрясающе! Вот он, Исток! Его Исток. Его Начало все начал. И в этом Истоке сосредоточена вся мощь и жизненная энергия будущей зелёной Жизни!

А человек? Где его тот Духовный Исток, в коем сосредоточение всей его жизненной силы, той искомой энергии, что будет питать его Светом и Счастьем до последних дней?

Терпение, мой друг. И Вы сами назовёте мне его.

Представьте себя исполинами, великанами. (А так оно и есть: мы – властелины своего Сознания, а оно бескрайне, безмерно, неохватно!) Посмотрим на возвышающийся под нами, внизу глобальный хаос человеческих проблем, переживаний, терзаний и слёз. Он потрясает своей чёрной побеждающей мощью! Он растёт, питаясь людскими заблуждениями и пороками, растерянностью, безволием и бессилием. Эта наша Жизнь! Давайте присядем над нею.

Вспомним зелёный росток. Где он? Где его Исток? Если осторожно разгрести землю, то мы увидим тонкую, изогнутую, ещё едва зелёную хрупкую шейку маленького богатыря. Вот его Исток!

Давайте столько же осторожно, чтобы не причинить ещё больше бед, разгребём этот возвышающийся Хаос нашей Жизни, отбросив в сторону все отговорки, возможные заблуждения, бесчисленные вопросы без ответов, тонны лож-

ных стереотипов, забытые мудрости – и приблизимся к Началу всех начал.

Пока мы в поте лица врезаемся в глубины жизненного Хаоса, позвольте мне небольшое отступление.

Задумайтесь, мой дорогой читатель, (если во время столь трудоёмкой работы у Вас ещё достаёт сил заниматься этим умственным процессом) задумайтесь: ведь всё, выстроенное на протяжении тысячелетий в сознании Человечества (я подчеркиваю, не человека, а Человечества), всё имеет два противоположных начала: жизнь и смерть, день и ночь, белое и чёрное, красота и уродство, добро и зло! Вспомните народные сказки, эту кладезь человеческих мировосприятий, мировыражений и миропреломлений!

Вот мы и докопали до главного – до Истока! Вернее, до Истоков. Да, дорогой мой друг, этих человеческих Истоков, питающих через нас наше Сознание, возвращающих его, формирующих – не один. Их два. Они те самые Колоссы Мира, всемогущие исполины, пребывающие в вечном противоборстве! И вот теперь я назову вам имена этих двух полюсных космополитического значения гигантов: СОЗИДАНИЕ и РАЗРУШЕНИЕ!

Вы разочарованы, мой друг? Вы вдруг кажетесь себе маленьким, обыкновенным человеком. А эти два Колосса в Вашем представлении растут и растут, взмывают ввысь, врезаются плечами в облака. Вы уже не различаете их лиц, и они представляются Вам чем-то крайне монументальным, ги-

гантским, неподъёмным и поэтому никоим образом не вмещающимся в Вашу повседневную, маленькую человеческую жизнь?

Но... Есть одно «но»! Вы забыли, что сами вкупе с Вашим Сознанием – вселенским и неохватным – Вы сами – титан ещё более крупной комплекции.

Это Вы (!) всматриваетесь сверху вниз в осторожно разрытый только что Вами Хаос человеческих страданий и заблуждений! И это Вы (!) взираете с высоты на два произрастающих поодаль друг от друга среди нашей жизни Истока, начал человеческого Сознания и Бытия, – на два ростка с хрупкими изогнутыми шейками, на СОЗИДАНИЕ и РАЗРУШЕНИЕ!

Да, пока они таковы для Вас. Ведь Вы впервые занимались столь своеобразными раскопками и впервые смогли лицезреть их, сформулировать для своего Сознания, раскидав по сторонам тонны скрывающих их от Вас умозаключений – отрывистых, путающихся, а зачастую и ложных.

И я хочу спросить Вас, мой друг, Вас, всемогущего титана: коему ростку Вы дадите жизнь, кого Вы будете питать своими мыслями, настроениями, поступками каждый день, каждую минуту? Кто из двух исполинов воспрянет в Вашем Сознании неистребимым Колоссом, а кто (продолжая, правда, сопротивляться, бороться и жить) приобретёт со временем вид чахлый, болезненный и слабый? Кто?

Вы растеряны, ошеломлены моим напором?

Прошу прощения, мой друг. Я несколько умерю свой разгорячённый пыл.

Давайте вместе вернёмся в привычную для нас обыденную жизнь и спокойно займёмся её проблемами, забыв на время только что произошедшее и столь потрясшее нас знакомство...

Утро. Путь оно будет свежим, солнечным, бодрым. Начнём день в хорошем, приподнятом настроении.

Будильник первым приветствует Ваше великолепное пробуждение. Но Вы бесцеремонно, по привычке затыкаете ему рот.

– Хватит!

Тишина... Минута... Другая...

Вы сладко потягиваетесь с блаженной улыбкой на устах. Но вдруг осознаёте, что – увы! – ещё не выходной, мысли о недостижимости которого тотчас вызывают у Вас тоску и недовольство сегодняшним днём. Опять на работу! Подобное открытие способно испортить настроение кому угодно. Опять суета, спешка!

Если Вы – женщина, дорогой читатель, то в момент с Вас слетают все остатки блаженства, как только Вы осознаёте, что вот уже пятнадцать минут сверх положенного позволили себе проваляться в кровати, а Вам ещё завтрак приготовить, детей и мужа добудиться, накормить, швырнуть грязную посуду в раковину (помыть Вы её уже вряд ли успеете),

распахнуть любимых чад с наставлениями и поучениями (до поцелуев ли тут и разговоров по душам!) в детский сад и школу – и бегом на работу. А ежели по пути в метро, уже собираясь безропотно нырнуть вместе с сотнями других обречённых человек в его ненасытное, прожорливое чрево, Вы обнаруживаете, в спешке доприводя себя в порядок, что у Вас стрелка на чулке или молния на юбке разошлась, а то и того хуже: вдруг на самом ровном месте Вы добросовестно подворачиваете ногу – и нате Вам, пожалуйста: сломанный каблук!.. Господи, что за день сегодня?!!!

Вы, прихрамывая, на грани нервного срыва и истерики торопитесь против вселюдского течения. Вас толкают плечами и локтями. Вы мешаете всем. Все мешают Вам.

Господи, за что Вам всё это?! Где то солнечное, свежее утро? Где та блаженная, счастливая улыбка пробуждения? – «Не в этой жизни!» – как гласит вечно здравствующая телевизионная реклама. А ведь ЭТО было всего полтора часа назад...

А ежели Вы – мужчина, мой дорогой читатель? О, Ваш день вправе начаться столь же солнечно, блаженно и расслабленно, если, конечно, Вы услышали будильник, а не взорвавшийся над самым ухом недовольный, раздражённый голос Вашей супружеской половины через полчаса после его мелодичного, тонкого намёка на подъём.

Допустим, что у Вас чуткий слух и ласковая жена. Тогда считайте, что Вам повезло вдвойне. Но это ещё не значит,

что начавшийся новый рабочий день не приготовил Вам парочку подводных камней или одного, но повесомей и за па-
зухой, как то: совершенно неуправляемое чадо! Он опять по-
смел стянуть мобильник, свой-то ещё на прошлой неделе по-
терял!

– Я же говорил ему! – Здесь Вы взрываетесь и находите
достойный выход своему возмущению.

А тут ещё пуговица отрывается совсем некстати.

– Как чувствовал! – ударяете Вы себя по лбу. – Надо было
ещё вечером попросить жену пришить. Теперь её некогда.

Тем временем сын, получив положенную затрещину, ноет
в углу, собака, еще не выгулянная, скулит под дверью.

– Любимая, где нитки?

– В спальне, в шкафу у окна, дорогой, третий верхний
ящик слева, ближе к кровати! – доносится с кухни сквозь
весь этот адский шум ангельский голосок.

– Чёрт! Только бы найти это ящик слева! – Вы уже забы-
ваете все рекомендации жены и судорожно, поглядывая на
часы, хлопаете всеми ящиками и дверцами шкафа.

После пяти минут безрезультатных поисков – всё ещё под-
продолжающийся аккомпанемент домашнего трио: сына, со-
баки и шипящей сковороды – Вы сдаётесь на милость жены
и, отдав ей брюки с оторванной пуговицей, встаёте в сторо-
жевую позицию возле плиты.

Времени у Вас – пятнадцать минут. Собака не выгуляна.
Вы ещё не то, что не завтракали, но ещё и не брились, истра-

тив уйму времени на горячие разборки с сыном и безрезультатные поиски неуловимых ниток! Ужас и крошечная тьма!..

Счастье, ау!..

Да... В столь глубоко поглотившем Вас мраке раздражения, хронического стресса, напряжения и суеты возможно ли вообще надеяться на лучезарную, оздоравливающую, окрыляющую встречу с ним, с этим недостижимым, давно забытым и утерянным, а то и вовсе незнакомым Незнакомцем?

– Необходимо!!!!!!!!!!!!!! – отвечу я Вам. (Множество восклицательных знаков, мой дорогой друг, должны выразительно указать Вам на силу моей убеждённости.)

– Необходимо! – скажем тише, чтобы не звенели наши и так разгорячённые головы и не ломило в висках.

Или же Вы желаете прожить жизнь, будучи обречённым на хронический душевный хаос и опустошение, на болезни и недомогания, с годами успешно перетекающими в разряд хронических, на старость, уверено, не моргнув глазом, обещающую Вам разрушительную адову смесь этих устрашающих перспектив?! Вы желаете ТАК прожить жизнь?!

Если «да», мой дорогой читатель, то я с тяжким сердцем воздаю хвалу Вашим невозмутимости и хладнокровию – и с горечью прощаюсь с Вами...

Если «нет», дорогой друг, то я горячо жму Вашу руку и призываю вместе на этих страницах искать среди мрака Хаоса ВАШЕ Счастье! Именно ВАШЕ!

СОЗИДАНИЕ и РАЗРУШЕНИЕ! Вспомним ещё раз о них, об этих двух титанах, и попытаемся нашими неохватными вселенскими Сознаниями осознать, столь ли неприподъёмны и громоздки эти личности для нашей повседневной, стрессовой суеты, а вернее, для наших Судеб, для наших Жизней!

Созидание и Разрушение! Неужели мы столь ничтожны и бессильны, что не в состоянии сделать **ВЫБОР** и день за днём, час за часом, минута за минутой прикладывать всю силу своей убеждённости к сохранению верности нашему выбору?!

И теперь я ещё раз спрашиваю Вас, мой дорогой друг, **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** ли Вы **ХОТИТЕ** быть счастливым? Действительно ли Вы даже в минуты тяжёлых испытаний желаете ощущать Гармонию и Свет в Вашей душе?

Скажете, фантастика, сказки? Нет! И я докажу Вам это!

Согласны ли Вы сейчас, уже на этих страницах, начать сложный, ежечасный, кропотливый и напряжённый, вначале часто срывающийся в пропасть отчаяния и бессилия, неверия в собственные силы и самого себя **ПУТЬ К СЧАСТЬЮ**, к Гармонии и Свету внутри себя? Согласны ли **ВЫ**? Если «да»...

Тогда, дорогой друг, сделайте свой **ВЫБОР!**

СОЗИДАНИЕ или **РАЗРУШЕНИЕ**?

Кого Вы, титан и властелин собственного Сознания, берё-

те в свои союзники?

Смотрите, Разрушение протягивает Вам руку. Оно улыбается. Но не верьте ему, мой друг. И во мраке Хаоса не ищите Счастья с подобной «светлой» улыбкой на устах.

Разрушение – это не только оторванная пуговица или сломанный каблук, не только спесь начальника, ворчливость жены или капризность и упрямство сына. Разрушение – это Вы сами! Это один из двух Истоков человеческих Судеб, основ человеческого Бытия!

Когда Вы взирали сверху вниз на два маленьких, слабых ростка посреди жизненного Хаоса и заблуждений, думали ли Вы, мой друг, что взираете на самого себя, на Истоки Вашей жизни, Вашей Судьбы?

Разрушение – это Вы. Это один из Ваших Истоков. Будете ли Вы холить его, возвращать, подпитывать через собственное Сознание? Будете? Тогда, пожалуй, я назову Вам его самое любимое лакомство! О, Разрушение алчет и поглощает его с непомерным и постоянно растущим аппетитом! Но одно предостережение, мой друг: его оно вернёт Вам самому, через Вас, бумерангом!

– Итак, Неуважаемое Разрушение, какое блюдо заказываете? О! Его название без труда читается в Ваших хищных, алчущих взглядах. Конечно же, ЭГОИЗМ! В каком виде Вам его приподнести? Под соусом лени? С гарниром из лжи? Великолепный гарнир, к Вашему сведению! А может, потушить вместе с унынием или с обидой и завистью в придачу с алч-

ностью? А на третье не желаете ли компот из ненависти и безграничного властолюбия?

– Каково меню? – теперь я спрашиваю Ваше мнение, мой друг.

А пока Вы размышляете, я лихо покидаю в одну кастрюлю все (!) пороки: лень, ложь, уныние, обидчивость, зависть, ненависть, алчность и потакание собственным прихотям, чрезмерную, ненасытную потребность тешить, ублажать свою персону, трусость, тянущую за собой ещё более гнусный порок – предательство, и, наконец, захватывающее с головой маниакальное желание власти вкупе с нечеловеческой жестокостью. Так, ничего не забыли? Если я что и замятовала, то, будьте любезны, мой друг, швырните это в кастрюлю вместо меня сами.

Так, а теперь прибавим огоньку и подождём.

Ишь, Разрушение как зыркает голодными глазищами! Нет, не дождётся, пусть даже и не думает!..

Ну вот и упарилось, вот и уварилось. Перельём-ка это варево в сосуд поменьше да поуже, закупорим накрепко пробкой и закинем далече в сине море, не забыв предварительно написать на нём крупными буквами:

ЭГОИЗМ! ОПАСНО ДЛЯ СЧАСТЬЯ!

И пока Разрушение будет лязгать голодными зубищами, хлопать вытарашенными глазищами и... хиреть, слабость и

стонать, вернёмся, мой друг, с лёгким сердцем в то самое свежее, солнечное, бодрое утро. Начнём день в хорошем, приподнятом настроении.

Утро. Будильник первым приветствует Ваше великолепное пробуждение. Здороваясь с ним, Вы приветливо протягиваете к нему руку – и он с чувством выполненного долга затихает.

Тишина... Минута... Другая...

Вы сладко потягиваетесь с блаженной улыбкой на устах. Начинается новый трудовой день. Мысленно Вы активизируете свою собранность, пробежав в воображении все основные моменты сегодняшнего дня, с наибольшей тщательностью рассчитав минуты утренних сборов и обязательно не забыв с нежностью поцеловать пробуждаемое Вами Ваше святое семейство. Ваша улыбка – это их улыбка. Ваша бодрость и радость – их бодрость и радость. У Вас нет никого ближе, а потому дороже. Помните об этом, женщины, всегда помните! Сегодня Вы не стали в растерянности и второпях метаться по кухне в судорожных ломаниях головы: что бы из чего приготовить. Ещё вчера вечером Вы решили это для себя, рассчитав время и возможности, и теперь счастливая семья блаженно завтракает. Вы спокойны. Чулок еще вчера зашит, молния исправлена, туфли осмотрены и приведены в порядок.

Муж Ваш тоже спокоен. Он удовлетворённо бросает взгляд на часы. Сегодня как никогда много времени. Он с

благодарностью вспоминает Ваш утренний поцелуй, столь неожиданный и красноречивый, что пробудил его от сонного оцепенения быстрее чашки крепкого кофе. Он любит свою сияющую жену, ловя себя на мыслях о сегодняшнем вечере, которые неожиданно волнуют и горячат его, и заодно давая себе зарок потренироваться вставать вовремя (Вот ведь и собака выгуляна!) и ничего не откладывать с вечера на утро (потому как прекрасно, когда и пуговица пришита, и рабочие бумаги заранее подготовлены и уложены в кейс). А мобильник? Ну что вы? Ведь у Вас с сыном такие тёплые и уважительные отношения, что он и не подумает обмануть Ваше доверие.

Всё на местах. И в делах. И в душах. Можно спокойно позавтракать, посмеяться всем вместе над доброй шуткой, составить программу общих вечерних дел...

Как здорово! Вечер. Все вместе. Взаимопонимание и Любовь. Улыбки и разговоры по душам, планы на ближайшие выходные. А перед сном, помятуя, что день начинается с вечера, всё проверить, уложить, рассчитать. А после... После самое главное: коснуться любимых губ и, ощутив вдруг трепет юности...

Тут мы быстро исчезаем за дверью, потому как дальнейшее вовсе не для чужих глаз. А Вы через некоторое время блаженно закрываете глаза, ловя ускользающую в тумане подступающего к Вам сна мысль: «А не вставать ли мне на полчаса пораньше, чтоб пробежаться с сыном кружок-дру-

гой?..» Сон подступает к Вам всё ближе.

– Может быть... – прошепчу Вам я. – Не завтра, конечно. Но вполне может быть...

Так что, мой дорогой друг? Вы уже сделали СВОЙ выбор, пока я набросала Вам быстрыми мазками ещё один эскиз утренней идиллии. Впрочем, ко второму варианту данная характеристика испытывает несомненную доверительность...

Итак, Созидание или Разрушение?

Выбор за Вами, мой друг!

Кстати, в чём, по Вашему мнению, причина столь разительного отличия предложенных Вам двух моделей утренних пробуждений и сборов? Прошу, не торопитесь сейчас вслед за строчками, что выдаёт моя неуёмная, спешащая рука. Остановитесь. И прежде чем продолжить чтение, сделайте мне одолжение – я настоятельно прошу Вас об этом! – попытайтесь ответить на предложенный мною только что вопрос: КАКОВЫ ПРИЧИНЫ ОТЛИЧИЙ В ПОВЕДЕНИИ, НАСТРОЕНИИ, ЧУВСТВАХ ПЕРВОГО СЕМЕЙСТВА ОТ ВТОРОГО?

Что ж, сверим наши точки зрения, как часы перед решающим сражением. Ведь сражение за Счастье, Ваше Счастье, если Вы на него всё-таки отважитесь, ещё впереди.

Итак, если Вы готовы, то я скажу Вам, мой друг, об од-

ном и ГЛАВНОМ: что в первом варианте поведенческой семейной модели окатывает всех стрессовым душем и отделяет друг от друга высоченными, непробиваемыми стенами Отчуждения, и что во втором варианте служит эдаким чудодейственным магнитом, создающим поле любви, заботы, улыбок, дружбы и, наконец, Счастья – того самого Счастья, коего не разглядеть во мраке Хаоса даже со светлой улыбкой на лице.

В первой модели взаимоотношений, вернее, антиотношений бедное горемычное Созидание влачит тяжёлое бремя непонимания и совершенно голодного существования. Всё святое семейство, словно сговорившись, все вместе и каждый по отдельности добивают его, как могут, и держат в чёрном теле с потрясающим пренебрежением к своему собственному Счастью! Мысли о нелюбимой работе повергают в отчаяние. Подъём домочадцев – суцая каторга. Приготовление завтрака – жаровня для души среди адской спешки. Непослушное чадо – и вовсе суций ад. Что в сравнении с этим грязная посуда в ожидании ужина? Вы бросаете её на ходу прощальное «адыю» и вновь ныряете в ежедневную беготню по периметру «бермудского треугольника»: детский сад – школа – работа. (Заметим, что половина этого стрессового марафона преодолевается с совершенно неуправляемыми любимыми чадами под мышкой.) Муж вообще, видимо, ретировался с поля семейного стадиона куда-то на галёрку высоченных трибун, а то и вовсе к соседнему ларьку за

баночкой пива.

Милые женщины! Остановитесь. Опустите на ноги ваших, несомненно, любимых чад, перестаньте искать глазами испарившегося мужа, забудьте о стрелке на чулке и прикройте сумочкой или бортом пиджака разошедшуюся на юбке молнию. Успокойтесь. Расслабьтесь. Восстановите дыхание и сердечный ритм, разгладьте морщинки на лбу, стряхните напряжение и расслабьте сведённые стрессом скулы.

Пока Вы, умоляю Вас, следуете моим горячим рекомендациям, я позволю себе незаметно внедриться в поле досягаемости мужской половины, конечно же, любящих семейств.

...Утро. Свежий, восстанавливающий силы сон. И вдруг... пробуждение. И даже не от взорвавшегося над ухом в боевом кличе барабанов, к примеру, племени зулусов из Южной Африки, а от громогласного, раздражённого клича собственной супруги. (Ох, лучше бы те барабаны!) И тотчас сын, чувствительно оглушивший Вас по голове припасённым за пазухой «камешком». За чем следуют титанические усилия, направленные на поиск мобильного телефона, пробудившие в Вас феноменальные способности Шерлока Холмса и, к счастью, завершившиеся успехом. Но даже эти потрясающие способности великого сыщика оказываются бессильны, когда Вы слышите:

– Нитки в спальне, в шкафу у окна, третий верхний ящик слева, ближе к кровати!

За что Вам всё это в придачу с оставшимися пятнадцатью

минутами от растраченного в пылу «сражения» драгоценного времени, с жалобно скулящей под дверью собакой, красноречивая просьба в глазах которой доводит Вас до белого каления?!

– Я ничего не успеваю!!! – кричите Вы своему Сознанию на грани нервного срыва.

А под конец густая небритая щетина на подбородке повергает Вас в состояние безразличной протрации, и Вы шепчете, чувствуя себя в роли выжатого лимона, над которым только что усердно поработала самая лучшая в мире соковыжималка:

– Будет, что будет... Всё равно...

Великолепная мысль, дорогие мужчины! По крайней мере, у Вас теперь есть шанс успокоиться и услышать мои сочувственные речи, обращённые, несомненно, в ваш адрес!

О, Неуважаемое Разрушение! Это тебе должно петь дифирамбы о разрушенном, а то и вовсе несостоявшемся Счастье!

Ведь это ты взираешь на нас и из неконтролируемой хронической удручённости по поводу нового рабочего дня, а значит, и нелюбимого напряжения. Нет, мы не стремимся изменить в лучшую сторону что-то в самой работе или – на крайний случай – в отношении к ней, научившись хотя бы не воспринимать её как камеру пыток, а терпеливо и мужественно относиться к ней, как к неизбежной данности, и... больше не

терзать себя опасным для душевного комфорта пыточным «инструментарием» в форме собственных мыслей. Нет, Жалость к себе и тут находит лазейки, представляя перед Вами в образе сочувствующего и понимающего друга. А Вы случайно не интересовались, что сжимает в руке за спиной этот самый лучший «друг»?..

Ты, Разрушение, взираешь на нас из ора, раздражения, торможений, ворчаний, стягивания одеял и угроз в моменты Вашей несомненно самоотверженной борьбы с оковами сна, коими накрепко каждое утро сковано Ваше любимое семейство.

Ты, Разрушение, с удовольствием за прекрасную организацию собственных дел любишь нашу неорганизованностью, неумением спросить, потребовать с самого себя, сконцентрироваться, наконец!

Припомним скромную Истину: день начинается с вечера...

– Да какого чёрта я должна свой вечер – драгоценные, единственные минуты отдыха за весь день! – тратить на беспокойство о завтрашнем завтраке, юбке или чулке?!

– А уж мобильник, пришитая пуговица или уложенный кейс... – да пропади всё пропадом! Я от-ды-ха-ю!!!

Если Вы, мой дорогой друг, подумали так или приблизительно так, я Вас не осуждаю. Но...

День начинается с вечера. Постарайтесь сконцентрироваться и сделать всё вышеперечисленное ИМЕННО вечера

ром, а не в угаре утренней истерии. Но, делая, не бейтесь в вечерней истерике и жалости к себе, а спокойно и даже в чём-то расслабленно, с ровным, тихим дыханием, без единой мрачной – унылой или агрессивной – мысли.

О великая мощь Созидания! Поступив именно так, Вы созидали не только конкретные зримые, маленькие частности. Вы созидали СЕБЯ самого! НО-ВО-ГО! Вы преломили себя, сразив лживую Жалость к собственной персоне, и НЕ почувствовали себя каторжником, приговорённым влечить ярмо бытовухи и серости жизни.

Взгляните: голодное Разрушение лязгает своими зубищами! Оно не получило очередной порции своего любимого лакомства – ЭГОИЗМА!

...Дети. Наша любовь и отрада. Мы радовались в ожидании их, мы предвкушали это столь жданное Сверхшение!

Но мы не могли, видимо, в полной мере постичь великую данность его: теперь рядом с ними мы НИКОГДА не будем принадлежать только себе, только своей Жизни! На свет Божий явился человечек. По нашему желанию. И мы ответственны за него. Минута за минутой. День за днём. Год за годом. Причём, Ваше несомненно любимое чадо будет требовать от Вас внимания и помощи именно тогда, когда Вы решитесь отдохнуть и расслабиться, взывать к любви и ласке, когда Вы самоотверженно заняты покорением гор накопившегося грязного белья или у Вас сессия вот-вот на носу.

А уж поиграть в паровозик! Боже мой, я так давно разучился играть в игрушки...

Любовь медленно, но неумолимо превращается в обиду, раздражение, разлад, а затем в отчуждение и со стороны ребёнка, и с Вашей стороны. Страшное, роковое слово: ОТЧУЖДЕНИЕ!!! Оно в капризах и неуправляемости дочери, в стянутом сыном мобильнике, в тоннах Ваших поучений, назиданий, весомых шлепках и отчаянном крике: «За что МНЕ всё это?!?!»

А кому, простите? Вам, конечно, Вам!

– Маленькие детки – маленькие бедки. Большие детки – большие бедки... – сокрушаются сочувственно бабушки у подъезда.

Какой опасный ложный стереотип! Через него глобальное Разрушение кого хочет достанет!

Дети могут и должны быть Счастьем!

Но не отправляйте заказ на аистиную почту, если желаете посвятить себя всего карьере или другой всепоглощающей цели. Вовсе не надо. Даже из ещё одного ложного стереотипа: всё должно быть как у людей. Или из-за сиюминутного побудительного порыва. Не надо. Аист уютно, с заботой устроит очередное чадо, ждущее Любви, отказов от привычного, жертв, если угодно.

Только давайте к слову «жертва» не будем относиться с трагичностью восклицаний и заламыванием рук, как в немом кинематографе начала прошлого века. Жизнь и всё в

ней ПОСТОЯННО требует жертв, то есть уступок, отказов, изменений. Это нормально.

Главное – КТО и ЧТО ждёт от Вас этих жертв: любимый ребёнок, доброжелательная домашняя атмосфера, взаимопонимание – или ...

Кстати, написав слово «жертва», я подумала, что от него всё же произвольно отдаёт духом жалости к себе. Прямо так и разит! «Принести себя в жертву!...», «Положить свою жизнь на алтарь...» и т. д.

А что, если мы и вовсе зашвырнём это словечко в связке с уже набившей нам оскомину Жалостью к себе в самую физиономию Разрушению? Путь подавится и больше не напоминает нам ни об одном, ни о другом!

Но то, что стоит за этим словом (о котором мы более не вспоминаем) – остаётся: отказы, уступки, изменения. Только от чего отказы? Перед чем уступки? Для чего изменения?

Здесь, мой дорогой друг, я вновь приглашаю на эти страницы, возможно, уже забытое Вами Созидание.

– Прошу Вас, Маэстро!

И теперь я торжественно восклицаю:

– Вас интересует, ЗАЧЕМ отказы, уступки, изменения? Я отвечу, мой друг. Для Счастья! Для ВАШЕГО Счастья! Но ПОМНИТЕ и неукоснительно СЛЕДУЙТЕ следующему: и отказы с Вашей стороны, и уступки, и изменения – ВСЕ, все до единого должны служат СОЗИДАНИЮ! СО-ЗИ-ДА-НИ-Ю!!! Запомните это и всегда следуйте этому правилу –

и Вы будете счастливы!

– Созиданию чего? – вправе поинтересоваться Вы.

И я вновь отвечу Вам со всей искренностью и убежденностью:

– Созиданию того, что будет созидать в свою очередь!

Вызубрим, друг мой, эту нехитрую формулу, как когда-то в детстве на уроке геометрии (только без того кислого выражения лица).

СОЗИДАТЬ ТО, ЧТО БУДЕТ СОЗИДАТЬ В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ!

Рассмотрим маленькую житейскую частность. Ваше любимое чадо, раскапризничавшись, требует (правда, без ножа у горла) мороженого. Вы сопротивляетесь, как можете, долго, а потом идёте на уступку. УСТУПКА! Стоп. Знакомая фигура. Но что она тут созидает? Больное горло? Может быть, и нет, наоборот, закаляет. А вот капризность, бесконтрольность порывов в личности Вашего чада эта уступка несомненно формирует! Но так ведь это Разрушение! Это ему, вынырнувшему из характера Ваших сына или дочери, Вы собственными руками подсластили жизнь! Вы потворствовали тому, созидали то, что РАЗРУШАЕТ! А это уже никак не укладывается в нашу формулу:

СОЗИДАТЬ ТО, ЧТО БУДЕТ СОЗИДАТЬ В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ!

– Так как же быть с мороженым? – вправе вновь поинтересоваться Вы.

Отвечаю:

– Либо на просьбу ребёнка Вы СРАЗУ соглашаетесь купить мороженое – и тут вовсе не может быть и почвы для тренинга капризности и бесконтрольности желаний Вашего ребёнка. Купили – и прекрасно! Он счастлив. Вы счастливы. Взаимопонимание и любовь. А если малыш ещё и подумает о Вас, по-братски поделившись лакомством! О, эта высшая нравственная ступень взаимоотношений! Быстро на неё, тем более, выговором, упрёком и раздражением не заскочишь.

Но вернёмся к мороженому.

К примеру, Вы возражаете. Вы против покупки. На то у Вас есть причины, неизвестные Вашему чаду: опасение за его горло (на улице так холодно!), нежелание отдаляться от автобусной остановки (вдруг транспорт подойдёт!), денег в обрез (до дому бы добраться), очередь, обвивающая ларёк (точно уж на солнцепёке).

Ваши причины для отказа должны быть убедительны по сути и по их последующему озвучиванию. Ответы типа «Не куплю – и всё!», «Отстань!», «Не канючь!» не принимают. Они не служат Созиданию того, что будет созидать в свою очередь: взаимопониманию, взаимоуважению, терпению, твёрдости, Любви!

Ваш отказ должен быть изложен чётко, кратко, твёрдо и спокойно. Четкость и краткость для того, чтобы люби-

мые маленькие ушки успели всё услышать. Твёрдость, чтобы огромные желания враз утихомирились, поняв, что им тут ничего не светит. И спокойствие, чтобы помочь и чёткости, и краткости, и твёрдости достичь поставленной Вами цели.

И ещё. Извещая Ваше чадо о столь трагическом для него отказе (а это действительно так!), постарайтесь не взирать на него сверху вниз холодно, отчуждённо и назидательно (чтобы сразу всё понял и не приставал!). В этом нет ни капли Созидания. И тем более учтите: чем чаще в прежние времена Уступки с Вашей стороны служили Разрушению, тем больше потребуется созидательных усилий теперь для формирования взаимопонимания, а значит, и для Счастья! Оказывается, над достижением Счастья приходится трудиться! (Какая досада! Вот бы всё и сразу!)

Если Ваше чадо находится еще во вменяемом состоянии, попробуйте присесть, твёрдо, но с нежностью и любовью повернуть его за плечи к себе, поймать и удержать его взгляд на уровне своего – непреклонного, но одновременно с этим и нежного, и любящего, и сочувствующего (а почему бы и нет?), но НЕ виноватого (!) – взгляда и сказать ему всю трагическую правду. Лучше успеть это сделать до того, как его истерики, а значит, и Разрушение вступят в силу.

И ещё один нюанс. Вспомните детство. Вы ведь тоже любили мороженое. Так же сильно, как теперь любят Ваши сын или дочь. Вы уже прекрасно поработали вместе с Созиданием, сумев в столь критическом положении донести до ребён-

ка и своё сочувствие (по поводу недостижимости сладкой цели), и своё уважение к нему, и нежность, и Любовь. Поработайте в этом направлении ещё самую малость. Купите ему мороженое! Вечером, завтра, через неделю, когда получите деньги! Купите! Купите для того, чтобы выразить свою Любовь, своё уважение к его этим самым сладким желаниям. Улыбнитесь, поцелуйте – светло, дружелюбно, а НЕ с заискиванием (!) провинившегося! И знаете что? Вручите ему это мороженое как награду! Да! Можно даже с небольшой долей пафоса, а то и вовсе в шутивно-торжественном исполнении:

– За мужество и победу в борьбе с капризностью и капризностью! Ура!

С помощью Созидания Вы ухлопаете сразу две цели. Во-первых, укрепите узы Вашей Любви и Взаимопонимания. А во-вторых, может быть, впервые Ваш малыш задумается о собственных недостатках и о радостном удовлетворении, вызванном победой над ними (подкрепленной тем самым вождленным мороженым!).

СОЗИДАЙТЕ ТО, ЧТО БУДЕТ СОЗИДАТЬ В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ!

Рассмотрим ещё один животрепещущий сюжет, на который мы прямо или косвенно наталкиваемся там и тут на страницах нашей старушки Жизни.

Юность, благоухание весенних цветений (а может быть, наоборот: сугробы по колено) и... Влюблённые! Те самые. ИМЕННО Влюблённые! Признаки этой счастливой болезни: искрящиеся улыбки и взгляды, объятия, поцелуи, уединённость и отрешённость от всего глобального Мира, провожающего их нашими с вами взглядами: вспоминающими (Когда-то и я...), завистливыми (Мне бы так...), желающими долголетия чужой, незнакомой Любви (Будьте счастливы...).

Долголетия... Бывает, уже через минуту Обида бесцеремонно втискивается между влюблёнными, Молчание замыкает им уста, а Отчуждение единым порывом тушит пламень жарких, горящих взглядов. Каково?

– Банально... – с дремотой в голосе произносит Кто-то, вновь присоединившийся к нашей беседе на этих страницах.

– Банально?!?! – с возмущением восклицаю я.

– У каждого бывает... – зевнув, тянет Кто-то.

– Но НЕ ДОЛЖНО быть!!!

Юная поросль Любви сжигается холодными порывами Разрушения! И ЭТО в самом НАЧАЛЕ! Пройдёт год, два, десять – и что же останется?!

– Выжженная, голая пустошь, по которой разгуливают ветры Отчуждения и Забвения... – постепенно просыпаясь и включаясь в эмоцию, метафорически замечает Кто-то.

– Нет, это не просто голая пустошь! Это свалка сломанных Судеб, разрушенных семей, изувеченных Душ! Страшная, беспощадная свалка! И она не за тридевять земель. Она

в Душах человеческих! И сколь у многих!

Помните последние строки многих народами слагаемых сказок: «Они жили долго и счастливо и умерли в один день...»? Прожить жизнь, будучи ДОЛГО счастливыми, то есть любящими и любимыми, будучи единым целым, с каждым годом обретая всё большее Счастье единения, – и умереть, не имея возможности духовного разобщения!

Эта фраза известна нам с раннего детства. Но через жизнь она так и остаётся фразой из сказки, то есть сказочной, нереальной, невозможной по совершенству Любви. В чём же секрет этой простой, короткой фразы, проносимой через века как заклинание Любви? В чём?

– В Созидании! – с жаром воскликну я.

– Созидание... Созидание... Одна демагогия! – слышится мне сейчас. – А если муж пьёт, к другой ходит, денег домой не приносит, не с детьми, а с друзьями время проводит, жена для него что столб фонарный!

– А она, она! Есть вовремя не приготовит! Неопрятна, неухожена, вечно ворчит, лучше бы пылесосом по квартире прошлась, пользы больше было бы!

Стоп! Стоп! Стоп!

Всё это мы знаем. Всё это мы слышали.

Вернёмся к началу нашего разговора:

**СОЗИДАТЬ ТО, ЧТО БУДЕТ СОЗИДАТЬ В СВОЮ
ОЧЕРЕДЬ!**

Ведь когда-то вы тоже созидали! Созидали СЕМЬЮ!

Вопрос:

– Её вы созидали как ещё один горький пример Разрушения?

Судя по вашим взаимным упрёкам – ДА!

Так о каком Счастье может идти речь?!!!

– Ладно, сдаюсь... – устало выдыхаете Вы. – Я согласен. – И вяло добавляете: – Вы убедили меня. Я хочу созидать. Я хочу быть счастливым. Что дальше?..

Вы смотрите на меня выжидающе, не веря ни себе, ни мне. Энтузиазма – ноль. Патетики – и того меньше.

И всё же я безмерно рада за Вас!

А дальше? Дальше РАБОТАТЬ!

Итак...

Глава третья. Наполеоновские планы... Правда, не без оглядки на фельдмаршала Кутузова.

Вот мы и приблизились вплотную к главному, решающему сражению за Ваше, мой друг, Счастье!

Как и к любому сражению, подготовка к нему требует продуманности, скрупулёзности, последовательности и... ВЕРЫ в собственную Победу!

Мы победим! Победим без кровопролития и жертв, если, правда, не пересчитывать разбитых в пух и прах недостатков, навечно уничтоженных ложных стереотипов и заблуждений, если не замечать лишившегося головы и дара речи самого Разрушения!

Итак, как жить по законам Созидания? Что поможет Вам? За что зацепиться? От чего оттолкнуться?

– И где вовремя нырнуть, – скороговоркой встречает Кто-то.

– Подсказка не верна. Болотная тишь и гладь – это не наш стиль. Борьба! Только борьба! С открытым забралом. С целеустремлённым, чистым взглядом. Расправьте плечи, приободритесь. Ветер бьёт в грудь. Вы подставляете его напору лицо и смеётесь – радостно, раскрепощённо, как ребёнок! Вы готовы к борьбе!

ПЕРВОЕ: ВЫБЕРИТЕ ЖИЗНЕННЫЙ ПРИОРИТЕТ! РАЗРУШЕНИЕ ИЛИ СОЗИДАНИЕ?

Я сознательно вновь и вновь возвращаю Вас, мой друг, к этому выбору! И подчёркиваю: Вы выбираете сейчас ЖИЗ-НЕННЫЙ приоритет! Не сегодняшний, не завтрашний, не недельный, не месячный – июньский или январский, не квартальный, а ЖИЗ-НЕН-НЫЙ! То есть и сегодняшний, и завтрашний, и недельный, и месячный (включая и морозный – что, впрочем, возможно! – январь, и жаркий июнь), и кварталный, кстати, не менее жаркий (особенно к концу)!

Мы выбираем приоритет на ВСЮ ЖИЗНЬ! В этом мы должны отдавать себе отчёт!

Итак, Созидание? Прекрасно!

А теперь вопрос:

– Где черпать энергию для своей борьбы – длительной, упорной и тяжёлой?

Вопрос правомерный и очень своевременный!

Поэтому —

ВТОРОЕ: ЗАХОТИТЕ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМИ!

Разбудите ЭТО в себе. Горячо! Энергично! Радостно! Обязательно радостно!

Ваше сражение с Эгоизмом за передел внутренней Вашей сути будет полон мрачных и бессильных минут. Чем ободрить себя? Чем себя встряхнуть?

Отвечаю. Радостью! Оптимизмом! Азартом, наконец!

Возможно, кому-то поможет возврат в Детство. Вспомните в нём самые окрыляющие Вас тогда моменты. Сколько в них Света, полёта Души! Пространство Вашего теперешнего восприятия жизни «дом – работа – и т. п.» растёт, ширится, охватывает собою весь этот огромный, прекрасный мир. Морщинки на лбу, скованные многолетним «взрослым» напряжением, разглаживаются. Вы молодеете душой. И летите!

Приучите себя возвращаться в эти полёты, когда Вера в свои силы, в свою цель уходит от Вас, когда тяжело и хмуро на душе.

А кому-то, может, потребуется просто встряхнуть себя эмоционально! Конечно, речь идёт ТОЛЬКО о положительных эмоциях! Взбодриться душевно! Духовно! Разбудить позитивными эмоциями восприятие красоты. Мы так задавлены негативами и внутри себя, и извне – и произвольными, и произвольными. Они – наша ПРИВЫЧКА, наша жизнь. Это страшно! Возможно, Вам придётся ещё и заставлять себя ИСПЫТЫВАТЬ РАДОСТЬ – чистую, светлую, окрыляющую, смывающую с Души Ваш закоренелый пессимизм, дарующую силы и Веру в жизнь, в людей, в Доброту!

Обязательно пусть отдельной строкой в списке Ваших наиважнейших ежедневных дел будет занесена РАДОСТЬ!

– Какая, к чёрту, радость?! Да Вы взгляните вокруг! Разуйте глаза! Это же ужас что такое! Каждый день с этим сталкиваешься! А дома? Дома же каторга сущая!

– Нет, нет и нет!!! Не позволяйте себе ТАКИЕ мысли! Не разрушайте себя!

– Так что, мне спокойно и радостно, как Вы призываете, взирать на всё это?! Так прикажете?

– Ни в коей мере!

– Так КАК тогда? И это Вам не так, и то!

– Я призываю Вас для начала НЕ МНОЖИТЬ в этом мире и так всемогущее Разрушение. Оно огромно. Слишком огромно. Оно слагается из нас, из наших разрушений. Не множьте его СВОИМ собственным! НЕ РАЗРУШАЙТЕ! Это первое.

И второе. Я призываю Вас ПРОТИВОСТОЯТЬ Разрушению. В первую очередь – В СЕБЕ САМОМ! А не просто стоять в сторонке, опасаясь, что капля-другая оно пополнил запасы Разрушения мирового. И опять-таки противостоять СОЗИДАНИЕМ! А Созидание не будет оставаться в стороне, пока Разрушение творит свои гнусности!

И мы уже скоро призовём на помощь наших помощников! Да! Внутри каждого из нас глубоко укоренились не только недостатки, но и великие силы противостояния им. Первое надо выкорчевать, а второму помочь дать сильные, здоровые всходы. (В изучение теории жизненной агротехники мы ещё углубимся.)

Главное для Вас сейчас – В НАЧАЛЕ ПУТИ (возьмите это просто на веру!) научить себя испытывать радость! ПРИУЧИТЬ себя к этому. Позже обретение радости войдёт в по-

требность Души, проще, в привычку. Привычка – в характер.

Чистая, искренняя радость – залог Вашего Счастья! ПЕРВАЯ ступенька Созидания! Пусть с усилием, но взберитесь на неё!

Вы ещё так молоды! Вам 20, 30, 40, 50, 60, 70 ... 100 лет! В Вас еще есть силы для этого!

Это же безумие – все ещё отпущенные к уже прожитому годы провести во мраке Неверия, отчаяния и злобы! Жизнь одна! Распахните окно Души настежь. Пусть в него безудержно и открыто заструятся потоки Радости. А через Радость – запланированную (!), систематическую (!) (Господи! Скулы сводит от формализма!) – научитесь ощущать Счастье, распознавать его, УЗНАВАТЬ!

Научитесь ЗАХОТЕТЬ быть счастливым!

А потом —

ТРЕТЬЕ: НАУЧИТЕСЬ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМИ!

Как?

Для разминки вспомним такое забытое слово АЛЬТРУИЗМ. Вспомнили? Если нет, заглянем в толковый словарь.

«Альтруизм – готовность бескорыстно действовать на пользу другим, не считаясь со своими интересами».

– Эка куда хватили! А Вы знаете этих других? Они же из Вас верёвки вить станут, всю работу на Вас скинут! И Вы, как идиот, со своим, как Вы сказали, альтруизмом весь этот груз на своём горбу потащите! А они за Вашей спиной ещё и

смеяться над Вами будут. Нет уж, спасибочки! Жизнь сейчас не та. Альтруист Ваш сегодня что динозавр или мамонт! А я ни то, ни другое!

– Стоп. Вспомним вместе нашу главную формулу. Созидать ТО, что БУДЕТ СОЗИДАТЬ в свою очередь! А если Вы (из совершенно благих и бескорыстных побуждений!) взвалите на себя работу других, которую они сами В СОСТОЯНИИ ВЫПОЛНИТЬ, то тем самым Вы станете созидать в «этих других» лень, корысть, стремление пожить за чужой счёт! А ЭТО уже РАЗРУШЕНИЕ! Вы будете созидать Разрушение!

Значит, и альтруизмом надо пользоваться с умом – НА ПОЛЬЗУ ДРУГИМ, но обязательно искренне и с чистыми помыслами.

А пока для начала отнеситесь к понятию АЛЬТРУИЗМ с уважением. Именно его бескорыстными и чистыми руками вершится истинно великое! Доверьтесь этому чувству и ВСЕГДА выражайте его в соответствии с нашей формулой: СОЗИДАТЬ ТО, ЧТО БУДЕТ СОЗИДАТЬ В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ! Это первое.

Второе. Научитесь быть счастливым, бескорыстно ДАРЯ РАДОСТЬ ДРУГИМ!

В первую очередь это касается близких и дорогих Вам людей. Дарите им улыбки, приятные минуты, сюрпризы и добрые шутки. Дарите им теплоту Вашей Души. Дарите им радость и счастье. Расточайте, расточайте это богатство без

удержу!

Конечно, сразу, скорее всего, ничего не получится. Не хватит ни энергии, ни времени, ни фантазии. А может, осознания глубины Ваших чувств и краткости отпущенной нам всем жизни? Или просто не умеем? Или разучились?

Тогда вспомните мой совет: разбудите в себе радость! Горячо! Энергично! Чистая радость – сама по себе – уже Созидание! Призовите её на помощь себе! И вместе созидайте радость других! Не ждите выходных, дней рождения, красных дней календаря! Жизнь одна! Времени в обрез! Уже сегодня, сейчас, читая эти строки, прислушайтесь к своему сердцу. Кто в нём? О ком Вы сейчас подумали с теплотой и нежностью? Человек дорог Вам. Он далеко? Напишите ему СМС-ку (несколько слов), а лучше письмо (несколько строк), пошлите открытку, пусть хотя бы «электронную», или пустячок в бандероли, посылку. У кого нет интернета – телеграмму, наконец: «Скучаю, помню, жду встречи!». Или: «Люблю, лечу, жди!» А может: «Приезжайте в гости!»... И пусть эти слова летят через сотни километров, даря, расточая радость всем, кому попадутся на глаза и кто умеет радоваться за других: усталому почтальону, соседу по коммуналке, случайно заглянувшему адресату через плечо, или всегда знающим всё про всех «подъездным» бабушкам, несущим неустанную вахту на скамеечках рядом с домом.

Идите, сделайте это сейчас! Не медлите! Не откладывайте! А потом вернётесь – и мы продолжим наше общение.

Спешите! Спешите дарить радость!

– А если близкие люди здесь, рядом, только руку протяни?

– Так вот и протягивайте! Это самое элементарное, то, что ВСЕГДА «под рукой»!

Взгляните на свою руку, которой сейчас держите книгу (только не роняйте), аппетитный перекусон (кстати, приятного аппетита), поручень в автобусе или вагоне метро (не упадите, ради Бога!) или в час-пик соседа за шевелюру (А что? Всё может быть...), взгляните на свою руку! Это же совершенный инструмент! В её честь кантаты слагать надобно! Поистине она столь выразительна! (И не только в гневе!) Она может быть тёплой, мягкой, нежной, дарящей ласку, любящей, упоительной. Ваша рука послушна во всём Вашему сердцу. Приучайте себя и своё сердце дарить ею не меньше радости, чем улыбкой. Как скульптор лепите ею эту радость! Научите Ваши руки общению – любящему, созидающему! (А то бывает, они либо что молот по наковальне, либо «человеки в футляре»!)

Третье. Научитесь быть счастливым, ПРЕОДОЛЕВАЯ СОБСТВЕННЫЕ НЕДОСТАТКИ.

Для начала, мой друг, изучите их вплоть до мелочей. Прихлопните, как навязчиво жужжащую над ухом муху, ещё один ложный стереотип «Кто без недостатков!». Не оправдывайте себя им! Помните: все Ваши недостатки – порождение ЭГОИЗМА! Следите за ними в себе самом и, как только Эгоизм вознамерится вынырнуть из Вас в образе жалости к

себе, лени, раздражительности, обиды (О, он многолик! Но всегда печётся только о себе любимом!), то бац (!) его по макушке!

Этот этап Вашего сражения за ВАШЕ Счастье, мой друг, будет долгим и трудным. Сколько неудач, провалов, минут бессилия встанут грудью на Вашем пути. Поэтому совет: не бросайтесь на свой Эгоизм с первого дня, как на амбразуру, будто это и последний Ваш день. Начните потихоньку, разок, другой. Наблюдайте за собой как бы со стороны. Подмечайте его, разглядывайте внимательно. Ведь вот он – ГЛАВНЫЙ Ваш враг! Враг Вашего счастья. Уродливый, нелепый, злой и беспощадный!

Борьба будет тяжёлой. Причём, учтите, что Ваш Эгоизм, налетая в пылу Ваших ссор и конфликтов на Эгоизм других людей, будет сердечно жать тому руку, пока Вы бушуете и изливаете горечь по поводу несовершенства других, обиду на грубое слово, раздражение на непонимание и бестолковость.

– Да как же иначе?! Бывает, сил никаких нет! Объясняешь, объясняешь, бьёшься как рыба об лёд, – и всё впустую! Не захочешь, а вызверишься!

– Понимаю Вас. И всё же. Действие рождает противодействие. Негативное действие порождает ответный негатив. Разрушение порождает ТОЛЬКО Разрушение, которое в свою очередь будет... разрушать! А если не так?

– А как? Как?!

– Успокойтесь. Немного погодя мы познакомимся с наши-

ми помощниками и с их помощью многое поймём. А пока я чуть приободрю Вас, мой обессиленный друг! Поверьте, на нелёгком пути к Счастью Вы не только будете расходовать силы на борьбу с собственным Эгоизмом, но и... восстанавливать их именно этой борьбой!

– Парадокс!

– Нет. Ваша борьба за Созидание в себе самом превратится в широкомасштабные Олимпийские игры, в которых Ваши Дух и Воля проявят чудеса выносливости и силы. Вы своей борьбой с Эгоизмом будете укреплять их, а они – Вас! Когда совместными усилиями Вы станете прихлопывать недостаток за недостатком, то тут!..

Да Вы прикиньте, мой друг, (можно без калькулятора) сколько сил воруют, выкачивают из недр Вашего Сознания и Души все эти недостатки, их последствия, а ещё и недовольство собственным характером, образом жизни. (Ох, уж эта Самокритика, везде нос сунет!)

И вот Вы избавляетесь (!) от всего этого негативного мессива Разрушения. Вы высвобождаете затрачиваемую на него энергию! Это же мощь! Глыба!

А крылья за спиной, крылья Вдохновения одержанной победой?! Вы чувствуете их? Так чего же Вы ждёте? Летите! Летите без страха и оглядки! Вы заслужили этот полёт Счастья!

Четвёртое. Научитесь быть счастливым, ПОЗИТИВНО РАЗРЕШАЯ СЛОЖНЫЕ СИТУАЦИИ.

Вот уж чем-чем, а ими наши дни бывают насыщены до придела. До вечернего телесериала или газеты мы доползаем на последнем вздохе. Экран телевизора или газетный лист самоотверженно заслоняют нас от негативных стрессов.

Да... Стрессы, стрессы... Сложности жизни... В метро толкнули, в автобусе накричали, начальник Полкана спустил (у него целая овчарня!), с женой поругался, дети не слушаются, сессию провалил, зонтик в троллейбусе забыл, часы сломались, сын двойку получил, машину угнали, на работу опоздал, с работы уволили...

– На работу приняли!

– Ура! Хотя это тоже стресс, да ещё какой! Но положительный. Поздравляю от души!

Но вернёмся к сложным житейским ситуациям. Их постоянство «умиляет». Да, одни из них могут быть мелочны, но зато другие сродни тайфунам и землетрясениям. Да, одним достаточно легко заткнуть рот, у других же – лужёная глотка. Одни сложности жизни обязаны рождением нам, у других – родителей и вовсе не сыскать. Нюансов и различий масса. Как же нам на тяжком и долгом, полном препятствий пути к счастью не сбиться с верного фарватера, как созидательно плыть в частенько бушующем напряге жизни? Об этом разговор как раз впереди.

Главное сейчас уяснить следующее: любая напряжённая ситуация, независимо от ее индивидуальных характеристик, должна с Вашей посильной помощью искать наиболее ПО-

ЗИТИВНЫЙ, то есть **СОЗИДАТЕЛЬНЫЙ** вариант разрешения себя самой.

А теперь после всего вышеизложенного подведём первые итоги!

Перед нами блестяще составленный нашими, мой друг, усилиями

ПЛАН БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ,

до которого любому из наполеоновских планов, ох, как далеко...

1. **ВЫБРАТЬ** Созидание как жизненный приоритет.

2. **ЗАХОТЕТЬ** быть счастливым! Разбудить это в себе горячо, энергично, радостно!

3. **НАУЧИТЬСЯ** быть счастливым:

а) бескорыстно (!) помогая другим

(но **ОБЯЗАТЕЛЬНО** созидая то, что будет созидать в свою очередь!);

б) бескорыстно (!) даря радость другим;

в) позитивно (!) преодолевая собственный Эгоизм;

г) позитивно (!) преодолевая сложности Жизни.

НАУЧИТЕСЬ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ, СОЗИДАЯ!

Глава четвёртая. Поди туда – не знаю куда, найди то – не знаю что, или в тридевятом царстве, в тридесятом государстве...

Ой, погодите! Что-то я не туда завернула...

Нам так далеко не надо. У нас задачи поскромнее.

Да к тому же мы обессилены, задавлены осознанием масштаба собственных несовершенств и непосильностью поставленной цели:

НАУЧИТЬСЯ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ, СОЗИДАЯ!

– Нет... Это совершенно неприподъёмно... – в изнеможении выдохнул Кто-то. – В одиночку не справиться...

– Почему в одиночку? У нас у всех помощников – масса. Да ещё каких! Да не оглядывайтесь. Они не вокруг, они внутри нас!

– ?!...

Вы смотрите на меня с искренним сожалением, как на душевнобольного. Хорошо, что так, а не с раздражением или пренебрежением. Это говорит о том, что в Сознании Вашем множатся силы Созидания. Ведь искренность, сожаление, сочувствие – это всё им выпестованные дети.

И всё же прислушайтесь к моим словам. Вспомните о

двух Ваших Истоках. Истоках Вашего Сознания. И если Эгоизм во всей своей многоликости – порождение Разрушения, то всё, противоположное ему, – любимые чада Созидания. Именно они и есть наши драгоценные помощники и союзники на тяжком, длительном, полном терний ПУТИ К СЧАСТЬЮ.

– Тук... тук... тук... – мерно отстукивает мгновения нашей жизни великий труженик Сердце. – Тук... тук... тук...

Дыхание спокойно. На душе светло и тихо.

– Тук... тук... – вторит Сердце стучащим в памяти бабушкиным ходикам на стене.

Размеренный тихий стук. Он успокаивает своим нежным и неспешным постоянством.

Вы слышите?..

Тук-тук... Тик-так... Тук-тук... Тик-так...

Ходики идут и идут. И маятник раскачивается из стороны в сторону постоянно...

Постоянно... Постоянство... Вам не кажется, мой друг, что в этих словах что-то есть? Нет, положительно есть! Несомненно, есть! Уверенность, спокойствие, достижение цели.

Вот и первый наш друг – ПОСТОЯНСТВО.

Научиться быть счастливым возможно. Но лишь воздвигнув Постоянству высоченный пьедестал!

– Зачем такие затраты? – потрясённо восклицает Кто-то.

– В мыслях! Всего лишь в мыслях... – успокаиваю я его поспешно. – И затем, чтобы виден он был нам с самой далёкой окраины нашего Сознания и этим непрестанно напоминал:

ЧТОБЫ НАУЧИТЬСЯ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ, НАДО УЧИТЬСЯ ЭТОМУ ПОСТОЯННО!

Так что, приступайте, мой друг, к строительству!

Хотя погодите. Для разминки я предлагаю Вам прогулку в горы. Свежий воздух. Лёгкий ветерок. Хорошее настроение. Каково? К тому же крутой подъём. А может быть, спуск?

Вот и давайте разберёмся...

Вопрос двоечникам (на засыпку).

– Что легче: карабкаться по склону вверх или спускаться по нему вниз? (Возьмём эдакий склончик, хоть с трудом, но доступный большинству читателей.)

– Что за вопрос? – Кто-то фыркает, удивлённый моей тупостью. – Конечно, спускаться.

Я пристально, прищурившись, смотрю в чёрные бусинки зрачков его удивлённо-пренебрежительных глаз.

– Вы уверены? А если подумать...

Взгляд моего незримого собеседника теряет оттенок превосходства. Ресницы вздрагивают. Кто-то явно в замешательстве.

– Давайте думать вместе, – предлагаю я. – Представим аллегорически нашу Жизнь как некую высоченную (надеюсь!)

гору, вершина которой затеряна где-то в белоснежном кружеве облаков. Представили? Голова не кружится? Нет? Вот и хорошо.

Теперь вопрос второй. Троечникам.

– Что вы предпочтёте: карабкаться по склону этой горы вверх или спускаться с неё вниз? (Положим, что мы чудом оказались, то бишь зависли с нашим вопросом посередине где-то между небом и землёй.)

– Да домой пора! Сколько же по этим горам лазить! Мочи уж нет! – Запыхавшийся и обессиленный Кто-то начинает терять своё превосходное самообладание.

– Минуточку терпения!

Вопрос третий. Хорошистам.

– А где тогда ваш дом, то место, где всегда уютно, светло, радостно, то есть, иными словами, пристанище Вашего Счастья, основа Вашей Жизни и Судьбы? Ведь гора наша – всего лишь аллегория, и склон её – ПУТЬ, жизненный путь. Либо ВВЕРХ, к свету Созидания. Либо ВНИЗ, во мрак Разрушения...

– Ну, раз так... – протянул Кто-то с явным облегчением. – Так сразу бы и сказали. Тогда вверх, вверх, к свету. Там наш дом, то есть, я хотел сказать, Счастье.

– Что ж, отлично. Только не тяжеловато будет?

– Не-е-е... – уверенно тянет Кто-то.

Тогда вопрос четвёртый. Отличникам. (Кстати, вопрос с математическим уклоном, но в нужную нам сторону.)

– Итак, если пренебречь Постоянством и тяжелейшее восхождение к вершинам Вашего Счастья перемежать с лихими, а порой и затыжными скатываниями вниз, во мрак Разрушения, то где Вы окажетесь, допустим, лет эдак через двадцать?

Сложите все Ваши недостатки, подсчитайте суммарную силу Вашего Эгоизма, помножьте её на подорванное Разрушением здоровье (через двадцать лет), возьмите в расчёт крутизну Вашего подъёма и приблизительную частоту и длительность безрадостных спусков с него. Так где Вы окажетесь? Через двадцать лет?..

Поэтому разумнее с радостью и энергией, не теряя времени, приступить к строительству. И путь Постоянство обретёт в Вашем Сознании не только высоченный пьедестал, но и силу, и неизменность и Вам, и самому себе.

Но что заключает в себе Постоянство? Фигура пока мало-знакомая и скрытная.

– Да шут его знает. Постоянство и заключает... Вон торчит себе на пьедестале как пуп земли. То же мне... – Кто-то с досады отворачивается, предоставляя Постоянству возможность лицезреть лишь его понуро опущенные плечи и сгорбившуюся спину.

– Да... настроенице... Очевидно, что на сегодняшний день Постоянство обрело в Сознании Кого-то только высоченный пьедестал, но не силу и не неизменность. Переуто-

мился, бедняга... Пусть отдыхает.

А мы вернёмся лёгкой, бодрой походкой (Нам теперь все горы по плечу!) к нашему достойному ПЛАНУ ДЕЙСТВИЙ. Заглянем в него ещё раз.

Пункт первый: **ВЫБРАТЬ СОЗИДАНИЕ КАК ЖИЗНЕННЫЙ ПРИОРИТЕТ**. Помните?

При этих словах Кто-то нервно подёргивает плечом.

Согласен, видимо.

Пункт второй: **ЗАХОТЕТЬ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ! РАЗБУДИТЬ ЭТО В СЕБЕ ГОРЯЧО, ЭНЕРГИЧНО, РАДОСТНО!**

Кто-то начинает сопеть и шмыгать носом. Лица не видно, лишь сгорбленная спина. Очевидно, слёзы радости.

Великолепно!

И, наконец, пункт третий: **НАУЧИТЬСЯ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ!**

Но научиться быть **ПОСТОЯННО** счастливым возможно лишь, имея в наличии **ПОСТОЯННОЕ ЖЕЛАНИЕ** быть счастливым!

Таким образом, мы снова обращаем наши просветлённые взоры на пункт второй нашего достойного плана действий и заодно, перевернув с десятков страниц назад, в главу третью «Наполеоновские планы...»

Вспомним, нет, на этот раз вовсе не ложный стереотип, а наоборот, глубокую, гениальную и простую (а всё гениаль-

ное просто, то есть логично, практично, реалистично, гармонично и проч.!) МУДРОСТЬ веков:

ПОСТУПОК РОЖДАЕТ ПРИВЫЧКУ, ПРИВЫЧКА РОЖДАЕТ ХАРАКТЕР, ХАРАКТЕР РОЖДАЕТ СУДЬБУ!

Если наши поступки, основанные на постоянном желании быть счастливым, переродятся в привычку, привычка, лучше сказать, потребность быть счастливым родит в великих (в самом высоком понимании) муках наш счастливый характер, то о том, что произойдёт далее, догадается даже новорождённый!

Судьба! Сколь часто это ёмкое восклицание срывается с уст с интонациями роковой безнадёжности и обречённости. Судьба! Ничего не попишешь!

Нет! Нет! И нет! Мы будем созидать другую Судьбу! Через горе и потери, через препятствия, всегда, как заговорённые, встающие у нас на пути к Счастью! Судьбу счастливую, не смотря и не оглядываясь ни на что!

Но путь к нашему Счастью – вверх, **ТОЛЬКО ВВЕРХ!** – должен быть **ПОСТОЯНЕН!** И это Постоянство (тут мы открываем великий секрет!) заключает в себе – не шут знает что, как глубокомысленно заметил Кто-то, – а то самое **СОЗИДАНИЕ** в самом глобальном представлении!

Созидайте то, что будет созидать в свою очередь! Созидайте **ПОСТОЯННО!** Каждым поступком. Каждой мыслью. Каждой улыбкой. – Себя. Любовь. Жизнь. Сегодняш-

ний день и вот эту самую минуту.

Помните пункт третий нашего Плана: «**НАУЧИТЬСЯ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ, СОЗИДАЯ**»? Добавим: научитесь быть счастливым постоянно, созидая постоянно!

Итак, наш первый помощник – **СОЗИДАЮЩЕЕ ПОСТОЯНСТВО!**

– Но как подружиться с ним? Вряд ли через пару недель или даже месяцев я смогу эдак по-приятельски похлопать его по плечу и предложить замахнуться на какой-нибудь доселе недостижимый аспект Созидания в своём фанатичном желании быть счастливым... – вправе поинтересоваться Вы.

– Совершенно справедливо, мой друг. Постоянство, оно, знаете ли, не лыком шито. Но и к нему подход имеется...

Представим Вас как главного героя нашего повествования в пункте А и незнакомое нам **СОЗИДАЮЩЕЕ ПОСТОЯНСТВО** в пункте В. Задача, на первый взгляд, для первоклассников. Вам надо из пункта А попасть в пункт В. Но ни я, ни Вы понятия не имеем ни о времени, за которое Вы преодолеете заданный самому себе путь, и ни о скорости Вашего достославного передвижения по этому нелёгкому пути в надежде дружески пожать руку Созидающему Постоянству. И эту первоклассную задачу нахождение неизвестного расстояния S путём перемножения не менее неизвестных t и v решать Вам, мой дорогой друг, и только Вам!

Приложим некоторое количество фантазии – и вот Вы, ре-

шительный, неодолимый, монолит, одним словом, встаёте на торную дорожку эту в твёрдом намерении вышагивать по ней вплоть до самой цели, то есть до прочно укоренившегося в Вашем характере Созидающего Постоянства. Что ж... Скатерти-самобранки для подкрепления Ваших сил у меня нет, клубочка-путеводителя тоже... Но! У Вас самого, мой друг, имеется то, чем себя одарить и сможете:

ПОСТЕПЕННОСТЬ и ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ!

ПОСТЕПЕННОСТЬ по правую руку поставьте. Придержит Вас, если с самого начала пути кинетесь как оголтелый навстречу Созидающему Постоянству, чтобы через два дня, а то и два часа рухнуть обессиленным на землю, не только напроць о нём забыв, но и о Счастье своём не вспомнив.

А по леву руку ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ разместите. Подтолкнёт, удержит, если назад вертаться надумаете, в силах и желании своём засомневаетесь, с торной дорожки свернуть в сторону, увильнуть не позволит.

Вот теперь и в путь-дорожку можно. Навстречу Постоянству. СОЗИДАЮЩЕМУ, подчёркиваю особо! Вы – посередине. А Постепенность и Последовательность – справа и слева. Ну-ка, взя-ли! Под белы ручки да вперёд – постепенно, но и последовательно!

Скатертью дорога!

И добавим: счастья у порога!

У порога Вашего дома!

У порога Вашего Сердца!

У порога Вашей Судьбы!

А пока идём да о встрече со Счастьем своим мечтаем, подведём пусть скромные, но ПЕРВЫЕ итоги, суммируя ПЕРВЫЕ наши достижения и получив в итоге ТО САМОЕ, что за тридевять земель в тридевятом царстве и днём с огнём не сыскать:

ПОСТОЯНСТВО СОЗИДАЮЩЕЕ!!!

плюс

ПОСТЕПЕННОСТЬ

плюс

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ

получаем

СОЗИДАНИЕ (Главный помощник № 1)

Глава пятая. «Мгновения спрессованы в годах...», или рядовые будни разведчика суперкласса.

Итак, научитесь быть счастливым постоянно, созидая постоянно! Созидая именно ТО и ТОЛЬКО ТО, что будет созидать в свою очередь!

– Да помню я, помню! Дальше-то что? – замученно выдыхает Кто-то, вяло передвигая ноги навстречу Созидающему Постоянству, маячившему где-то на горизонте Сознания.

– Дальше? Ещё интереснее! Но прежде, мой друг, остановимся, переведём дыхание, не теряя, однако, из виду монументальную фигуру того, с кем так горячо ждут встречи наши сердца, и... разыграем спектакль! Да, да, спектакль! Жанр? О, захватывающий! Погоня, стрельба, враги наутёк. Но вначале кропотливое и долгое расследование. И столь запутанное, что невольно возникает вопрос: кто тут кого водит за нос? Мы? Или нас?

Герой? Пожалуйста, на выбор: Шерлок Холмс, комиссар Мегрэ, Агата Кристи во всех своих многообличиях! Или ещё лучше: Штирлиц! И эта роль – главная, прошу заметить, – Ваша! Вам! Да, всё Вам!

– Господи!.. Это-то мне ещё за что? – со стоном тянет Кто-то, ругая меня на чём свет стоит.

– Успокойтесь, мой друг! Поверьте, роль первоклассного разведчика теперь – на пути к Созидающему Постоянству – Вам как нельзя кстати. И очень к лицу, прошу заметить!

– Эх, где наша не пропадала! Была не была! – с задором отчаяния восклицает Кто-то.

И я читаю в его вспыхнувшем взгляде, что в эту минуту ему и море по колено. Прекрасно!

Итак, разведчик суперкласса обязан выполнить сверхсложную задачу своего Мозгового Центра по сбору информации и разоблачению некоего неизвестного Икс, внедрившегося в Сознание достаточно давно, окопавшегося там достаточно основательно и замаскировавшегося даже слишком.

Кстати, мой друг, в чём преимущество разыгрываемой пьесы перед ещё не сыгранной Жизнью? Не догадываетесь?

В пьесе, сценарий которой Вы с таким недоверием держите в руках, мы хоть сейчас, перевернув с десяток страниц, прямо в упор взглянем на своего противника и...

Тут напряжённый момент... Пауза... И со всей полагающейся в пьесе мелодраматичностью в голосе Вы восклицаете:

– О, Господи! Опять этот Эгоизм! А я-то думал... – Ваш голос гаснет в разочаровании и унынии.

– Не отчаивайтесь, мой друг! Опыт первоклассного раз-

ведчика, приобретённый Вами в процессе репетиций, как нельзя кстати окажется и в жизни, в Жизни, ещё не сыгранной до конца!..

Итак, в спектакле Вы и Ваш противник – ярые антагонисты, на дух не выносящие друг друга. Так оно и в жизни. Ваш ЭГОИЗМ – Ваша полная ПРОТИВОПОЛОЖНОСТЬ! Представьте его – ВНИМАНИЕ!!! – как некую САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ СУЩНОСТЬ, чёрную, разрушающую, всё подчиняющую себе, своему Высокому Ничтожеству! Представьте ярко, чётко, сильно!

Представьте, как Вы неимоверными усилиями ОТДЕЛЯЕТЕ её от себя – эту гнусную самостоятельную Сущность, липнущую к Вам, сросшуюся с Вами! Отделяете упорно, всем напряжением сил. И вот она – эта Сущность – перед Вами. Глаза – в глаза. Тут Вы. Напротив Ваш Эгоизм. Старайтесь удержать это раздвоение, размежевание, запомните его, сохранить!

К тому же зачастую неясно, как бороться с самим собой. И намного яснее – зримее, определённое – как бороться с другим. Эгоизм и есть этот другой! И да будет так! Навсегда!

А сейчас закройте глаза. Вдох... Выдох... Медленно. Сосредоточенно...

Нет, нет, мой друг, я вижу, Вы не последовали моему совету. Постарайтесь, прошу Вас. Итак, глубокий вдох... Выдох... Медленно: вдох... выдох...

А вот теперь подведём некоторые итоги и сформулируем

некоторые выводы, которые напрашиваются сами собой после только что пережитого.

ПЕРВОЕ. Представьте Эгоизм как некую самостоятельную Сущность, внедряющуюся в Ваше Сознание извне и пытающуюся разрушить Вас до основания изнутри.

ВТОРОЕ. Действуйте как первоклассный разведчик, подмечая все наимельчайшие шаги, наихитроумнейшие выверты и приёмы маскировки наивысочайшего класса Вашего наиглавнейшего врага внутреннего фронта – Эгоизма.

– Понял. Всё понял. Я это я. Он это он. Враги на всю жизнь Дальше-то что?

– Мой наидрагоценнейший Кто-то, с каждой минутой и каждой страницей Вы становитесь для меня всё более наценны! А далее мы продолжим наше бодрое движение навстречу Созидающему Постоянству, по дороге поразмыслив (вооружившись ручкой и листком бумаги) над ТРЕТЬИМ и последним выводом великого и непознанного нами САМОПОЗНАНИЯ: с помощью чего Вы, первоклассный разведчик, будете подмечать наимельчайшие шаги, разоблачать наихитроумнейшие выверты и настигать наиглавнейшего врага Вашего внутреннего фронта?

– Ну... это... – в раздумье тянет Кто-то, покусывая кончик ручки, а заодно и моё нетерпение.

– Так, запоминаем и записываем. Первое: активизация

мышления. Второе: наблюдение. Наблюдение ведём постоянно, врага из вида не выпускаем ни на минуту. Активизируя на 200% СМБ (ту самую Собственную Мозговую Базу), отслеживаем и фиксируем каждый его шаг. Но брать ещё рано. Запомнили? Прекрасно. Повторим.

ПЕРВОЕ. Представим Эгоизм как некую самостоятельную Сущность.

ВТОРОЕ. Отслеживаем каждый его шаг на внутреннем фронте как самый первоклассный разведчик.

ТРЕТЬЕ. Активизируем самонаблюдение и самоанализ.

Вот, вот оно – Великое САМОПОЗНАНИЕ! Но даже у него силёнок маловато в одиночку сойтись в открытой схватке с Вашим наиглавнейшим врагом внутреннего фронта.

САМОКРИТИЧНОСТЬ – вот то необходимое пополнение наших ещё слабых рядов для борьбы с врагом, сильным уже и в одиночку.

– Самокритичность... Самокритичность... Да и так с утра до вечера ею занимаюсь. Жую себя, жую. Уже всего обглодал. Толку – ноль.

– Верю. Верю. И Вы поверьте: искренне сочувствую. Только самокритичность тут ни при чём. Вы не ею, а самоедством занимались. То-то одни косточки и остались. Разрушительным душевным мазохизмом! Можно и так назвать. Помните: созидать то, что созидает в свою очередь? А са-

моедство разрушает. Разрушает нервы, душевное равновесие, доброжелательность, самоуважение, счастье, наконец! А нам, позвольте, созидать надо! Нам САМОКРИТИЧНОСТЬ нужна, что не разрушать, а созидать будет всё то же самое: нервы, душевное равновесие, доброжелательность, самоуважение, счастье, наконец!

– Да что Вы мне тут поёте? Созидать, созидать... Да как же, ругая себя на чём свет стоит, я ещё и созидать буду?!

– Стоп. Ругань в свой или чужой адрес – опять Разрушение. Наша тихая, сдержанная и, поверьте, даже улыбчивая САМОКРИТИЧНОСТЬ руганью не занимается. Не её профиль. Оглядываясь на Самопознание и полностью доверяя ему, она лишь делает выводы и идёт вперед, стараясь не повторять ошибок, – спокойно, с достоинством и без истерик. Помните избитое «На ошибках учатся»? Так учитесь! Учитесь! На своих. На чужих. Учёба – грамотная, результативная – это тоже Созидание!

Теперь повторим.

ПЕРВОЕ. Не занимаемся разрушительным самоедством!

ВТОРОЕ. Идём к цели «Избавление от недостатков – порождений Эгоизма» с помощью созидательной САМОКРИТИЧНОСТИ.

Спокойно делаем выводы и стараемся не повторять ошибок. Грамотно, терпеливо, СОЗИДАТЕЛЬНО, а не падая в обморок от очередного – сотого по счёту – одного и того же

промаха. Успокойте себя. И просто стремитесь не допустить сто первый... Кстати, Вы случаем не спортсмен? Если да, то чувство спортивного и обязательно доброжелательного азарта окажется весьма кстати.

ТРЕТЬЕ. Составляем при поддержке Самопознания СПИСОК недостатков.

Но, умоляю, не падайте вновь в обморок, если он, этот список, покажется Вам очень длинным. Уверяю, у меня не короче. И притом, чем он длиннее, тем... похвальнее для Вас. Да, Да! Значит, на пару с Самопознанием Вы поработали добросовестно и кропотливо. (Качества, весьма достойные любого характера.) Но не бросайтесь на все недостатки сразу. Пороху не хватит, уверяю Вас как стреляный воробей. Выберите из списка самый главный или самый лёгкий недостаток (в зависимости от того, сколько сил для борьбы внутри себя чувствуете). Победите его! Через неделю, через месяц, через год. Победите доброжелательно, терпеливо, созидающе! Победите навсегда! Насладитесь этой победой! Устройте по этому поводу праздник – в одиночку или с друзьями, громогласно, с плакатами и транспарантами, или тихо, не афишируя и не признаваясь в этом ни одной живой душе, кроме Вашей. Но праздник обязательно радостный, светлый, созидающий. (Тут придётся, возможно, и поломать голову, потому как некоторые общепринятые праздничные формы ну никак не втискиваются в рамки нашего жизненного приоритета: созидать то, что будет созидать в свою оче-

редь!) А вот после смело ставьте «галочку» в составленном Вами списке напротив очередного притаившегося врага и с удвоенной энергией вперёд, к очередной победе и очередному празднику Души!

– Да всё Вы вроде правильно говорите... Только вот у меня уже даже на 101-й, а 134-й промах...

– Вы уверены?

– Угу, я считал...

– Восхитительно! Вашему терпению и настойчивости можно позавидовать. Для начала прекрасно. Но для поединка маловато. Только не отчаивайтесь, мой друг. Третий боец за Ваше счастье вот-вот предстанет перед нами. Строгий, подтянутый, собранный и бодрый, как всегда. И боец этот – достоcлавная САМОДИСЦИПЛИНА. Да, да! Признаемся, что мы готовы дисциплинировать кого угодно – детей и родителей, мужей и жён, подчинённых и... (чуть было не сорвалось «начальников»). В общем, почти всех, кроме самих себя. Дисциплинировать упорно и непреклонно, в полном согласии и соответствии с собственными представлениями о жизни и с собственными привычками. Дисциплинируя окружающих, мы вооружаемся незыблемыми доводами, монументальными доказательствами, хорошо поставленным назидательным тоном или доведённым до хрипоты криком.

Мы в полном вооружении и, сознаемся, мой друг, в глубине души так и зудит самодостаточное удовлетворение сво-

ей правильностью – может быть, едва заметно, а возможно, со всей силой иезуитской изощрённости: «Я правильный. Я всё говорю правильно. Это он – осёл, ничего слушать не хочет!», «Ну и хороша!.. Муха сонная!.. Ничего не заставишь, ори – не ори...».

«Я – правильный... Я всё говорю правильно...» – твердим мы себе в успокоение после очередного сражения, возможно, и выигранного, но унёсшего на тот свет сотни полёгших в неравном бою нервов.

– А что, так и есть! Все нервы измотают! Ничего не докажешь! Так бы и врезал!

– Стоп, стоп, стоп... Помните: созидать то, что будет созидать в свою очередь! А наше «дисциплинирование» окружающих до этой планки, мягко говоря, не допрыгивает. Но, чтобы не затерять куда-нибудь в пылу дисциплинарных сражений нить наших рассуждений, на время оставим в покое недисциплинированных родственников, знакомых и просто прохожих... (Снова чуть не сорвалось «...на меня похожих».) Хотя постойте! Это именно то, что нам нужно!

– На что это Вы намекаете? – многозначительно тянет Кто-то, прицельно сверля меня прищуренным взглядом.

– Мой уважаемый Кто-то, это я всё к достославной САМОДИСЦИПЛИНЕ завернуть пытаюсь. И поверьте: полностью поддерживаю Ваш бойцовский дух. Вероятно, на Вашем, как, впрочем, и на моём, что скромничать, счету немало дисциплинарный если не крово-, то нервопролитий, ко-

гда наша с Вами праведно карающая длань обрушивалась...
Всё это верно... Всё это так... Но как себя-то ею кромсать?
Несподручно как-то... И всё же придётся переквалифициро-
ваться. На то Вам и карты, то есть, я хотела сказать, САМО-
ДИСЦИПЛИНА в руки.

– Да не могу я... Я же говорил... Уже и так 134-й...

– Помню, помню... Силёнки маловато? Понимаю. Воли
не хватает? И это верно. Силу воли мы для других про запас
держим. А знаете что? Давайте играть. Играть... Нет, не в
прятки. Мы будем играть в «правильного»! Игра знакомая.

– На что это Вы опять намекаете? – ещё многозначитель-
нее тянет Кто-то, уже просверлив меня насквозь своим при-
щуренным взглядом.

– Всё на то же, на САМОДИСЦИПЛИНУ. Играя в «пра-
вильного» с другими, почему бы не поиграть с самим собой?
Игрок вполне стоящий, подходящий. А правила следующие:
договариваетесь с собой, что сегодня или, к примеру, завтра
Вы весь день играете в «правильного». Для разгону можно
и на час договориться. И за весь этот день или, допустим,
час Вы заранее, за секунду до... подмечаете в себе тот самый
промах, который в 135-й, 146-й раз пытается Вас доконать
и... НЕ совершаете его! О, это высший пилотаж! Тут требу-
ется филигранная манёвренность, точный расчёт и полная
уверенность в успехе! И пусть Совесть обвинит Вас в неис-
кренности! Главное: искренне стремиться созидать то, что
будет созидать в свою очередь!

К примеру, то самое неподдающееся 135-е – всего-навсего не почищенные с вечера ботинки или постоянно, как назло, недозакрытая дверца шкафа и недозадвинутые ящики стола, о которые Вы вечно стучаетесь многострадальными коленями. Нет, можно, конечно, замахнуться и на таких укоренившихся в Вашем характере корифеев (или фарисеев?), как громогласное сотрясение стен по вечерам после работы, когда толпа родственников обрушивается на Ваши истощённые нервы с кучей собственных неразрешённых проблем... Или, к примеру, можно сразиться с собственной Лениью, постоянно связывающей Вас по рукам и ногам и не дающей без себя и шагу ступить. А уж сколько с ней, любимой, упущенных возможностей – и не сосчитать! – начиная, положим, с постоянно прибранной, чистой квартиры и заканчивая, допустим, белыми медведями, нет, не в Арктике, а всего лишь в зоопарке, но которых Вы с нахлынувшим на Вас детским любопытством разглядываете нос к носу с собственной маленькой дочерью, или – почему бы и нет? – коралловым рифом где-нибудь на другом конце света... Но Лени, она же с места не даст Вам сдвинуться, и Вы, как вечный Обломов, в домашнем халате или без него, в тёплых тапочках или босиком, на мягком диване или... (ну, это не столь важно...) будете неподвижно лежать, укрывшись газетой, уткнувшись в телевизор, где тот же белый медведь или коралловый риф... Так чего ради когти рвать?.. А уж это Вам решать, ради чего, мой друг...

Но вернёмся к 135-му... Итак, его Вы уже выследили, выявили с помощью Вашего набирающего силу САМОПОЗНАНИЯ, с помощью очаровательной САМОКРИТИКИ оценили и просчитали наносимый им ежегодно или ежечасно урон Вашему потенциальному и вполне возможному счастью. И теперь дело за малым: обезвредить данного врага внутреннего фронта силами Вашей достославной САМОДИСЦИПЛИНЫ! Про силу воли не забываем, про указания очаровательной Самокритики помним и... продолжаем ПОСТОЯННО играть в «правильного». А на горизонте нашего Сознания где-то рядом с высоченным пьедесталом Постоянству пусть ярким светом сияет ожидающий Вашей победы над очередным недостатком очередной, но от этого не менее приятный Праздник Души. Вашей Души. Которая учится БЫТЬ СЧАСТЛИВОЙ!

Итак, мой друг, суммируем наши новые силы, мысленно подведём под ними черту и медленно (можно по слогам) прочитаем под нею написанное, в полной мере осознав небывалую мощь нашего главного помощника № 2:

САМОПОЗНАНИЕ

плюс

САМОКРИТИКА

плюс

САМОДИСЦИПЛИНА

получаем

**САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (Главный помощник
№ 2)**

Глава шестая. «Не хлебом единым жив человек...», или вечный спор материалиста и идеалиста.

– Нет... Что-то у Вас тут не то... Не хватает чего-то главного... – Кто-то смотрит на меня задумчиво, но уже без прежнего превосходства или раздражительного недоверия. Наоборот, во взгляде его конструктивный поиск, мысль. Кто-то как никогда серьёзен и спокоен. (Он мне положительно нравится всё больше, шепну я Вам по секрету...)

– Мой дорогой Кто-то, не могу с Вами не согласиться. В расстановке наших сил для упорного противостояния Разрушению и его извечному приживале и подхалиму – Эгоизму недостаёт наших главных союзников. А без них мы как без рук...

Но объявлять их не будем торопиться. Давайте лучше прогуляемся по берегу реки, послушаем неспешный шум волн, накатывающих на прибрежный песок, подышим влажным, ни с чем не сравнимым запахом речной воды и, подставив лицо лёгкому ветерку, закроем глаза... Постоим так с минуту, другую, расслабившись, **ДОВЕРИВШИСЬ** этой минуте, самой Жизни. Ничего не страшась, ничего не желая... Став – пусть на короткий миг – **САМИМ СОБОЙ**...

А теперь откроем глаза и прислушаемся к той Тишине,

которая родилась в Душе сейчас, в эти минуты. Мы наполнены ею. Потому что мы стали полны СОБОЙ. До самых краёв своего Сознания. Словно чистой речной водой... И хочется стоять, не двигаясь, боясь расплескать эту ТИШИНУ Души, вновь ринувшись в повседневную суету, обязанности, огорчения, тревоги.

ОТКУДА эта Тишина, прозрачная, светлая, невесомая, омывающая и врачующая сердечные раны, точно живая вода из русских народных сказок? И ПОЧЕМУ её НЕТ во мне ВСЕГДА – минута за минутой, день за днём? ЧЕГО не хватает мне, чтобы пребывать в ней отныне и во веки веков?

Я отвечу Вам, мой друг...

Вам не хватает сущей малости: самого себя. Да, да. Чтобы стать счастливым, надо стать самим собой!

– Как так? – Кто-то недоумённо разводит руками. – Я же и так «сам собой». Вот же я тут. Весь. С руками, с ногами да ещё и с головой. Кажется...

– Мой дорогой Кто-то, не волнуйтесь и не огорчайтесь. Конечно же, Вы здесь весь: искренний, ищущий, идущий дорогой Познания. Это на сегодня самое главное. Но до себя самого, а значит, и до Счастья путь ещё не близкий. Наберитесь терпения, мой друг, и давайте неспешно пройдемся по берегу.

Посмотрите, река течёт и течёт. Постоянно. Сколько мощи и силы – тихой, не заявляющей о себе, но которую невозможно не почувствовать, которой невозможно не восхитить-

ся. Река эта текла до нас и будет течь ещё десятки, а то и сотни лет после. Вам, когда Вы смотрите на её неспешную мощь, не приходят в голову никакие мысли?

– Мысли? Да вроде нет... Красиво, конечно. Так бы и смотрел...

– Да, красиво, Вы правы, мой друг. Но не только это. Река, она неизменна. Изо дня в день. Из года в год она текла и будет ещё долго течь по выбранному ею руслу, не меняя ни его, ни направления течения, ни скорости своего потока.

Но присмотритесь, мой друг, одновременно с этой неизменчивостью река постоянно меняется, она всегда другая – в весеннем лихом разливе, в летнем знойном покое, в осеннем прощальном порыве холодного, сырого ветра. Она всегда новая – встречающая ранние летние зорьки и провожающая ранние зори осенние. Мутная, трепещущая и тревожная под проливным дождём и прозрачная, тихо перешёптывающаяся с зависающими над самой водой зелёными стрекозами под ясным и чистым небом.

У реки, мой друг, мы может научиться очень важному: **ОТЛИЧАТЬ ИЗМЕНЯЕМОЕ ОТ НЕИЗМЕННОГО.**

– Для чего?

– Загляните на первую страницу этой нашей с Вами книги – да, именно НАШЕЙ, – и прочтите ещё раз эпиграф.

«О, Господи! Дай мне силы и мужество, чтобы смириться с тем, что изменить я не в силах, и чтобы бороться с тем, что изменить я обязан. А ещё дай мне мудрость, чтобы суметь

отличить одно от другого...»

Теперь Вам понятно, мой друг?..

Бывает, Неизменяемое встаёт перед нами такой высоченной стеной, что загораживает собой не только солнечный свет. Оно, навалившись на нас, давит, вжимает в землю по самую грудь, как сказочного богатыря, лишает сил дышать, жить. Где уж тут искать потерянный солнечный луч?.. Но, согласитесь, мой друг, такую стену не сдвинешь, она ЕСТЬ, она – ДАННОСТЬ. И бесполезно биться в отчаянии. Стена не услышит. Не отступит. Не рухнет в одночасье. А если и рухнет, то не задумывались ли Вы, что именно в этот миг она может подмять Вас под себя, дотянуться до Вас?.. Так что порой иногда даже лучше, если стена еще пока стоит...

Но это так, к слову...

Не боритесь с Неизменным. Не тратьте силы на отчаяние! Не лишайте себя душевных сил. Не разрушайте! Ни себя, ни мир вокруг вас! Примите Неизменное как Данность. Только вначале, мой друг, хорошенько проверьте и убедитесь, что оно, Неизменное, **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** неизменно!

Что касается Изменяемого, то с ним дела обстоят значительно проще. И подход к нему прямо противоположный: **БОРИТЕСЬ**, если чувствуете в нём, в Изменяемом, дух Разрушения! Боритесь так, чтобы и духу его рядом не было! Вернее, чтобы и «дух из него вон...»

– Говорите уж больно как по писаному, всё-то уж у Вас гладко и сладко выходит... А жизнь, она, знаете ли, – дорога

разухабистая, что ни шаг, то бугор, то ямища...

– Да, с Жизнью не поспоришь, Судьбу не переборешь... Хотя стоп. Что это я на поводу у разных бабушкиных «охов» и «ахов» пошла? Так и с пути верного собьёшься и до цели не доберёшься! А нам, мой друг, счастливыми стать надо! Ох, как надо. Во чтобы то ни стало надо.

Так что нет, мой дорогой Кто-то, и с Жизнью поспоришь, и Судьбу переборешь! А иначе нельзя.

– Да как спорить-то, как бороться? Совсем Вы меня запутали!

– Да нет же, мой друг. Вы только успокойтесь. Во всём мы потихоньку разберёмся. А пока я Вам сказку сказывать стану...

Жили-были... нет, не дед с бабкой... а просто два человека. В одном селе. Дома их окнами в окна смотрели. Напротив, стало быть, жили... Только у одного дом – полная чаша, да и сам собой пригож да весел. А другой что жердь, которая под дождём злым век мокла. Да и злющий какой, страсть! Всё ему не так. И все ему не эдак. Да и домишко под стать хозяину – кособокий, вот-вот рухнет. Вот, стало быть, жили они, поживали, век свой уж доживали. Вокруг одного и внуки, и правнуки что рой пчелиный и днём, и ночью. А вокруг другого – только репей колючий да тишь ночная, лютая, аж слышно, как кости старые в руках да ногах скрипят. Смотрел-смотрел второй на жизнь первого – счастливую, отрадную, приятную. День смотрел, год смотрел, десять лет смот-

рел. Всю жизнь до самой своей смерти смотрел. Да главного так и не успел...

– А что главное-то? Главное что?!

– Не успел счастливым стать, на жизнь другую – счастливую – через оконце своей злобы и зависти гляючи...

– А-а-а... Опять Вы...

– А как же, так и есть. Или Вы решили, что первому и хлеб, и масло сами на стол шли, а внуки – пригожие да приветливые – сами собой такие уродились, как репей тот колючий? Так что ли?

Эх, мой дорогой Кто-то, недогадливый Вы мой... Первый своё счастье с малых ногтей растил, берёг его, холил да лелеял. ТРУДИЛСЯ над ним. А второй даже то малое, что само в руку легло, сквозь пальцы в песок спустил. Своему счастью изменил, себя на зависть и злобу растратил.

Каждый из них СЕБЯ и Жизнь свою САМ – каждым днём, каждой мыслью и каждым делом – ковал, а значит, и Судьбу свою выковал...

– А, может, второму нравилось так жить, как он жил? С чего это Вы взяли, что он несчастным себя чувствовал?

– Ой ли, мой дорогой Кто-то... Вы себя-то счастливым мыслите, если день ото дня будете только злобой-желчью исходить да завистью истекать?

Раз зависть точит да злоба в Душе ходит, значит, ищет Душа, человеком брошенная, забытая, чего-то главного, не может успокоиться. Тревожно ей, страшно. Бьётся о жизнь,

мается. Отсюда и человеку ни жизни, ни счастья, а маята сплошная. А человек без счастья что птица без крыла. Без крыла птице птицей не стать, в небе не летать. И человеку без счастья собой не стать, Судьбы своей истинной не доискаться. А всё оттого, что Душе человеческой без счастья Тишиной не пребыть. А где, как не в тиши, прозрачной да светлой, далеко-далеко слышать, так далеко, что на многие вопросы ответы сами из Тишины той в руки и опустятся.

– Не понимаю...

– Ничего. Всему своё время... Забрели мы с Вами далеко. Уж и солнце садится. Вечереет. Ещё побродим или назад повернём?

– Что ж, и побродить можно... А можно и назад, к дому...

– Можно... Выбор-то за нами... Выбор, он всегда есть. И каждый из нас его ВСЕГДА делает. Вот как мы сейчас: могли ещё побродить, но повернули не стовариваясь назад и идём не спеша домой... навстречу закату...

– Так Вы говорите, что выбор у человека всегда есть? – Кто-то чуть усмехается, поддевая носком ботинка утопленную в песке ракушку и недоверчиво покачивая головой.

– Конечно, есть. Вот и у тех двоих из сказки нашей выбор был...

– Ну, в чём-то был, а в чём-то им выбирать не приходилось. Вот, к примеру, второй всю жизнь бобылём прожил, не женился, деток не народил. Не сложилось, значит, не дано ему было по жизни...

– Как знать... Может от того в бобылях и век свой проходил, что нравом больно ядовит вышел, всё в угоду своему ядовитому Эгоизму вокруг себя разрушал. Кто же с таким жизнь свою свяжет, одной дорогой пойдёт? А он, второй, жало своё всё наперёд себя в ход пустить спешил и, значит, свой ядовитый выбор делал. И в малом – минутном, дневном. И в большом – Судьбоносном. Судьбу свою ядовитую сам выносил, сам своим ядом и отравился... Что на других пенять?..

Неверный выбор, ошибочный, что нить из тканья, тянет за собой ошибку за ошибкой. Один неверный шаг, за ним другой такой же, а то и хуже того, а там, глядишь, третий, четвёртый. Так и Судьбу неверную, ошибочную можно вытянуть да вышагать. Выбор, он всегда есть...

– Да как же не ошибиться-то тогда с выбором?

– Да всё по нашей простой формуле: созидать то, что будет созидать в свою очередь. А злобой да завистью только разрушить можно...

– Ладно, согласен... А что там с нашими помощниками? Вроде как мы не обо всех поговорили...

– Да, есть и ещё... Самые главные. Без них Душе человеческой ТИШИНОЙ не пребыть, а значит, и человеку САМИМ СОБОЙ не стать...

– И кто же эти чародеи-волшебники?

– Волшебники, говорите? Что ж, очень может статься... Душа с ними и впрямь волшебным светом полнится и всё живое этим светом согревает.

– Прям загадки какие-то... Ой, куда это мы забрели? С дороги, что ли, сбились? Глядите! Стена-то какая высоченная там, за сосновым бором, аж над макушками сосен вознеслась! Чтобы это могло быть?

– Думаю, то самое, Неодолимое... Это от нас она далеко (если близко поостережёмся подходить). А кому-то за нею жить приходится. А она тем временем им всё солнце затмевает, тень-тоску нагоняет.

– Да-а-а-а... Тут уж не до Счастья... Где уж тут Душе Тишиной пребывать? Тут волком выть захочется...

– На то нам наши волшебные помощники и нужны. Ведь как люди говорят: от сумы да от тюрьмы не зарекайся... Каждого такая стена за поворотом Жизни или за лесом дальним ожидать может. Как не растеряться, нить Судьбы удержать и ею верный путь самому себе вы ткать?

– Так по формуле: созидать то, что будет созидать в свою очередь.

– А откуда силы черпать?

– Так всё оттуда, из двух источников: СОЗИДАНИЯ и САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ.

– Мой дорогой Кто-то, а Вы просто молодец! Значит, настала пора водицы из третьего источника испить. Идите сюда. Видите там, в овражке среди камней, под ольхою? Ох, и звонко журчит, отсюда слышать! Вон и кружку какой-то добрый человек на сучке повесил. И ступеньку-приступочку из дощечек вымостил. Стало быть, и гостю уважение, и водице

чистой – бережение... Спускайтесь, попробуйте – не пожалее!.. Ну, как на вкус?

– Ох, хороша! Так и бодрит! А с бодростью и сила прибавляется!.. – Кто-то отёр рукавом губы, не отрывая вопрошительного взгляда от моего лица. – Что это Вы на меня так смотрите?

– Вот Вы сами на мой вопрос отчасти и ответили...

– Какой вопрос?

– Откуда силы черпать, чтобы даже и за стеной высоченной созидать то, что будет созидать в свою очередь... БОДРОСТЬ ДУХА – вот первый из трёх наших волшебников! А уж как с ним дружбу завести, тут у каждого, верно, свой рецепт найдётся. Только отступать после никак нельзя. Бодрость Духа – друг верный, испытанный: и в беде поддержит, силы придаст, и радость Вашу, с Вами разделив, приумножит.

А что касается советов насчёт того, как с этим первым нашим волшебником дружбу завести, их и не сосчитать. Тут Вам на помощь и те, с кем успели уже подружиться: хорошие мысли, радостные воспоминания, Вами же сотворённые радости да дела добрые на благо другим. Тут и личности, возможно, ещё незнакомые: пробежки утренние, зарядка, книга настоящая, стоящая, что друг. Да и сам стоящий Друг рядом. (Редкое, но истинное счастье. Только не вешайте на это Счастье все Ваши невзгоды: Друг – не вешалка.)

Выбор за Вами. Выбор всегда есть. Главное: думать, ис-

кать, стремиться. И не заметите, как Бодрость Духа тоже Вашим другом станет. Настоящим. На всю жизнь.

...Утро встретило нас мелким, тихим дождиком. Устроившись после завтрака на веранде в плетёных креслах, мы дружно молчали, впитывая в себя приглушённые отсветы густо заросшего сада, будто плывущего в рассеянном, мягком утреннем полусвете, запахи влажной листвы и отцветающих у самого крыльца флоксов, слабое, едва уловимое и почему-то странно волнующее дыхание древесной сырости, исходившее от влажных стен и крыльца старого, много помнившего Дома, ставшего за столько долгих лет дорогим сердцу Другом...

– Мой дорогой Кто-то, Вы сегодня что-то сами на себя не похожи... – Нарушив молчаливую идиллию, я теперь выжидательно смотрю на своего гостя, чуть наклонившись в его сторону с едва заметной улыбкой.

Кто-то, словно очнувшись, взглянул на меня и тотчас вновь устремил задумчивый взгляд в глубину старого сада.

– Тихо у Вас тут, – не спеша проговорил он, верно, собираясь с мыслями и стараясь яснее передать волнующие его мысли. – И деревья такие большие, разросшиеся, будто и нет за ними ничего – дорог, шума, людской суеты да и собственных проблем и тревог. Будто это где-то далеко-далеко, в другой жизни, не твоей. И так не хочется возвращаться в эти проблемы, суету, кажущуюся отсюда зачастую такой мелоч-

ной... дёрганной какой-то... и совсем не стоящей стольких сил, нервов... Но ведь знаю, вернусь ТУДА – и всё опять пойдёт по кругу: спешка, проблемы, суета и какая-то внутри опустошённость, выпотрошенность... будто и нет тебя... И ощущение такое, что вот всё бегаешь, делаешь что-то, суетишься, а НЕ ЖИВЁШЬ. А если и живёшь, то как-то странно, не так... Порой так и спрашиваешь себя: «К чему это всё? Зачем я живу? В чём смысл моей жизни?» Да! Не жизни вообще, а моей собственной! Ведь для чего-то я родился на этот Божий свет... – Кто-то вздохнул, замолчал.

Молчала и я.

– Тихо тут... – вновь заговорил Кто-то, – чисто, светло как-то. И на Душе, там внутри... и вокруг. Не знаю, как сказать... Будто нет в мире грязи людской, ненависти, злобы, недоверия. Ведь так хочется жить вот так, как сейчас вокруг: чисто, с чистыми мыслями, мечтами. И чтоб каждый день таким был, чтобы дышалось легко, радостно, будто груз какой с груди скинул. Чтоб вот и горести, и тревоги, а ты как замороженный идёшь сквозь них и будто светом наполнишься. И смысл в твоей жизни есть, и Тишина в Душе та самая, и силы, и любовь – к людям, к миру этому, к солнцу, небу, звёздам. В общем, как когда-то, в далёком детстве. Тогда всё так хорошо было, просто... Вроде тоже столько вопросов, столько неясного, неизвестного, тоже свои детские тревоги и даже страхи... Но почему тогда я чувствовал себя ЖИВЫМ, НАСТОЯЩИМ, а теперь этого нет, будто и не живу или не

я это живу?..

– Так в детстве у Вас, мой друг, было главное...

– Что?

– Вы были САМИМ СОБОЙ.

Кто-то вновь перевёл взгляд на меня и теперь смотрел мне в глаза, не отрываясь, будто там, в глубине моих зрачков, словно в конце длинного чёрного туннеля, хотел увидеть то ли все ответы на собственные вопросы, то ли самого себя, НАСТОЯЩЕГО...

– Но почему?.. ПОЧЕМУ?..

Откинувшись на спинку кресла и тем самым прервав наш с ним сеанс неких таинственных «трансформаций», в ответ на тревоги моего гостя я произнесла:

– Мой дорогой друг, вероятно, потому, что в детстве Вы были ещё не обременены множеством условностей этого мира, множеством обязанностей и проблем, а заодно, что немаловажно, и множеством ложных стереотипов, ошибочных жизненных установок, вообще, всем тем, что способно деморализовать и лишит правильного курса не только Вас лично, но и многотысячную армию (правда, хорошо бы, чтобы то была армия противника).

– Вы всё смеётесь? А мне вот не до смеху...

– А смех, мой друг, порой лучшее лекарство. А если серьёзно, то именно то, что я сказала: Детство не зашлаковано, и оно свободно. И не только «свободно от...» ложных стереотипов вроде таких: «всё должно быть не хуже, чем у дру-

гих», «что люди подумают...», «не высовывайся, тебе что, больше всех надо?...». Детство, оно просто СВОБОДНО.

– Не понимаю...

– Ничего. Всё со временем придёт... А вот что касается чистоты, тут Вы опять-таки в самую точку попали. Чистота вокруг. Чистота внутри. Вот для Вас, мой друг, какие понятия или, может, образы с ней связаны?

– Ну-у-у, вот этот тихий дождь, первый снег, первый поцелуй, первый... Так, меня что-то все на «первый» заносит. Попробуем другое... Чистая... постель, одежда... носовой платок, наконец... Так, опять заело. Что ещё? Настоящая дружба, честность, доверие, искренность... ну и все такое в том же духе...

– Правильно, в том же духе... Чистая любовь, чистая Душа, чистые помыслы...

– А Вас тоже заело...

– Заело. Но согласитесь, ведь всё это здорово!

– Здорово.

– Кстати, прошу любить и жаловать! **ЧИСТОТА ПОМЫСЛОВ** и есть наш второй волшебник.

– ?!

– Да, да, именно она. Далеко не всё великое вершится ее чистыми руками (а хотелось бы наоборот), зачастую в ней остро нуждается самое незначительное (а казалось бы, что и так сойдёт), но тем не менее именно **ЧИСТОТА ПОМЫСЛОВ** делает наш мир чище, светлее, человечнее.

– Вот-вот, и я так думаю! Представьте: все вокруг честные, с чистым сердцем и чистыми, как Вы сказали, помыслами, никто никого не обманет, не обдерёт как липку себе в угоду, вокруг носа не проведёт, все друг другу доверяют, улыбаются, помочь за просто так готовы... Только всё это сказка. Кто бы меня сейчас услышал, за больного бы принял да у виска пальцем повертел...

– Ну не все. Я же не верчу. Да и много других, кто, как и Вы, и я, в ТАКОМ мире жить бы хотели.

– Хотели. Да не будет такого никогда!..

– Такого не будет. И тем не менее всё ведь от самих людей зависит, от КАЖДОГО из нас. Чем больше в нас ЧИСТОТЫ ПОМЫСЛОВ, тем и мир наш чище, мир наших человеческих отношений.

– Да это и ежу понятно, хоть он и не человек! Но мне и другое ясно: не бывать этому, людей не изменишь.

– А мы такой задачи перед собой пока и не ставим. Нам бы с самими собой справиться, чтобы научиться СЧАСТЛИВЫМИ БЫТЬ. Миром мы как-нибудь потом, на досуге займёмся.

– Опять Вы шутите!

– Нисколечко. Всё всерьёз. Но вернёмся к собственному счастью. Выбора нас ведь никто не лишал, правда? Вот мы и выбрали себе в друзья Бодрость духа и Чистоту помыслов. Следовать за ними, скажу прямо, не просто. Но со Счастьем без них встреча не состоится. Это как дважды два – четыре.

Данность, истина, аксиома.

– Чистота помыслов... Да я вот, к примеру, вроде и никому зла не желаю, только счастливее от этого что-то не стал...

– Мой дорогой Кто-то, так опять-таки для Счастья одного этого маловато будет. Можно ведь и зла не желать... и добра не делать. (Это я не про Вас!) Можно и добро делать, да будто с принуждением, без радости светлой, а то и с расчётом (Это я тем более не про Вас!), пусть не на прибыль, а на Эгоизм свой любимый: «Какой же я всё-таки хороший да добрый». Ньюансов масса. Думать, наблюдать за собой надо.

Помните школу «первоклассного разведчика»? Наше первоклассное САМОПОЗНАНИЕ?

ПЕРВОЕ. Представим Эгоизм как некую самостоятельную Сущность.

ВТОРОЕ. Отслеживаем каждый его шаг на внутреннем фронте как самый первоклассный разведчик.

ТРЕТЬЕ. Активизируем самонаблюдение и самоанализ.

Вспомнили?

– Да я вроде и не забывал...

– Это правильно. Только надо не только помнить, но и по себе этими правилами ежеминутно прохаживаться.

– Ежеминутно?

– А что Вы так испугались? Вначале, конечно, не получится. Но, имея в наличии (ещё не успевшее, надеюсь, обветшать) ПОСТОЯННОЕ ЖЕЛАНИЕ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ, орудуя направо и налево им самим и РАДОСТЬЮ в придачу,

а попутно ещё и СОЗИДАЯ ТО, ЧТО БУДЕТ СОЗИДАТЬ В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ (до чего руки, так сказать, дотянутся), так вот, имея всё это в наличии, даже разведчик всего лишь первого класса очень даже способен справиться с этой задачей, вернее, с тремя, поставленными ему нашим первоклассным Самопознанием.

А если мы привлечём на подмогу ещё и Бодрость духа и Чистоту помыслов (обе, а последняя в особенности, Эгоизму что горькие пилюли), то В КОМПЛЕКСЕ мы получим ТО (!), от одного намёка на которое наше несчастное, понурое, бессмысленное, озлобленное (и т. д., и т. п.) существование бросится от нас наутёк, только пятки сверкать будут.

Правда, для завершения картины под названием «Учусь быть счастливым!» не хватает последнего, завершающего штриха! Нашего самого-самого главного волшебника, без которого картина не оживёт, не наполнится жизнью и тем самым Счастьем, к которому мы вроде как недавно и направили свои стопы в горячем желании заполучить его во что бы то ни стало.

– Ах да, третий волшебник! – Кто-то оживился, вероятно, считая, что этот «третий» сразу решит все наши проблемы.

По большому счёту Кто-то даже очень прав. Наш «третий» поистине всемогущ, а силы у него столько, что всем драконам, Змеям Горынычам многоголовым да и прочей нечисти поганой с ним, с «третьим», НИКОГДА не справиться. Даже наш (ПОКА ещё наш...) вездесущий коварный

ЭГОИЗМ боится его что огня, потому как даже им одним, нашим «третьим», что калёным железом выжигается!

– Слушайте, Вы меня заинтриговали! Так кто же он, этот Всемогущий?

– Не спешите, мой друг. Для Вас самого же лучше будет, если Вы мне его сами и назовёте. А чтобы легче было, я Вам подсказку дам, загадку загадаю. Итак, слушайте: без рук, без ног, а по свету бродит, без языка, а с каждым говорит, облика зримого не имеет, а всем виден, руками загребущими его не удержишь, а как отпускать станешь, так всегда при тебе и окажется...

– Хм-м-м... – Кто-то, поднявшись с кресла, прошёлся раз другой по веранде, заложив руки за спину и морща в напряжённом раздумье лоб, затем остановился напротив меня.

– Послушайте, а ещё какой-нибудь подсказки не будет?

– Хорошо. Вот Вам последняя подсказка: без солнца жизнь человека освещает да теплом его согревает...

– Ага. Так... Что мы имеем? Первое: бестелесный, значит. Ну и невидимый, это само собой... Второе: но все его видят и слышат. К тому же в руках его не удержать! Прямо призрак какой-то, фантом...

– Я, по правде сказать, очень далека от такого сравнения, мой друг. А что касается рук, то в данном контексте, прошу заметить, ключевое слово «загребущих».

– Хорошо, пусть так. Дальше: будешь отпускать, то есть (опять по контексту) не удерживать, он при тебе и окажет-

ся... Итак, невидимый, но все его видят, слышат, отпускаешь – всегда возвращается, а наоборот – так и приветик, не вернётся, да к тому же согревает и освещает...

– Да, даже в темноте ночной али казематной...

Кто-то вновь стал отмеривать шагами ширину старой веранды, углубившись в поиски разгадки и несвязанно бормоча себе под нос: «Невидимое... согревает... освещает... отпускаешь... а оно тогда всегда к тебе возвращается... Хм-м-м...», после чего резко остановился, подняв на меня глаза, а затем взглянул в сторону сада. – Пойду-ка я пройдуся. Дождик кончился, распогодилось. Похожу, подумаю. Авось и разгадаю. Да-а-а... Ну и загадку Вы мне задали...

Кто-то не спеша спустился по ступенькам крыльца, точно пробуя их на прочность, и побрёл по дорожке через сад. Мокрый гравий мягко шуршал под его неторопливыми шагами, а ветви старых, разросшихся яблонь, задеваемые им, обдавали его плечи брызгами только что закончившегося дождя...

Что ж, пусть побродит. А Вы, мой дорогой читатель, тем временем не поленитесь, а тоже поразмыслите над предложенной мной загадкой. Вдруг Вы отгадаете её ещё до того, как наш многоуважаемый Кто-то возвратится (я надеюсь, с полной победой).

Я прошла на кухню, раздумывая над тем, что бы из чего приготовить к близящемуся обеду, и, бодро взявшись за ско-

вородку и кастрюлю, нож и половник, то и дело поглядывала через кухонное окно в сторону сада.

Надо сказать, что прошло немало времени, прежде чем среди густой зелени обозначилось некое движение, но уже в следующую секунду я разглядела, что это мой гость, радостный и оживлённый, прижимая что-то к груди, несётся к дому семимильными шагами.

– Смотрите, смотрите, какое чудо! – начал вопить он как оглашенный, едва переступив порог кухни и протягивая мне для обозрения то, что только что так бережно прижимал к себе. В его ладонях, согревшись, уютно устроился чёрный, с рыжими подпалинами вислоухий комочек, влажная шёрстка которого забавно курчавилась отдельными завитками.

Комочек чуть приподнял голову, повёл блестящим чёрным носом-пуговкой и вдруг заскулил, заерзал, рискуя свалиться на пол. Мой гость тотчас снова прижал его к груди, уставившись на меня взглядом, не терпящим возражений.

– У Вас молоко есть?

Я кивнула утвердительно.

– Прекрасно! Давайте его сюда, только подогреть сначала надо. А жирность какая? – вдруг спросил Кто-то, произвольно, точно в испуге, сильнее прижав к себе своё скулящее приобретение, – 1,5 или 3 процента? Ему бы пожирнее, погуще... – словно извиняясь, добавил мой гость, – а то знаете, некоторые женщины... ну там... – замялся он, – ничего жирного не едят, калории всякие ограничивают...

– Да не волнуйтесь, – успокоила я его и пояснила: – молоко самое настоящее, я его у соседки покупаю, она козочек держит. Сейчас мы ему и молочка дадим, и обсушим, согреем.

Я принесла большое старое махровое полотенце, приняла на руки мокрого горемыку, обтерла и, вновь вручив его моему гостю, налила в мелкую тарелку уже согревшегося на плите молока и поставила на пол.

– Ну-ка, посмотрим, справится ли...

Учув запах молока, найдёныш заскулил пуще прежнего, быстро-быстро поводя носом из стороны в сторону и неуклюже, словно загребая, задвигал растопыренными передними лапами в надежде высвободиться и заполучить наконец причитающийся ему обед.

Мой гость бережно опустил щенка на пол у самой миски. Неуверенно держась на то и дело разъезжающихся лапах, тот ткнулся носом в молоко, зафыркал, зачихал. Было видно, что навыка в столь серьёзном деле у него ещё маловато.

– Ничего, лиха беда начало, а там пойдёт, – успокоила я своего гостя, который было уже вновь, как заботливая мамаша, вскинулся на первую неудачу своего неумелого ещё «дитяти».

И действительно, с нашей помощью через минуту-другую щенок, правда, всё ещё неуклюже, но зато очень активно лакал молоко. Его тяжёлая большая голова раскачивалась, вздрагивала, было видно, что процесс лакания даётся найдё-

нышу с усилием. Но он трудился, и вскоре пол вокруг него и миски был добросовестно забрызган молоком, а белая мокрая щенячья мордочка красноречиво свидетельствовала о явных достижениях своего маленького хозяина. Я обтёрла ему нос, бороду, грудь и передние лапы, на что последовали горячие щенячьи возражения. Потом найдёныш озабоченно затопал от нас в сторону и, присев, сделал полагающуюся по всем правилам лужу.

Кто-то виновато ахнул, готовый подскочить к щенку. Но я удержала его за руку.

– Он всё сделал правильно. Не пугайте его. А ходить в туалет куда надо, он ещё научится.

Я подтёрла лужицу, мы соорудили щенку нечто вроде уютного гнёздышка, и он, сытый и согревшийся, вскоре уже спал, растянувшись, подрагивая во сне лапами и временами коротко повизгивая.

Тем временем Кто-то, явно проголодавшись, с аппетитом уплетал содержимое поставленных перед ним тарелок, почти не отрывая взгляда от своего подопечного.

– Где Вы отыскивали такое чудо? – шепотом спросила я.

– А? В капусте...

– ?!

– Шучу. Но отчасти. В зарослях около забора. Слышу, звуки какие-то странные. Вроде как кто скулит, пыхтит, сопит. Вначале не мог понять, где. Потом, поискав в самой глубине травы, там у Вас ещё орешник растёт, смотрю: копо-

шится. Сперва через траву даже не понял, кто. Потом при-
смотрелся: щенок. Не оставишь ведь, правда? Вот и взял...
– добавил Кто-то извиняющимся голосом.

– Может, хозяина поискать? А вдруг потерялся?

– Не-е-е... Потеряться не мог. Его, верно, специально под-
бросили, думали, подберут, пожалеют. Я его с собой возь-
му, домой. Раз нашёл, значит, так тому и быть... Куда тако-
го махонького денешь? А потом... – Кто-то помолчал, а за-
тем грустно добавил: – У меня в детстве почти такой же был.
Недолго, правда. Мать не захотела. Отдали. – Он вздохнул. –
Так-то вот... А теперь будто он ко мне вернулся. Понимаете?

Я молча кивнула.

– Или, быть может, я – к нему... – добавил мой гость.

Он замолчал, погрузившись то ли в воспоминания, то ли
в раздумья. Молчала и я. Чай уже был выпит. Обед закон-
чился.

– Спасибо за угощение. Всё было очень вкусно, – побла-
годарил меня Кто-то, поднимаясь из-за стола и продолжая то
и дело поглядывать на своё спящее сокровище.

– На здоровье, – отозвалась я. – Кстати, а как насчёт моей
загадки? Разгадали?

– Да как-то не успел. Не получилось... – смущённо улыб-
нулся Кто-то.

– А, по-моему, даже очень получилось! – улыбнулась я
ему в ответ.

– То есть? Что Вы имеете в виду?

Я кивнула в сторону щенка.

– Что-то не понял...

Я тихо рассмеялась, видя его растерянное выражение лица.

– Нет, конечно, я не его имела в виду в загадке своей. Но Ваш найдёныш – прямой намёк на нашего таинственного «третьего»...

Кто-то приблизился к спящему щенку, присел над ним, хотел было погладить его, но удержался, видимо, боясь побеспокоить, затем поднялся, почесал себя за ухом и, посмотрев на меня слегка прищурившись, будто собираясь с мыслями, сказал:

– А знаете что?.. Я, кажется, только что отгадал Вашу загадку...

(Мой дорогой читатель, прежде чем мы услышим ответ, не знаю, верный или нет, так и хочется спросить Вас: ну как, а Вам удалось отгадать?!)

...– Так Вы думаете, это именно Любовь?

– Уверен. А что ещё? Смотрите: без рук, без ног, а по свету бродит, без языка, а с каждым говорит, облика зримого не имеет, а всем виден, руками загребущими его не удержишь (вот уж точно!), а как отпустить станешь, так всегда при тебе и окажется... К тому же без солнца жизнь человека освещает да теплом его согревает... Я вот этот комочек – мок-

рый, дрожащий – как только в руки взял – и всё, как прирос к нему. Вот смотрю на него, и Душу он мне согревает, и светло-то как-то на Душе, хорошо! И понять не могу, почему и как так вот сразу... и где оно... то самое... что греет и светит? Да только чувствую: правильно я сделал. А почему чувствую? Да потому что на Душе праздник. Потому что смысл чувствую. Свет внутри. – Кто-то помолчал, справляясь с охватившим его волнением. – И ещё вот что. Я ему, кутёнку этому, и заботу, и что другое готов отдать, а понимаю, что отдавая, я ПОЛУЧАЮ! Получаю во сто крат больше, чем отдаю! Понимаете? И выходит: это я не щенку, понимаете, это я себе хорошо сделал, что его взял, Душе своей!

– Понимаю. Вот он, наш «третий» и есть. СВЕТ ЛЮБВИ. И правильно Вы почувствовали: отдавая любовь, Вы её – не от кого-то (!), а самим собою – обратно получаете, во сто крат большую. А почему? Да потому что Вы любовь и не теряли. Она ведь всегда при Вас, внутри. И чем больше Вы её в этот мир отдаёте, тем больше внутри Вас её и становится. ПРОБУЖДАЕТСЯ. Понимаете? Только отдавать её надо, как Вы сегодня: о себе забыв, а вернее, не о себе, а о своём Эгоизме – прямом антиподе Любви. А если бы Вы о нём помнили и стояли да думали: зачем мне (а на самом деле Вашему Эгоизму, и это не Вы, а Эгоизм бы за Вас думал) эта хвостатая головная боль, то не знаю, чей верх был бы: Ваш или Вашего Эгоизма. Могло статься, что он бы Вас уговорил в это дело не соваться, мол, кто-нибудь и без Вас щенка бы

у себя или где ещё пристроил.

– Да что Вы такое говорите?! Хотя... – Кто-то озабочено покачал головой. – Эгоизм – тот ещё фрукт. С ним ухо востро держать надо. Но в случае с этим «хвостиком» я даже и не думал ничего такого. Я вообще не успел подумать. Вот просто увидел – и взял! И всё.

– Пряма, как ребёнок, честное слово!

– А что, это плохо?

– Наоборот. Помните наш утренний разговор? Мы говорили о детстве и о том, что в детстве человек – без взрослых условностей и множества ложных ограничений – живой, настоящий, что в детстве человек САМИМ СОБОЮ бывает, потому что Душой своей детской – НЕЗАШЛАКОВАННОЙ – всё по-настоящему чувствует.

Через несколько дней Кто-то вместе со своим найдёнышем покинули меня...

Я смотрела вслед убегающей к столице электричке, а перед глазами всё стояли последние минуты перед расставанием, когда я глядела на своего гостя и его хвостатое маленькое приобретение и не знала, кто из них двоих более счастлив.

А электричка тем временем уже исчезла из поля моей видимости, и прозрачная тишина вновь воцарилась вокруг. Воздух нёс в себе горчащие, влажные запахи начинающейся осени. Первая желтизна уже вспыхивала редкими пятнами в ещё зелёной траве и густых косах величавых и спокойных

берёз.

Я спустилась с перрона и медленно побрела назад, в наш дачный посёлок. И Душа моя пребывала в ТИШИНЕ...

Глава седьмая. Напоследок о главном, или всё ли возвращается на круги своя?..

С той минуты нашего такого взаимно тёплого расставания прошёл почти год. Всё это время мы перезванивались, писали друг другу по электронной почте. Кто-то не раз высылал мне фотографии своего подрастающего хвостатого друга. Вернее, (открою Вам секрет) подруги, которую он назвал Найдой (вероятно, от «найдёныша»). Теперь у меня целая мини-галерея ее лохматых портретов. А по её вечно счастливо улыбающейся морде я могу судить, что живётся ей действительно счастливо. Кстати, надо сказать (ещё один секрет!): приобретением хвостатого питомца и друга жизненные подарки для нашего дорогого героя не иссякли. Полгода назад Кто-то (тут я перехожу на шёпот...) женился на очень хорошей девушке. И знаете, кто их познакомил? Никогда не угадаете. Найдёныш! Наш маленький хвостатый найдёныш на прогулке в городском парке! А скоро, в начале осени, (тут я перехожу на самый-самый тихий шёпот...) они все вместе ждут счастливого прибавления в семействе!

Кто-то пишет, что очень счастлив, говорит, что время от времени перечитывает мои наставления и не забывает про тех двоих из моей сказки, стараясь брать пример с первого и

каждой минутой лепить и СОЗИДАТЬ своё Счастье. Кстати, он признаёт, что сейчас по прошествии года ему удаётся это всё с меньшим усилием. Его очаровательная половинка прониклась не меньшим энтузиазмом. И теперь они вдвоём (что, конечно, эффективнее) торят свой общий ПУТЬ К СЧАСТЬЮ. К своему Счастью. Через все тернии Жизни. «И в горе и в радости...».

Что ж, мой дорогой читатель, мы с полным правом можем порадоваться счастью нашего дорогого героя и, не откладывая в долгий ящик, приступить к СОЗИДАНИЮ своего собственного. А для этого наберёмся ещё раз нашего хвалёного терпения и энтузиазма и со здоровым азартом пробежимся по основным ступеням приобретённых нами знаний.

Итак,

ПЛАН БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ,

до которого любому из наполеоновских планов, ох, как далеко...

1. ВЫБРАТЬ Созидание как жизненный приоритет.
2. ЗАХОТЕТЬ быть счастливым! Разбудить это в себе горячо, энергично, радостно!

3. НАУЧИТЬСЯ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ:

а) бескорыстно помогая другим

(но ОБЯЗАТЕЛЬНО созидая то, что будет созидать в свою очередь!);

б) бескорыстно даря радость другим;

в) позитивно преодолевая собственный Эгоизм;

г) позитивно преодолевая сложности Жизни.

НАУЧИТЕСЬ БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ, СОЗИДАЯ!

И в данном прекрасном начинании не забываем о наших достославных помощниках!

Попробуйте для начал потренировать свою память и вспомнить их всех без подсказки с моей стороны. (А я пока пойду на кухню, выключу суп...)

...Итак, я уверена, что Вы блестяще справились с поставленной задачей. А если и нет, то не беда. Можно и вместе повторить.

ПОСТОЯНСТВО СОЗИДАЮЩЕЕ!!!

плюс

ПОСТЕПЕННОСТЬ

плюс

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ

получаем

СОЗИДАНИЕ (Главный помощник № 1)

САМОПОЗНАНИЕ

плюс

САМОКРИТИКА

плюс

САМОДИСЦИПЛИНА

получаем

САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (Главный помощник

№ 2)

Ну и наконец наш главный помощник № 3...

БОДРОСТЬ ДУХА

плюс

ЧИСТОТА ПОМЫСЛОВ

плюс

СВЕТ ЛЮБВИ

получаем

ОДУХОТВОРЁННОСТЬ (Главный помощник № 3)

О-Духо-творённость... Слышите? – Творённость, со-тво-

рение «о Дух...». Вспомните так часто повторяемые нами, но так и остающиеся незамеченными нашим Сознанием: «собраться с духом», «дух вон...», грустное: «что-то он сегодня не в духе», гневное: «чтобы и духу твоего здесь не было!», сказочное не менее сказочной Бабы Яги: «что-то тут русским духом пахнет!», героическое: «мы едины духом», «сильный духом» и обратное: «слаб он что-то духом...». Наконец (близкое для части наших читателей) Вечное: Святой Дух...

О Дух творённый человек... то есть полный Любовью, Светом, Чистотой. Человек, не способный разрушать. Человек-Созидатель. Человек-Творец – «по образу и подобию...» Творец своего Счастья. Творец радости и мира внутри себя и вокруг себя. Поднявшийся в полный рост своего настоящего Я. Забывший о себе (о своём Эгоизме) и ЭТИМ ставший наконец САМИМ СОБОЙ – той ТИШИНОЙ Души – Святым Духом полной – в которой, прозрачной да светлой, далеко-далеко слышать, так далеко, что на многие вопросы ответы сами из Тишины той в руки и опускаются...

Наше путешествие, дорогие мои, приближается к своему логическому завершению. И в конце его мы с полным основанием и твёрдым убеждением можем представить себе итоговое ТРИЕДИНСТВО. Ведь путешествие наше частично сказочное, а сказки очень даже тяготеют ко всякого рода «тройственностям»: три дороги пред добрым молодцем, три

загадки красавицы-царевны тому самому доброму молодцу в некоем тридевятом царстве, змей Горыныч о трёх головах (с него обычно пересчёт всех его родственников – о шести-, девяти-, двенадцати-, в общем, кратных трём, головах – начинается), три желания и тут же (не успел опомниться) три испытания...

Так и мы с вами, встав в начале книги на путь-дорожку торную, прошагали по ней до конца с честью до самого нашего итогового ТРИЕДИНСТВА – не на камне придорожном высеченном, не на дне морском схороненном – а где, это уж вам, умудрённым путём долгим да испытаниями трудными, и решать...

А какое оно, это Триединство, думаю, вам и без подсказки из сказки ясно:

СОЗИДАНИЕ (Главный помощник №1)

плюс

САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (Главный помощник № 2)

плюс

ОДУХОТВОРЁННОСТЬ (Главный помощник № 3)

получаем

СЧАСТЬЕ

А на прощание, как и полагается, гостей дорогих принято подарками на память добрую одаривать. Вот и я вам, чи-

татели мои дорогие, напоследок небольшой подарок преподнесу. Не смотрите, что мал. В малости-то удали порой поболее большего будет. А подарок мой – ПАМЯТКА дорожная. Путь ваш, чай, не близок. Да и всякое в пути том нелёгком приключиться может. Вот вы, как случай к тому представится, в памятку мою и загляните. Подскажет, от ошибок оградить сможет, с пути верного сбиться не даст, за место друга из беды вызволит и вновь к Счастью ваши стопы направит.

Так что берите, читайте да крепко-накрепко запоминайте:

Памятка дорожная.

1. ПРОБУДИТЕ и ПОДДЕРЖИВАЙТЕ в своей Душе, что огонь в очаге Вашего Дома, ЖЕЛАНИЕ всегда БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ.

2. НЕ ЛЕНИТЕСЬ на пути к Счастью.

3. НЕ ТОРОПИТЕСЬ на пути к Счастью.

4. ПЕРЕЧИТЫВАЙТЕ эту нашу книгу-путеводитель всякий раз для крепости духа, как только слабость в себе почувствуете.

5. ВАЖНОЕ из поля зрения НИКОГДА НЕ ТЕРЯЙТЕ. Можно и в книге подчеркнуть, и в тетрадочку-незабывалоч-

ку отдельно выписать.

6. Постоянно ВЕДИТЕ УЧЁТ и побед, и поражений. Победы привечайте, себя ими ободряйте. На поражения не сердчайте, а уроки из них извлекайте.

7. НЕ ОСТАНАВЛИВАЙТЕСЬ! Победу одержав, перед собой новые цели ставьте и вперёд идите. ТОЛЬКО ВПЕРЁД!

Скатертью дорога – и Счастья у порога!

У порога Вашего Сердца!

У порога Вашего дома!

У порога Вашей Судьбы!

Всегда Ваш Вечный Искатель Ответов с нежностью и любовью...