



Аспет Бекмурзаева

# ПОЙМАЙ ДЗЕН ЗА ХВОСТ!

#ИбрагимИсламович

#禪

#ZENЩИНЫ

#Мама

9 шагов к гармонии и счастью –  
для ВСЕХ, кто ищет себя

Аспет Бекмурзаева

**Поймай Дзен за хвост! 9  
шагов к гармонии и счастью  
– для всех, кто ищет себя**

«Издательские решения»

## **Бекмурзаева А.**

Поймай Дзен за хвост! 9 шагов к гармонии и счастью – для всех,  
кто ищет себя / А. Бекмурзаева — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-964814-3

Мне безумно нравится итальянское слово «stupenda» — красивая, великолепная. В каждой женщине есть это великолепие. И это слово — «великолепный» состоит из двух слов: «великая» и «лепить». Каждый человек может слепить из себя великое: тело, мозг, жизнь, отношения. Слепить своими руками, своей душой, своим интеллектом. Откройте свое сердце миру — и он вам откроет свое! Мы пройдем этот путь вместе и обретем счастье, успех и гармонию во всех сферах нашей жизни. Вперед, ZENщины!

ISBN 978-5-44-964814-3

© Бекмурзаева А.  
© Издательские решения

## Содержание

Об авторе	6
Отзывы о моей работе	7
Введение	9
Что такое Zen?	11
Моя история	11
История картины «Тайная вечеря»	13
Шаг 1. Быть благодарным	15
Благодарности моей семье	15
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# **Поймай Дзен за хвост! 9 шагов к гармонии и счастью – для всех, кто ищет себя**

**Аспет Бекмурзаева**

*С большой любовью и благодарностью! Эта книга посвящается памяти моей Мамы, Шураевой Дамежан Кабдановне. А также моему брату Шураеву Арману и сестре Шураевой Жаннар*

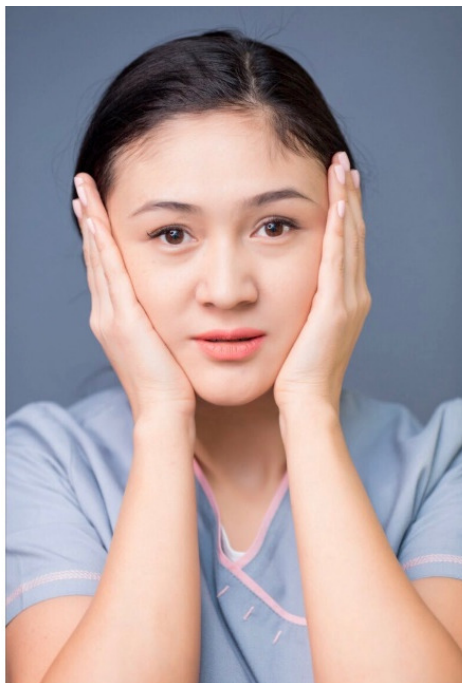
© Аспет Бекмурзаева, 2019

ISBN 978-5-4496-4814-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Об авторе

– 1995 год – начало карьеры: работа продавцом (стаж работы в прямых продажах – 24 года)



– 2004 год – победа в конкурсе CCUSA и работа в США  
– Выпускница 3 университетов (последний из которых – университет IULM (Милан, Италия)

– Профессиональный PR-специалист крупнейших казахстанских и международных компаний и проектов

– 2015—2016 гг. – бренд-менеджер компании «ЭПЛ. Якутские бриллианты» (остров Кипр)

– 2016—2017гг. – мастер по массажу лица и владелец центра красоты и здоровья ZEN в Алматы

– 2017—2018 гг. – Председатель Правления молодёжного крыла «Жас Қанаттар» Ассоциации деловых женщин Казахстана

– 2018 гг. – чемпионка Средней Азии по массажу лица. Самый высокий балл – от Antonio Carrone (ТОП-10 косметологов мира)

– Счастливая жена и мама

## Отзывы о моей работе

### *Мне понравился не только результат, но и сам процесс*

Хочу оставить свой отзыв о курсе массажа лица, который я прошла у Аспет и поблагодарить ее за прекрасный результат! Аспет посоветовала массаж лица Zen-1. Это именно то, что доктор прописал!!! Всего лишь за несколько сеансов заметно прошли отеки. Лицо мое приобрело более подтянутый контур, морщинки (особенно возле рта) заметно уменьшились. В целом кожа стала упругой, гладкой, приобрела здоровый, отдохнувший вид. А еще мне понравился не только результат, но и сам процесс – это очень приятно. Аспет – отличный мастер своего дела, очень внимательный и просто приятный в общении человек.

Асема Аманова / Модель

### *Я чувствую твое крыло, даже когда ты далеко*

ZEN – это микс лучших массажных техник, самых передовых стран в этой области, таких, как Китай, Япония, Израиль, Италия и Тибет (работа с чакрами).

Я могла обучиться у не ранее, но внутри я не была к этому готова. Я сдавала экзамен в свой день рождения, и это был знак свыше.

Я испытываю истинное наслаждение, когда касаюсь руками кожи лица человека. Теперь я знаю, как разглаживать руками морщинки, как подтягивать кожу без инъекций, и я счастлива, что меня этому всему обучила именно Аспет. Я называю ее своей сестрой, и многие люди относятся к ней как к сестре или маме. Она любит всех людей на свете, дарит им свою любовь и заботу. Я чувствую твое крыло, Аспет, даже когда ты далеко. Благодарю тебя за то, что ты пришла в мою жизнь, окружив все вокруг своей любовью.

Айниса, ученица Аспет

@ainisa\_delaidobro

### *Самый светлый человек на свете*

Теперь и я в рядах ZEN! Прошла обучение у самого лучшего мастера по скульптурному массажу ZEN – Аспет! Она не просто мастер своего дела, она и мама, и сестра, и подруга, и просто самый светлый человек на свете! Благодарю Вселенную за то, что свела меня с Вами! Я получила не только знания, но и ощутила всей душой Ваше тепло и Ваше сердце, которое вы дарите всем.

Снежана, ученица Аспет

@3712snezhana

### *Ум, красота, талант, стиль, великодушие и интеллект*

Я прошла курс обучения у Аспет Бекмурзаевой, чемпиона скульптурного массажа лица ZEN.

Вы человек с невероятной энергетикой, с огромным сердцем и доброй душой. Это чувствуется сразу. Вы – профессионал своего дела. Тот человек, который обладает глубоким чувством юмора и очень серьезно подходит к своей деятельности.

Это тот редкий случай, когда ум, красота, талант, стиль, великодушие и интеллект сходятся вместе, и все это присуще прекрасной женщине по имени Аспет.

Я счастлива, что мне удалось обучиться именно у вас – у самого лучшего и квалифицированного мастера своего дела.

Жулдыз, ученица Аспет

@Zhuldyz. kaliewa82

***Так быстро я еще не влюблялась!***

Аспет, я наверно на свете одна, кто не признался Вам в любви. Не ожидала, что это будет так быстро, волнительно и волшебно. Начиная со встречи на вокзале – заканчивая обнимашками в салоне после экзамена.

Так быстро я еще ни в кого не влюблялась!

Благодарю за знания, любовь, интерес и энергию, которая с лихвой льется из Вас.

Сижу, пишу, и душа улыбается при одном только воспоминании.

Динара Мусабаева, ученица Аспет

Аспет, благодарю Вас за Вашу любовь, внимание и знания. Чувствую каждой клеточкой своего тела Вашу ураганную энергию. Я так рада, что мое желание из карты желаний исполнилось!

Еще раз благодарю и люблю Вас. Вы мой фаворит, ВЫ НОМЕР 1!

Снежана, ученица Аспет

***Это не ограничивается просто массажем...***

Твой массаж – это не только изменения в моем лице: снятие отеков, изменение формы лица, 100%-ное разглаживание морщин. Твой массаж – это ты сама, твои руки, твоя энергетика, твое отношение к массажу, твой голос, наши с тобой разговоры и т. д.

Это не ограничивается просто массажем – это психологическое воздействие. Что касается отдельно массажа – это полное ощущение лифтинга. Каждый раз, когда я выходила с твоего массажа, было ощущение, что все лицо поднимается куда-то вверх. У меня разгладились носогубные складки (мы проводили серию фото, и я тщательно наблюдала за собой и видела эти изменения) видела, что угол молодости начал проглядываться, несмотря на мой далеко не юный возраст, уходили отеки, и это самое главное.

Ты замечательный человек, с сумасшедшей энергетикой, человек, который делает нас молодыми не только внешне, но и внутренне. Люблю тебя безмерно, благодарна этой жизни, Всевышнему и Вселенной за то, что ты есть в моей жизни.

Гульмира Жакупова

Генеральный директор ресторанов Line Brew Astana

## Введение



Эту книгу я посвящаю памяти моей мамы, Шураевой Дамежан Кабдановны, а также каждой маме и каждой дочери. Книга написана, по большей части, для женской аудитории. Потому что в ней очень много про женское счастье, про боль, про слёзы, про потери, про подъемы, про отношения между мужчиной и женщиной. В ней про выводы, которые я сделала в течение всей своей жизни. Про то, как разрывы сделали меня еще сильнее, про то, что мои бывшие мужчины потом кусали локти, и спустя 20 лет они возвращались, но уже: «It's too late to apologize». («Apologize» One Republic).

Девчонки, пусть эта книжка будет вашей мотивашкой, настольной книгой, к которой я бы хотела, чтобы вы обращались, когда вам будет очень тяжело, или когда вам будет очень весело. Может быть, когда-нибудь, если моя книга про Дзен станет бестселлером, мы снимем про это фильм.

К тому моменту, когда фильм «Ешь, молись, люби» только что вышел на экраны, я жила как раз в Италии. И первая страна, куда поехала главная героиня, которую играет Джулия Робертс, – это благословенная Италия. Она едет туда для того, чтобы обрести потерянный вкус к жизни.

Мне в жизни всегда очень везет, поэтому и в Италию я попала как раз в очень тяжелый для меня период в личной жизни, когда мои многолетние отношения зашли в тупик. Это, знаете, такой момент, когда ты или выходишь замуж, или расстаешься. На тот момент у меня с моим молодым человеком произошёл «развод по-итальянски». Есть такой одноименный фильм. Я его не видела, но название говорит само за себя...

Когда я досмотрела фильм с Джулией Робертс до конца, то подумала: теперь надо обязательно съездить на Бали. Это фильм о том, что вкус к жизни, духовный рост и та самая, главная, встреча с твоим человеком и есть смысл жизни. Помните, тот предсказатель, который жил на Бали, сказал, что обязательное условие счастья – это потерять равновесие от счастья. Это когда у тебя сносит крышу. Вроде бы ты пытаешься поймать тот самый Дзен за хвост, но при этом у тебя может снести крышу из-за любви. Я хочу пожелать каждой женщине испытать это счастье – то чувство, когда вы влюбляетесь в первую очередь в саму себя. Когда влюбляетесь в свои глаза, в свои руки, свои ноги. И, наоборот, если сейчас вас просто безумно все в себе раздражает, то моя книга – это такой волшебный пинок, предназначенный вам. Потому что эти слова вы слышите от человека, нормальный вес которого всю жизнь был сорок девять килограммов, и вдруг этот вес увеличился почти в два раза! Поверьте, для меня это на самом деле была огромная психическая и психологическая травма, с которой в итоге я еле-еле справилась. Были затрачены просто огромные усилия, прилагая которые я смогла-таки вернуться к своему нормальному весу.

Так получилось, что большая часть моих учениц – это женщины в декрете. Это те женщины, которые пришли ко мне под влиянием моей истории жизни, потому что я сама решила изменить свою жизнь, находясь в декретном отпуске. Обычные наставники в моей сфере, как правило, любят иметь дело с профессионалами – с теми, кто уже в теме. Я же, наоборот, люблю, когда мои ученики приходят ко мне совсем из других сфер. Потому что с ними мы рвем шаблоны, стереотипы – мы строим новую линию жизни.

Я очень рада тому, что моя профессия – скульптурный мастер лица и тела – сейчас является не просто модой или «хайпом». Наоборот, мы прививаем культуру самых экологичных методов. И поэтому я желаю каждой женщине научиться этому не только ради себя, но и ради своей мамы, своих тетей, сестёр, ради своих дочерей, которым вы сможете передать это ремесло. И если успеете – а я от всей души желаю каждой из вас успеть сделать – то и своим внукам, и правнучкам.

И пусть это ремесло станет некой семейной реликвией, как старинное бабушкино кольцо с бриллиантом, которое передается из поколения в поколение по наследству. Я вижу в философии «Zen» миссию на многие-многие века вперед. Я вижу в этом наследие, я вижу в этом преемственность поколений. Потому что казахи в старину при лечении никогда не применяли хирургию – они лечили руками, среди них было много костоправов. Я считаю, что «Zen» – это прекрасные знания, которые делают людей молодыми, здоровыми и красивыми. И, как следствие, делают их успешными, самодостаточными, любящими себя или транслирующими свою любовь другим.

## Что такое Zen?

### Моя история

*«Вокруг каждого из нас всегда ровно столько света,  
сколько мы его отдали!  
Чем больше ты открываешься миру, тем светлее вокруг тебя  
становится!»*

В самом начале я хотела бы поподробнее рассказать вам, что такое Zen, так как очень многие люди вообще никогда не слышали о нем. Самый главный смысл Zen – это стопроцентное счастье. Что же это значит?

С точки зрения моей профессии, если женщине не нравится свое отражение в зеркале, то ей не будет нравиться ничего вокруг. Ей перестает нравиться ее муж, она будет вечно недовольна своими детьми, недовольна своей работой. После первого визита ко мне она начинает нравиться себе в тот же самый день. И в тот же день у нее все в жизни начинает меняться. Она звонит мне и говорит, что у нее самая лучшая на свете прислуга, или что она самостоятельно сделала перестановку в доме, передвинула фортепиано или рояль весом в 600 кг из одного угла в другой...

Я не знаю, каким образом все это происходит. Массаж запускает какие-то внутренние механизмы, которые исподволь заставляют женщин начать любить себя, свой дом, свое окружение. Они восстанавливают отношения с мамами, например. Очень много в моей практике было таких жизненных историй.

Естественно, если клиент счастлив, то и я счастлива. Поэтому название моей системы «Zen» неслучайно переводится как счастье.

Как сложилась моя система? Я просто смешала разные стили массажа. При этом я не считаю, что изобрела что-то новое, не считаю себя автором Zen. Потому что у меня есть твердое убеждение: автор – это тот, кто придумал что-то новое. Я ничего нового не придумала. Это уже сделали до меня. Всё, что я сделала – смешала разные стили самых передовых техник разных стран, таких, как Китай, Япония, Тибет и Израиль. Как правило, существует отдельно японский массаж, отдельно китайский массаж и т. д. Я взяла из них все самое лучшее и объединила в одно целое.

На днях я посмотрела фильм «Богемская рапсодия» о творчестве группы Queen. Наконец-то добралась до него, так как в круговерти рабочих будней никак не удавалось выкроить свободное время. Муж, зная о моем желании посмотреть его, сказал: «Осталось полчаса до начала, я тебе купил билет, езжай и посмотри». Мне ничего не оставалось, как просто пойти и посмотреть этот замечательный фильм.

Если вы когда-нибудь слушали Queen, то понимаете, что их музыка – это не какое-то определенное направление. Эти музыканты создали абсолютно новый музыкальный жанр: объединили поп, рок-н-ролл и оперу. Они смешали вместе лучшие, на мой взгляд, моменты раз-

ных стилей. Я, соответственно, в своей методике сделала то же самое. Поэтому фильм я смотрела через призму своего кейса – системы Zen. Я ведь тоже создала своеобразный «замес».

Когда меня спрашивают про массаж: «Аспет, это больно?», то я всегда признаю: «Да, это больно, но это приятная боль». Представьте себе женщину, которой уже около 50—60 лет, и у неё на лице присутствуют глубокие морщины. Я же не могу просто погладить ее или послать воздушный поцелуй – ведь никаких изменений за этим не последует. Массаж в целом – это болезненная процедура, но нужно потерпеть, ведь истинная красота всегда требует жертв.

Но повторюсь: я не автор системы. Я просто самой себе дала разрешение смешать все лучшее из того, чему научилась на различных обучающих курсах. А их я посещаю огромное количество. И уже давно поняла: как и в университете, 90% из них «дают только воду» – не учат ничему новому. Но остальные 10% дают то самое новое «зерно». Что сделала я? Выжимку из самых сильных движений. И даю обучение без «воды». Человек приходит, учится у меня, проходит 10 дней практики. Для наглядности ему высылается фотография того человека, на котором он проходил практику.

Человек не сидит годами за изучением теории, а сразу же может начать зарабатывать деньги. В этом и есть, наверное, самый главный плюс системы Zen: человек зарабатывает деньги спустя две недели обучения и очень быстро достигает результатов. В моей методике нежных, поглаживающих движений очень мало – все направлено на быстрое достижение результата.

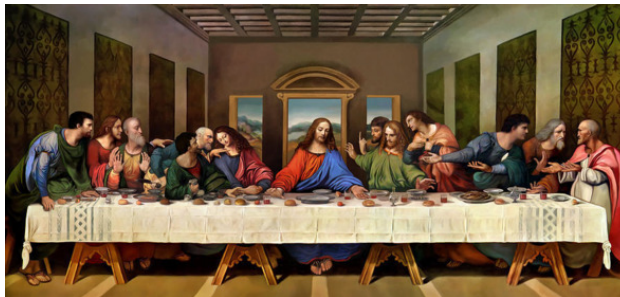
Все люди на земле, а особенно в нашей стране, в любом деле хотели бы немедленно получить результат. К примеру, в чём преимущество укола «красоты»? Вам сделали инъекцию – получите результат. Моментально. Филлеры заполняют все ваши дефекты буквально на глазах. Но такие процедуры придется повторять снова и снова систематически.

После массажа же человеку уже не придется делать уколы, ведь курс массажа дает выраженный эффект омолаживающей пластической операции. На массаж надо ездить как в тренажерный зал.

Не у всех хватает сил и терпения приезжать на массаж 10 раз. Поэтому я создала классический курс из 6 процедур. Это минимум. Ведь 6 раз приехать на массаж в одно и то же время намного проще. Но за эти 6 процедур человек получает эффект пластической операции.

Есть женщины, у которых после этого восстанавливаются отношения со своими вторыми половинками, потому что наши казахские мужчины не любят говорить комплименты. Когда же они видят свою женщину преображенной и узнают, что это не уколы, не операции, а просто массаж, они тоже приходят ко мне.

## История картины «Тайная вечеря»



Если вам знакома картина Леонардо да Винчи «Тайная вечеря», то я хотела бы вас попросить вспомнить ее сюжет. Если же вам незнакома эта картина, то не могли бы вы взять на себя труд поискать ее в Интернете? Почему я хочу начать свой рассказ именно с неё? Просто потому, что она стала некой определяющей силой в моей жизни. Давайте вспомним, какой именно момент запечатлен на картине: Иисус говорит своим соратникам-апостолам о том, что один из них вскоре его предаст. А знаете, что самое поразительное в этой картине?

Да Винчи писал каждый персонаж с живой натуры – реальных прототипов. Он находил их на городских рынках, на площадях, на улицах. Первым художник написал Иисуса, затем по очереди всех апостолов. Напоследок он оставил Иуду: дольше всего не удавалось ему найти прототип именно для него. В конце концов, после долгих трех лет поисков, он нашел нищего, который был пьян и лежал в канаве. Леонардо попросил у нищего позволения написать с него Иуду. Тот согласился, но при этом сказал: «Какая же интересная штука – жизнь! Три года назад с меня писали Иисуса Христа, а сегодня – Иуду»...

Это говорит о том, что сущность человека двойственна: ты есть ангел, и ты есть демон. Кто в тебе победит – решаешь ты сам. Я никогда не считала, что судьба predetermined: я не фаталист. Жизнь – это череда выборов, и только ты сам выбираешь, кем хочешь стать.

И, как бы странно это ни прозвучало, но в моей жизни эта картина появилась вскоре во второй раз. Не удивлюсь, если она появится и в третий. Я знаю о ней еще со школьных лет, когда мы изучали историю живописи, кажется.

Я считаю себя любимчиком судьбы: мне очень часто везет. Мне повезло попасть на обучение в Италию, город Милан, где я увидела эту фреску воочию в оригинале. Потом, будучи студенткой, подрабатывала в Милане гидом. Таким образом, эту картину я видела несколько раз в своей жизни.

Прошло несколько лет с тех пор, как я начала заниматься массажем лица. Когда я повышала свою квалификацию в очередной раз, как любой врач или врачующий специалист, я попала на обучение к своему любимому преподавателю, Кайбыровой Ларисе Константиновне. Это человек, который обладает просто потрясающей энергетикой и профессионализмом. Я считаю, что на сегодняшний день это эксперт номер один не только в массаже, но и в физиологии человека в целом.

Однажды Лариса Константиновна мне посоветовала обязательно научиться делать массаж ног. На что я, конечно же, возмутилась: «Чтобы я делала массаж ног? Я? Никогда, это так

унизительно!». И тогда она мне сказала: «Ты знаешь картину «Тайная вечеря»?». Я ответила: «Конечно, кто ж ее не знает!». «Так вот, в тот день, согласно Библии, Иисус каждому из апостолов перед ужином помыл ноги. Тайная вечеря – это тайный ужин, где Иисус объявил им о том, что его вскоре предадут. Когда один из апостолов спросил: «Ты же сын Божий, почему ты моешь нам ноги?», тот ответил: «Сын Божий пришел на этот свет не для того, чтобы люди ему служили, а чтобы служить людям».

И тут я разрыдалась, потому что поняла: мы всего лишь люди, и нами руководит наше эго. А когда ты служишь людям, если хочешь быть властелином своего мира или своей ниши, то в первую очередь должен на это имя поработать. В том числе и научиться делать массаж ног.

Вообще, как призвание, массаж нашел меня не сразу – сначала я была просто клиентом. Даже когда я обучилась этому искусству, очень многие в моём окружении не понимали: зачем? Ведь на тот момент я руководила большим брендом в сфере маркетинга и PR «Якутские бриллианты». Из бриллиантов – и в массаж?

Но, несмотря на все свои победы, иногда нужно спуститься, чтобы снова подняться. И, возможно, это было для меня неким стартом, своеобразным дном, от которого я оттолкнулась.

Я бы хотела дать надежду тем людям, которые думают: «Я добился в своем деле больших высот, но всё уже надоело. Хочется взяться за что-то новое, но... Страшно, что скажут люди, что скажет моя семья, а что я сам себе скажу? Меня олицетворяли с бриллиантами, а тут я начну делать массаж?!».

Я бы хотела попросить вас вот о чем: никогда ничего не бойтесь. Не бойтесь рвать шаблоны в первую очередь в своей голове. Потому что, по большому счету, совсем не важно, что скажут люди. Ведь не они утром сидят за вашим столом, не они покупают вам одежду, обеспечивают всем необходимым. По сути, всем всё равно. Каждый думает только о себе. А кто есть вы – Иуда или Иисус в своём окружении, в своём мире, в голове своей? С этим вы должны определиться сами. Подумайте: готовы ли вы служить людям? Не бойтесь этого служения. Если вы находитесь в найме и боитесь рискнуть открыть свой бизнес – не бойтесь! Да, возможно, придется побыть и менеджером по обзвону, возможно, нужно будет лично встречаться с каждым, организовывать собственную команду. Образно говоря, мыть каждому из них ноги.

Но ведь в чём прелесть собственного бизнеса? В коллективе, когда ты работаешь в найме на кого-то, ты нередко терпишь какую-то одну паршивую овцу, которая портит всё стадо. Когда ты руководитель – ты сам строишь свою команду. Подбираешь людей своей душой, своим сердцем. Чтобы через служение людям достичь высот. Да, это не стереотипная логика. Но я уже говорила, что хочу в этой книге научить вас рушить стереотипы и верить в свои силы.

## Шаг 1. Быть благодарным

*«Если вам придется читать всего одну молитву  
в день, выберите «Спасибо»  
Д. Руми*

### Благодарности моей семье

Моя книга посвящается маме, Шураевой Дамежан Кабдановне. Все люди в нашем окружении знали ее больше как тетю Дашу. Она была человеком широкой души с огромным сердцем. Человек, который самостоятельно воспитал троих детей, и все они выросли достойными людьми. Наверное, нет в мире таких слов, которыми я смогла бы выразить всю свою благодарность и любовь своей маме за все, что она дала мне, за то, кем я стала. Все это случилось только благодаря ей.

Мама – это человек, который вложил всю душу и все силы в наше образование и привил любовь к чтению книг. Чтение всегда было и остается сегодня в нашей семье самым важным занятием. Мысль о написании книги пришла ко мне именно потому, что мы выросли на этом. Мама приучила нас постоянно наполнять себя духовной пищей и находить ответы на свои вопросы именно в книгах.

Мама никогда не поучала нас, не читала нотаций. Есть вопрос – вот, возьми, прочти. Вы, наверное, согласитесь со мной, что зачастую мы не слышим и не воспринимаем должным образом того, что нам говорят близкие люди, но обязательно зацепимся за эту же самую мысль, стоит ее высказать постороннему человеку.

Мама чувствовала это интуитивно, поэтому сделала для нас книги источником познания и решения всех на свете вопросов. Любая сложная ситуация разрешалась при помощи книги.

И сегодня моя самая первая рекомендация любому человеку: если вам плохо – нужно читать книги, наполнять себя изнутри. Без этого очень многие люди в трудной ситуации цепляются за якорь депрессии, самокопания, самоедства, самобичевания.

Книги же – это паруса. Во всяком случае, для меня. Они спасают меня от самых сильных ураганов в моей жизни. И я хочу от всей души пожелать вам, мой читатель, того же самого.

...Моя мама всю жизнь работала экологом, поэтому тема экологии является самой главной и в моей жизни. Все мы знаем, что экология – это сохранение окружающей среды. Но я пошла дальше. Я развиваю тему самых экологичных и безопасных методов омоложения организма. Не менее важна для меня экология отношений – полная конфиденциальность клиентов, которые ко мне приходят. Ни один клиент не сможет сказать, что я о ком-то что-то рассказываю, обсуждаю его тайны и проблемы. Все, что говорится на сеансе между нами, между нами и остается.

Мы выросли в семье, где царила полная демократия. Мы не знали никаких запретов, но строгость всегда была по умолчанию. Мама настолько нам доверяла, что мы не имели права ее подвести. Сегодня ее нет, но память о том, что мне нельзя ее подвести, до сих пор оста-

ется, потому что у меня есть брат и сестра, которым я тоже безмерно благодарна. Их знает вся страна – они достаточно известные люди.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.