

ЕКАТЕРИНА

**КАЛЁНОВА**

**#БЕЗ ПУДРЫ**

**ПРАВИЛА  
ЖИЗНИ**

**ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ СТЕРВЫ**



**ЖИЗНЬ НА MAXIMUM**



Жизнь на MAXIMUM

Екатерина Калёнова

**Без пудры. Правила жизни  
интеллектуальной стервы**

«Издательство АСТ»

2019

УДК 159.9  
ББК 88.52

**Калёнова Е.**

Без пудры. Правила жизни интеллектуальной стервы /  
Е. Калёнова — «Издательство АСТ», 2019 — (Жизнь на  
MAXIMUM)

ISBN 978-5-17-112231-7

Хочешь перестать быть удобной и стать, наконец, счастливой? Хочешь перестать пытаться нравиться всем и научиться принимать дерзкие решения? Хочешь порвать шаблоны и начать строить жизнь по своим правилам? Тогда почему ты до сих пор не делаешь этого? Что тебе мешает? Давай разбираться вместе с Екатериной Калёновой, прошедшей путь от «обычной женщины» до «интеллектуальной стервы», научившейся ликвидировать последствия своих ошибок, пониматься после падений и делать выводы из разочарований, сумевшей построить такую жизнь, какую ей хотелось. «Безжалостный» блогер щедро делится со своими читательницами опытом и помогает размотать клубок проблем, которые мешают женщинам быть счастливыми. Приготовься, будет жестко. Но честно. И придется поработать. Помни, пока ты сидишь на диване и ленишься, какая-то сволочь ворует твою мечту!

УДК 159.9

ББК 88.52

ISBN 978-5-17-112231-7

© Калёнова Е., 2019  
© Издательство АСТ, 2019

# Содержание

Вступительное слово автора	5
Глава 1	7
Глава 2	10
Конец ознакомительного фрагмента.	16

# Екатерина Калёнова

## #Без пудры. Правила жизни интеллектуальной стервы

### Вступительное слово автора

Неожиданно наступили времена, когда блогеры превратились в писателей.

Мы плавно перешли из эпохи, когда жены успешных мужчин были певицами и телеведущими, в эпоху, когда все, как одна, – писательницы и психологи.

Думаю, такой сдвиг в сторону интеллектуального труда не может не радовать, однако хотелось бы правды.

Я всегда считала, что психолог – это человек, который специально обучен для того, чтобы водить тебя по лабиринтам души, лишь изредка освещая дорогу.

Такое трудно-благородное дело – помочь человеку разобраться с собой, при этом оставив ему вопросов еще больше, чем до обращения.

В России абсолютно точно отсутствует культура работы с психологами. Поэтому, если вдруг в компании ты вскользь упомянула о таком сотрудничестве, скорее всего, тебя начнут считать или жутко богатой, а потому ленивой и не знающей куда спускать деньги, или реальной психичкой.

**В нашей стране, если ты не можешь разобраться со своей проблемой сама, ты – слабая.**

Гораздо более выигрышная позиция – ныть о своей несчастной бабьей судьбе в кругу товаров. Эта тема, как самый лучший клей, соединяет понимающих что почем. На этом единении сестер по несчастью основывается сюжет не одного десятка популярных исполнителей, а также самые слезливые фильмы.

Помните, как у Образцова в «Необыкновенном концерте»? «Ее тема – страдание, страдание не в смысле „я страдала, страданула“, а в смысле „лямур-тужур-бонжур“».

Страдать мы любим, и желательно на брудершафт.

Поэтому привычка посещать психологов никогда у нас не приживется в должной мере и объеме.

С ним нельзя выпить на кухне и порыдать, а потом зайти от истерического хохота.

А у нас все, что «причесано» и по регламенту, то от лукавого.

Я считаю написание этой книги чистой воды авантюрой, прекрасной и увлекательной. Она станет новым этапом моей жизни.

Надеюсь, что мы вместе с вами поплачем и посмеемся над теми историями и примерами, которые я буду приводить. Ведь все они – самое ценное, что у меня есть, – мой опыт. Ведь все-таки я – не психолог.

Собственно, этот опыт и является основой и для книги, и для блога, который я веду в Интернете.

Не хочется пафосных речей.

Я – обычная женщина, как и многие читательницы, с багажом ошибок, падений, катаний лицом по асфальту, слезами. У меня не было в юности наставниц по житейской мудрости. Вернее, так: они были, но по правилам игры я никого не слушала. Так же, как и вы. Правда?

Поэтому, «накатавшись вдоволь», я принесла в новую жизнь и второй брак навыки и знания, премудрости и опыт. Что интересно, все изменилось после осознания этих «косяков».

На сегодняшний день с эпической силой опровергаю своей жизнью и собственным примером все самые заскорузлые стереотипы, существующие в обществе:

- не побоялась остаться одна, и после развода желающих связать со мной судьбу было предостаточно;
  - вышла замуж с сыном на руках, хотя мне кричали, что чужие дети никому не нужны;
  - теперешний муж воспитывает моего сына от первого брака как своего;
  - я трижды меняла профессию и каждый раз достигала намеченных высот;
  - последний раз я перевернула все и в тридцать с лишним лет создала блог.
- Этим опытом я и буду делиться с вами.

В нашей стране люди любят сказки. Фактически, она случилась и со мной – я получила предложение написать свою первую книгу. Мне очень хочется, чтобы в тот момент, когда дочитаете ее до конца, в вашу жизнь пришло бы осознание, что все в ваших руках. Со мной произошло это чудо! Стоит набраться мужества и сказать себе: «Отныне я хозяйка своей жизни, несу ответственность за нее и все могу».

Желаю вам веры, смелости и удачи!

## Глава 1

### Тяжелый анамнез

Мне за сорок. За свою жизнь я совершила уйму типичных ошибок. За некоторые из них мне откровенно стыдно, некоторые заставляют сейчас хохотать. Но все их объединяет одно – я смогла вынести из каждой ценный урок. Потому что катание лицом по асфальту и происходит у нас для того, чтобы стать мудрее, выносливее и отважнее. А еще все это служит одной цели – научить нас нести ответственность за свою жизнь и наконец-то формулировать, чего же мы все-таки хотим от нее.

В этой книге постараюсь описать все то, к чему я пришла к своему прекрасному возрасту. Многое, возможно, вами было когда-то понято и осмыслено, что-то будет ясно сформулировано. Что-то – вообще ново.

Одно хочу сказать – это просто жизнь. И, к сожалению, она одна. Больше всего мне бы хотелось, чтобы, прочитав книгу, вы стали на шаг ближе к тому, к чему лично мне пришлось идти очень долго и крайне болезненно окольными путями через буреломы и овраги житейских ситуаций.

И если то время, что вы отдадите чтению, окажется потрачено хоть с какой-то пользой, можно будет сказать, что я уберегла вас от пустой траты драгоценных месяцев и лет на осознание того, что вы сделаете гораздо быстрее, чем я.

Понимание того, что я что-то делаю не так, пришло ко мне не сразу. За спиной были поломанные «рога» и «крылья», неудачные отношения, развод, воспитание ребенка без мужа мной и родителями, страхи, навязанные стереотипами общества, перфекционизм, возведенный в культ, и еще куча всяких отягчающих обстоятельств, которые серьезно испортили мой жизненный «анамнез». Вы еще не начали узнавать себя в этом описании? Довольно типичная ситуация, особенно для девочек, рожденных в советское время.

Я злилась, кляла судьбу за то, что она несправедлива ко мне. Обижалась на родителей. Бесилась из-за того, что многим моим сверстницам с рук спускалось и прощалось то, и десятая часть чего не простилась бы мне ни дома, ни в школе. Как это? Все должно быть по высшему разряду. Только на «пять», лучше всех. Как будто ты бежишь вечную стометровку, гори она синим пламенем. Никаких поблажек, слабостей, перерывов, времени на передышку! Еще чего!

Потом начались времена личной жизни. Тотально выбирала не своих людей. Обижалась. На них, не на себя.

Я меняла работу десятки раз. Близкие говорили мне: «Что за фигня? Какой-то инфантилизм и незрелость».

Отчасти, думаю, они были правы. Однако то, что происходило у меня в душе... Об этом знала только я. Это торнадо называлось «поиски себя». Красиво, правда?

Не могу сказать, что я себя уничтожила за тот долгий срок, что понадобился для определения целей и задач. Фактически смогла сформулировать, чего я хочу, лишь к тридцати пяти годам. Поняла, кто я и что, чем хочу заниматься, какого мужчину хочу рядом и каких друзей-единомышленников. Я приняла своих близких. И поняла, что, если бы всего этого со мной не произошло, я бы не стала той, кем являюсь сегодня. Однако предвижу ваш закономерный вопрос: можно избежать разочарований, поражений и боли и тем не менее стать сильной, успешной и счастливой? Отвечаю: можно! Но для этого надо перевернуть систему воспитания!

В силу разных обстоятельств я долго не задавала себе вопроса «чего ты хочешь?». В мелочах и принципиальных вещах. Я была девочкой с «синдромом отличницы». Не смела отказывать людям, говорить «нет».

Почему? Потому что очень хотелось быть правильной и хорошей. Я искала любви и похвалы вовне, потому что благодаря воспитанию и требованиям со стороны взрослых так и не научилась принимать и любить себя. Как вы понимаете, игнорировала собственные желания, о существовании которых даже не догадывалась: ни о них самих, ни о своем праве на них. Так хотелось мне, дурехе, быть такой хорошей и правильной, чтобы оценили и дали пирожок. Никого не напоминает? Бьюсь об заклад, сейчас почти каждая сказала: «Это про меня».

**# Ужасное состояние, когда ты пытаешься сделать все, чтобы тебя любили.**

– *Надень это платье. – Конечно!*

– *Давай пойдем туда. – Нет вопросов. Идем.*

– *У нас нет халата вашего размера этого цвета, но есть другой. – Да, возьму другой.*

И так во всем.

И знаете, что самое интересное? Уходишь в крутой штопор услужливости, предупреждения чужих желаний и просьб. И ждешь, когда тебе скажут, что любят, что ты хорошая, когда тебя ОЦЕНЯТ. Это одна из самых больших проблем огромного количества девушек и женщин – «я хорошая и хочу, чтобы меня оценили по достоинству».

Вы спросите меня: «В какой момент все изменилось? Что послужило толчком?»

Законный и вполне логичный вопрос.

Отвечу – все в кучу. Много событий. В первую очередь то, что, я знаю, случается почти с каждой из вас. Ну, через одну – так точно. Представьте себе, что некий человек ведет себя непотребно по отношению к вам. Ну, не знаю... хамит, испытывает ваше терпение, нарушает ваши личные границы. Вы молча терпите. Смотрите и молчите. Не хватает сил поставить хамло на место. Сказать: «Уважаемый(ая)! Вы ничего не перепутали? Со мной так не надо». Но нет! Ваше воспитание не позволяет. Вы же вежливая дамочка, образец культуры и терпения.

А человек по законам жанра все наглеет. Вы собираете консилиум из подруг/родственников/коллег с вопросом, мол, одной ли вам кажется, что представленное индивидуумом поведение выглядит как недопустимый беспредел? И конечно, со всех сторон несутся голоса, что нет! Это действительно недопустимое хамство. Вы подуспокаиваетесь. Вроде как с головой все хорошо. Но при этом вы молчите.

Человек продолжает и в процессе даже набирает силу, войдя во вкус вседозволенности. В итоге, когда терпение лопается окончательно, происходит взрыв, ваш визави логично спрашивает: «А чего это ты вдруг?» По понятной причине в голове зарождается мысль: «Что нужно объяснять взрослому половозрелому человеку? Что так вести себя нехорошо? Ай-ай-ай?» Ибо когда надо что-то объяснять, то не надо ничего объяснять.

И тут-то и подкрадывается ошибка. Которую я совершала долгие годы. **# Бить дюра-левым веслом по рукам надо сразу, как только вас перестало что-то устраивать в вопросе бесконтрольного захода на вашу территорию без малейшего намека на приличия.**

Ах, да! Когда все изменилось?..

Были две основные волны.

– Осознание собственной значимости как женщины пришло после развода с первым мужем.

– Понимание, чего хочу от жизни в плане дела, – в момент, когда рухнул бизнес моего второго мужа и пришлось некоторые вопросы взять на себя.

С первым особо, в общем, разбираться нечего. Тут все прозрачно. Я совершила ошибку, которую совершали до меня миллионы, и после меня будет таких дур еще больше. Ошибка называется «со мной он станет другим».

Опытным путем я выяснила, что никто другим не становится. Только если не случается с мужчиной какого-то явно тяжелого потрясения, как авария, тяжелая болезнь, потеря близких.

И то! Поэтому оставим в покое мое темное макаренковское прошлое. Мало таких мужчин, кто осилит семейную жизнь со мной. Шутка!

Что касается второй волны, то она совпала с моментом, когда мой второй муж потерял бизнес... Я начала вести блог для женщин, в котором делюсь своими наблюдениями, тем, через что пришлось пройти мне самой.

Больше всего хочется, чтобы мои читательницы не совершали ошибок, которые допустила я. Или хотя бы хорошенько перед этим подумали.

А теперь по порядку. О тех открытиях и идеях, которые пришли в голову после пережитого. Возможно, они не всем подойдут. Но, если найдется хотя бы один человек, которому это пригодится, я буду считать свою миссию выполненной.

Хочу лишь предупредить вот о чем. Если у вас будет впечатление, что я старая, озлобленная на весь мир тетка, ненавидящая все живое, отдайте книгу кому-то. Просто подарите. Я не смогу вам помочь. Манера моего повествования, что здесь, что в блоге, по сути, считается очень отрезвляющей, как ледяной душ. Зачем? Это вполне осознанный выбор. Я должна ввести своих читательниц в состояние эмоционального потрясения, вызвать любое чувство, кроме равнодушия. Тогда, возможно, оно заставит вас вылезти из состояния анабиоза и заставить что-то менять.

Меня жизнь не берегла. Почему было больно? Потому что я не знала, что меня ждет, и проходила это буквально без анестезии. Поэтому я хочу вас встряхнуть, чтобы вы не совершали по возможности моих ошибок. Иногда хирургу приходится ломать руку, чтобы она правильно срослась. У меня такие же методы.

## Глава 2

### Почему со мной?

Итак, запомните главное: причина той задницы, которая с вами случается в жизни всякий раз, – это **низкая самооценка**. Какое красивое понятие! А попроси вас сформулировать, что такое самооценка в принципе, и вы запнетесь на полдороге.

Давайте разберемся.

*Самооценка – это то, как вы оцениваете полностью или частично свои качества, таланты, особенности и достижения, важные и значимые для вас, руководствуясь критериями, которые сами и устанавливаете исходя из собственных представлений о целях и успешной их реализации.*

Сложно?

Короче говоря. Каждый человек имеет представления о том, что надо уметь и каким надо быть, чтобы можно было считаться успешным и счастливым. И, если собственные качества не отвечают вашим представлениям об идеале, то самооценка падает. Человек начинает считать себя никчемным, вступает в соцсоревнование с теми, у кого есть нужные и желанные для него качества, проявляется такая гадость, как зависть и все прочее.

Адекватная самооценка, по сути, выполняет следующие функции: обеспечивает свободу волеизъявления и защиту своих позиций как стабильной и зрелой личности. Абсолютно законный вопрос: кто может так испортить самооценку? И главное – зачем? Отвечаю – источники зла лежат или в нас самих, или в окружающих (родители, родственники, муж/жена, коллеги/начальник, друзья).

Зачем это делаем мы сами с собой? Ведь это похоже на самобичевание без наркоза. По сути дела, так и есть. Человек отказывает себе в праве быть собой, делать свое дело, строить здоровые отношения и попросту быть счастливым. Образ жертвы плотно засел в обществе, как нарыв. Почему? Потому что с советских времен не принято было хотеть, принято было быть должным. Так вот, чувство долга, которое диссонирует с порывами души, и дает нам то самое ощущение, как будто мы являемся его заложниками, а стало быть, проживаем не свою жизнь. Да и вообще. Быть несчастным гораздо легче и приятней, чем быть счастливым.

Что до других людей, которые устраивают танцы на костях вашей самооценки, они, прежде всего, делятся на своих и чужих. Как мне кажется, свои – родственники и друзья – не принимают вас полностью. Почему это происходит? У каждого человека есть собственные представления о том, что хорошо, что плохо, как правильно, а как нет. Так вот, если вы живете по-своему и не соответствуете по ряду критериев представлениям мамы или мужа, то они делают все, чтобы вас в этом убедить. Как? Путем обычного шантажа.

– *Подмети и будешь хорошей девочкой.*

– *Если ты меня любишь, ты бросишь курить.*

И ведь эти манипуляции достигают своей цели. Ведь хочется быть хорошей девочкой или быть любимой. Причем, если вы спросите их, почему они отказывают вам в праве жить так, как хочется, ответ будет незамедлительным: это все для твоего же блага, потому что я тебя очень люблю. И таращат на тебя глаза, как краб, который оказался в кастрюле. А ты сидишь и думаешь: кто из нас дурак? Или я, или надо мной тупо издеваются. Хорошенькая забота или любовь. Читайте между строк: «Ты мне какая есть не подходишь». Здорово, правда? Сначала сыграть и на чувстве вины, и на страхе, расстроить или вообще лишить партнера, а потом делать с вами что угодно. И ведь под таким соусом можно запихивать в вашу голову любые постулаты, издеваться как угодно, переключить вообще. Но с моей точки зрения, это вообще

не про любовь. А про эгоизм, сиюминутные хотелки и попытку решить свои внутренние проблемы за ваш счет.

Как их отвадить и навсегда лишит желания решать свои проблемы за ваш счет?

# **Человек со здоровой самооценкой жестко обозначает свои границы.** Потому что он умеет говорить «нет», аргументировать свою позицию, делает выбор партнеров/формата отношений сам. Такая женщина не испытывает страха потерять мужа в случае, если она его слушается и сделает по-своему.

Но большинство женщин попросту пытаются избежать скандала. Они прогибаются, чтобы в доме было тихо и никто не орал. А кто-то считает, что, если идет навстречу пожеланиям мужа, то обретает карт-бланш: «Если потом я попрошу его о чем-то, то и у него не будет повода мне отказать. Я же пошла навстречу».

И вот еще что. Манипуляторы очень часто взывают к компромиссам. Я, встречая в своей жизни таких людей, задавала им вопрос:

– *Что такое компромисс?*

– *Она должна пойти мне навстречу, если меня любит. Мне не нравится запах табака.*

– *Отлично. А ты, когда ее встретил, знал, что она курит?*

– *Да. Но я был уверен, что мне удастся ее переубедить. Ведь теперь она замужняя женщина. А этот статус уже предъявляет определенные требования к поведению, привычкам. Как раньше было, уже быть не должно.*

Почему не должно? Кто это сказал? Почему мужчина не видит, что нарушает правила игры? Ведь, связываясь с такой женщиной, он «подписался» на союз с ней. Так неужели он считает честным теперь, женившись, вдруг озвучивать правила нахождения в этом союзе? Может, было бы честнее сказать все на берегу, а она бы в свою очередь приняла решение, надо ей это или нет?

Другой пример.

– *Мне не нравится, что он по пятницам пьет пиво с друзьями.*

– *А он это делал, когда вы встречались?*

– *Да.*

– *И что же? Ты высказала ему тогда же свое недовольство и предложила альтернативный вариант проведения досуга?*

– *Нет. Я думала, что он сам откажется от этого. Ведь теперь мы семья.*

– *И что из этого следует?*

– *Он должен идти навстречу моим желаниям. Я же ради него...*

Вам не кажется, что это обычный шантаж? Поведение не очень порядочное и честное? Довольно странно вступать в отношения на одних условиях, а потом, когда получишь официальный статус и права на заявления и требования, этим пользоваться, фактически вводя партнера в заблуждение относительно ваших ожиданий? Это работает в обе стороны. Как мне кажется, честный разговор на старте с обозначением всех требований, пожеланий и условий – это залог гармонии любых (не только любовных) отношений.

Но начнем с самого начала.

Проблемы идут в основном из детства. Так считает подавляющее число психологов. Это действительно природа той ущербности, что гложет вас сегодня и является одной из причин основного количества ваших проблем, в том числе и в отношениях с людьми. Почитайте фундаментальные труды по психологии и убедитесь в этом.

Представим себе, что перед нами лежит огромный ком спутанной шерсти. Что надо сделать, чтобы смотать ее в аккуратный моток? Верно. Найти конец. То же самое происходит и с нашей головой и самооценкой, когда мы пытаемся хоть как-то ухватить нить и начать ее разматывать. И то, что вы держите в руках эту книгу, говорит о желании или хотя бы попытке это размотать, не прибегая к услугам специалиста.

Большая часть из нас родом из «страны советов». Даже те, кто не застал те времена, воспитаны людьми из той страны. Сейчас принято «хаять» режим, царивший долгие годы. Я же, если честно, пытаюсь понять, что же там было хорошего.

Все мы – «советские» дети.

Вспоминая свое детство, могу однозначно сказать, что жили мы счастливо. Хотя, по сути, наверное, каждый взрослый так и вспоминает свои беззаботные годы.

Помните, как в фильме «О чем говорят мужчины?»: «Мне когда было четырнадцать лет, я думал, что сорок лет – это так далеко, что этого никогда не будет. Или будет, но уже не мне. А вот сейчас мне практически сорок, а я понимаю – действительно не будет! Потому что мне до сих пор четырнадцать. Получается, взрослых нет. Есть постаревшие дети. Лысые, больные, седые мальчики и девочки».

Мы все так же чего-то боимся, на что-то надеемся, мечтаем. Все так же стараемся быть лучше, чем есть на самом деле. Боремся за существование, страдаем, любим, сходим с ума. И все так же спотыкаемся.

Почему это происходит?

Пока девочка растет и ее жизнь подконтрольна папе с мамой, бабушкам и дедушкам, она считает, что все, что с ней происходит, – правильно. Ведь мы не ставим под сомнение, что, если мама сказала, что нам идет красный цвет, то это так и есть.

То же с оценками, мужчинами, целями.

А потом мы вырастаем. И оказывается, что красный не совсем уж и наш цвет и что вообще жить хочется по-своему. Но почти всегда (а по моим скромным подсчетам это происходит в 80 % случаев) нам не дают права быть собой.

**Вот так! Тебе сорок лет или двадцать девять, и давно пора, а ты не имеешь права быть собой.**

Не очень давно я прочитала пост на одном из женских форумов. Его автор – немолодая женщина, которая одна воспитывала дочь. Из рассказа было понятно, что она ненавидела своего бывшего мужа, отца девочки. И всячески указывала ей на те недостатки, которые та унаследовала от отца. Мать активно отрицала, что мужчина, имеющий некоторое отношение к рождению дочери, хоть сколько-то человек. Я уже не говорю о том, что достойный. По словам женщины, он был мерзавцем. Без суда и следствия.

Затем она долго «заламывала руки», жалуясь на страницах форума, что никогда не верила в успех своей дочери, что всякий раз ждала, когда та разведется с очередным мужем, как настаивала на том, чтобы дочь отдала ей, матери, свою дочь (внучку) на воспитание.

Выражения, в которых велось повествование, просто выводили меня из себя. В итоге я поняла, что дочь вышла замуж и уехала за границу, с матерью почти не общается, в гости не зовет. Женщина буквально кричала на весь Интернет, что дочь «...неблагодарная... Оставила пожилую мать одну. Я для нее, а она... да, я резкая. У нас в роду все такие. Должна терпеть. Я ее родила».

Сказать, что у меня шевелились от ужаса волосы, – не сказать ничего.

– *Моя мать всегда говорила: «В нашей семье принято уважать старших. Попробовала бы я своей матери сказать хоть десятую часть того, что говоришь мне ты. Меня бы выдрали, как сидорову козу».*

Родительский культ, который был плотно вбит в головы еще с тех времен, и сейчас ядом отравляет умы наших женщин.

– *Я так не могу. Она же моя мама.*

Согласитесь, очень тонко выстроенная манипуляция. «Я тебя родила, ты мне должна». Под этим соусом матери с неудавшейся женской судьбой позволяют себе все в адрес дочерей, от манипуляций до хамства и откровенного шантажа.

– *Делай вот так.*

– *Не хочу. Я – взрослый человек и буду делать так, как сочту нужным.*

– *Тогда собирай свои вещи, забирай своего ребенка и вали. Живи своим умом, если такая умная.*

Мне кажется, это чудовищно. Фактически, это метод, который те же мамы виртуозно использовали в детстве. Сначала спокойно. Как только протест – заворачиваются гайки. Почему? Некоторые матери, даже если ребенок давно вырос, по-прежнему считают, что являются для него непререкаемым авторитетом. То есть, пока мать критикует, «опускает» свою дочь, она как бы продолжает ощущать себя матерью, которая имеет безраздельную власть. Если видит сопротивление, то начинается неприкрытое хамство, эмоциональный шантаж и все прочие методы, которые действовали на маленького ребенка.

Почему это происходит? Мать отказывается признавать, что чадо уже взрослое. Не будем также забывать, что прожить жизнь абсолютно автономно практически невозможно. Мать помогает дочери с внуками, отпускает ее с мужем сходить к кино, кафе и гости, подкидывает денег, сидит с ребенком, если он заболел, а родителям надо работать. То есть она всегда находится при деле и чувствует себя нужной. Как если бы без нее в семье дочери не крутился ни один винтик. Отчасти это так и есть. Но каким ущербным сознанием надо обладать, чтобы с маниакальным удовольствием оказывать помощь своему (прошу заметить) родному ребенку, а потом под этим соусом начинать выкатывать условия? Более того! Я слышала, что есть матери, которые специально предлагают помощь детям только для того, чтобы иметь над ними власть.

– *Мама! Я так не хочу. Мы решили с мужем по-другому.*

– *А ты забыла, кто вас кормил, когда ты была в декрете, а твой не работал месяц?*

– *Спасибо за помощь. Я помню. Но мы все же взрослые люди. Мы благодарны тебе за участие.*

– *Тогда возвращай мне мои деньги.*

– *Так ты же одолжила их бессрочно. Муж только устроился на работу. Нам надо время, чтобы собрать сумму и вернуть ее тебе.*

– *Меня это не волнует. Или отдавайте сейчас, или делай, как мать велит.*

Когда я читаю про такие проявления деспотичного отношения матери к дочери, мне хочется кричать. Это про все, что угодно, но не про любовь. Это эгоизм, скудоумие, самодурство, попытка навязать свое мнение и неумная гордыня – кстати, один из самых страшных человеческих грехов. Кажется, что если мать понимает, что на определенном этапе дочь зависит от нее, то жизненно необходимо проявлять особую деликатность. Если, конечно, важна любовь, а не очередная сатисфакция и моральная победа над своим взрослым чадом.

– *Не хочешь, чтобы указывали, переставай зависеть!*

Отличная взрослая позиция. Которую озвучивают такие матери-тираны. И, как только их взрослая дочь, стискивая зубы, начинает все делать сама, не они ли начинают причитать и опять же шантажировать?

– *Вам теперь мать, конечно, не нужна. Все теперь умные. У всех дочери как дочери. И зачем я тебя родила?*

До поры до времени я очень не хотела признавать очевидных вещей. И малодушно говорила своим подругам, попавшим в руки таких тиранш: «Она тебя любит, но по-своему». Потом мне стало стыдно за свою ложь. Безумно сложно признаться себе или сказать подруге: «Это не любовь. И ее никогда не было. Пора повзрослеть и это наконец признать. Это отношения, в которых мать пытается тебя унижить, ощущая власть, она отыгрывается на тебе за свою несостоящуюся жизнь, за обиды на мужчин, не уважает тебя как личность, уничтожает тебя. Она считает, что ты – ее собственность и она может по этой причине делать все, что захочет».

Довольно часто происходит неприятное внутренне признание. Если покопаться в истории семьи, нередко оказывается, что ни одна из родственниц женщины, включая маму и бабушку, не имела счастливой женской судьбы.

Откуда идут все разговоры про «терпеть», «подстраиваться», «идти на компромисс»? Нас приучают, что в этом предназначение женщины, ее долг.

*– Не было у нас никакой любви! Какая любовь? Детей поднимать надо было, квартиру получали, обои бегали искали, шифоньер покупали. Тут не до любви. Жили как все.*

**Вдумайтесь! Нас учат всегда жить против своей воли. Желания женщины в семье и жизни в целом нивелируются до неприличия. У нас нет права слова и желания.**

Все это идет из системы Домостроя. В целом в ней ничего дурного нет, но люди таковы по природе своей, что с легкостью додумают, докрутят все до откровенного абсурда. Вам будут рассказывать, что «вот я прожила жизнь, и ничего», «всем тяжело. Это семья. Надо работать над собой и отношениями».

Нам с детства преподносят семью и отношения как невыносимую рутину. Отчасти это так и есть. Построить союз, родить в нем детей и прожить всю жизнь счастливо – это задача не из легких. Но почему, скажите мне, все время надо **терпеть**? Жертвовать – да. Уметь разговаривать – да. Слышать партнера, его потребности и желания – да. Но это все возможно только в одном случае – если между людьми есть любовь. И складывается впечатление, честно сказать, что любви в союзах наших мам и бабушек и не было. А если и была, то ее «съели» рутина и быт. И по привычке они продолжали тянуть это ярмо. Потому что «в нашей семье разводы не приняты».

Просто представьте себе! Десятилетиями в разных семьях была почти одна и та же картина. И чему нас учат матери? Тому, что умеют сами.

Большинство из них тащат своих детей не из любви, а из чувства долга, потому что так поступают «хорошие девочки». А «нелюбовь» чувствуется, и то, что ты – «тимуровский объект», очень ощущается.

Почему огромное количество молодых девчонок до сих пор бегут под венец, как только им исполнится восемнадцать-двадцать лет? Верно! Подальше от дома, от рутины, долгов, которые на нас повесили за факт рождения в муках, от вечных требований, от ожиданий и критики. Приведу пример высказывания одной моей собеседницы:

*– Если бы мама меня не критиковала, я бы не стала тем, кем стала.*

Да, наверное. Но если предложу выбрать: рост и движение вперед по всем фронтам, напекор и доказывая, или – по личной инициативе и в удовольствие? Каков будет ваш выбор? Я лично знакома с огромным количеством уже взрослых женщин, которые многого добились в жизни, доказывая свою состоятельность, но счастливыми их это не сделало. Увы.

И я не про деньги, а про то, что они пытались доказать всему миру, что чего-то стоят. Они выгодно выходили замуж за перспективных мужчин, покупали жилье, устраивались на хорошую работу, растили детей, «поступали» их в престижные институты. И вроде все аплодировали вокруг: «Ах, какая молодец!» Но счастья почему-то им это не приносило.

Меня часто обвиняют в том, что я слишком вызывающе назвала свой блог – «Блог интеллектуальной стервы». Припоминают, что стервятники питаются падалью и так далее. Такой публики много. Так вот! Казалось бы, что общего между интеллектом и стервозностью? Безусловно, я пыталась иносказательно заметить, что надо чаще думать о себе (а стервы отличаются именно этим) и включать голову. Больше ничего. Я не призываю быть откровенной эгоисткой. Это – не очень здоровое проявление человеческой психики и характера. Я за разумное. За дозированное. Не «стелиться» в ущерб всему и всем, а все-таки думать о себе. Почему? Потому что, если вам хорошо, то вы создаете и вокруг себя чудесную обстановку для своего

окружения. Даете им подпитываться собой и своей энергией. А если понимаете, что живете не своей жизнью, то чему вы можете научить других и чем быть им полезной? Ничему и ничем!

Если говорить об интеллекте, то здесь все сложнее. Мы – женщины – существа в основном глубоко эмоциональные. А эмоции, как известно, мешают думать. Отключить их совсем не удается почти никогда, но иметь шпаргалки в виде этой книги, например, чтобы себя немного «осаживать», когда они зашкаливают, почему нет?

Кто же такая «самодостаточная женщина»? Полагаю – это та, которая точно знает, чего хочет, обладает чувством собственного достоинства, строит жизнь так, как считает нужным, обрубают ущербные и болезненные отношения. Уверена, сейчас в меня полетят тухлые помидоры. Очень много обвинений сыпется: «Совсем совесть потеряли! Ценности – уже для них не ценности. Мужчина не подошел – ушла. Работа не та – поменяла. Никакой сознательности! А терпеть? А строить? А нести ответственность? А если дети? Нельзя же думать только о себе!»

**Нас опять загоняют в рамки советского воспитания, когда быть счастливой и делать то, что нравится, – преступление.**

**Но революции делались всегда с кровью и потом. Не придумали пока по-другому.**

В жизни женщины есть несколько основных сфер, где неплохо было бы состояться. Семья, работа, здоровье, хобби и увлечения. В каждой из этих областей свои «порядки и законы». Будем разбираться. Помните... В школе на уроке физики нам объясняли, что такое последовательное соединение цепи. Пока не соединишь между собой выключатель, источник питания и лампочку, последняя не загорится. И мы злились, когда не получалось. В жизни примерно все то же самое. Пока не выставишь в ряд все необходимые условия, нужный посыл в своей жизни, навыки и умения, любовь к себе – не случится того самого чуда, ради которого мы и родились. И которое почему-то, почти как на уроке физики, очень часто с нами не случается.

## **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.