

Сергей Гуцин

# ВНУТРЕННИЙ МИР

Как не потерять себя



16+

Сергей Гуцин

**Внутренний мир:  
как не потерять себя**

«Автор»

2019

## **Гущин С.**

Внутренний мир: как не потерять себя / С. Гущин — «Автор»,  
2019

В книге Сергей Гущин рассказывает о том, как наше восприятие реальности влияет на эмоциональное и физическое состояние, а также на окружающий нас мир и нашу жизнь в целом. И о том, как исправить свой образ мыслей, если мы чувствуем, что потеряли свое подлинное «Я». В книге много размышлений автора, затрагивающих различные философские и нравственные вопросы. С помощью этих лирических отступлений автор также исследует свой внутренний мир, ищет путь к себе истинному. Мы наблюдаем, как он, изменив свое восприятие, осознав себя и свое прошлое, меняет себя, свое настоящее и будущее. Цель этой книги — научить читателя принимать себя таким, какой ты есть, здесь и сейчас, а также напомнить ему, что вся сила уже у него внутри, а окружающий мир — это лишь отражение нашего внутреннего мира, нашего мировосприятия.

*Посвящается моей маме –*

*Гуциной Эмили Федоровне*

### **От автора**

В книге «Внутренний мир – как не потерять себя» автор Сергей Гуцин рассказывает о том, как наше восприятие реальности влияет на эмоциональное и физическое состояние, а также на окружающий нас мир и нашу жизнь в целом.

И о том, как исправить свой образ мыслей, если мы чувствуем, что потеряли свое подлинное «Я», что жизнь в тупике и отношения с людьми складываются не так, как хотелось бы.

Автор, он же главный герой книги, проведет вас по лабиринтам своей памяти и своего мышления. Через личные и порой крайне тяжелые воспоминания (уход отца из семьи, болезнь и смерть матери) он сумеет встретиться со своей темной стороной, осознать мешающие ему в жизни убеждения и установки, и в итоге понять и принять себя. В книге много размышлений автора, затрагивающих различные философские и нравственные вопросы: что есть любовь и смерть, что такое страх, и что он дает человеку, как мы познаем мир – и многие другие. С помощью этих лирических отступлений автор также исследует свой внутренний мир, ищет путь к себе истинному. Мы наблюдаем, как он, изменив свое восприятие, осознав себя и свое прошлое, меняет себя, свое настоящее и будущее.

Цель этой книги – научить читателя принимать себя таким, какой ты есть, здесь и сейчас, а также напомнить ему, что вся сила уже у него внутри, а окружающий мир – это лишь отражение нашего внутреннего мира, нашего мировосприятия.

© Гуцин С. А., 2019

### **Начало**

Домодедово был настолько огромен, что обычному человеку запросто можно было в нем потеряться. Аэропорт при этом поглощал в себя невероятное количество жизней – другими словами, жизнь здесь не заканчивалась никогда. Однако души в этом временном пристанище большого количества людей не было, потому что люди большей своей частью мысленно были далеко от того места, где они физически сейчас находились. Их мысли были скорее всего там, куда они стремились попасть с помощью воздушного судна. Собственно, за этим они и прибыли в зал вылета, и сейчас переживали лишь легкое возбуждение от предстоящего полета.

Мужчина, сидевший чуть ли не в самом центре скопища людей, тоже мысленно был далеко от зала, от этих неизвестных ему людей. Но, в отличие от них, в его голове совсем не рисовалась цель его путешествия, хотя он направлялся домой, к своей любимой жене и детям. Наоборот, мозг его находился в полном ступоре, словно внутрь головы залили какое-то желе, которое своей тягучестью будто проникло во все шестеренки, не давая последним создавать что-то похожее на мысли. Правда, одна мысль успела отпечататься четко, и никак не уходила. Это была даже не мысль, а скорее вопрос: «Как так?». Вокруг все дышало возбуждением и будто бы жизнью, однако для мужчины время остановилось, потому что, как он ни пытался сосредоточиться, ответа на вопрос не было. Эмоции полностью покинули его, и когда диктор объявил по громкой связи его рейс, он абсолютно спокойно встал и двинулся в сторону шлюза, где его, как и других пассажиров, уже ожидал лайнер, который собирался доставить его домой. От слова “дом”, выразившегося образом в голове, мужчина вздрогнул. Он неожиданно понял, что совершенно не знает, что его теперь ждет впереди.

## Причины

Как же такое могло произойти? Здесь, на этот раз, пришлось изрядно покопаться. Вчера мне звонила одна знакомая, мы с ней проболтали больше часа, и в обычном шутовском разговоре она произнесла: «Скромности тебе не занимать». Мне часто в жизни говорили о короне, которую я якобы себе на голову взгромоздил. Почему-то до поры до времени я считал это отголосками той рабочей среды, в которой я находился. При этом называл это снобизмом, цинизмом, с которым якобы я стараюсь бороться нещадно. Но в этот раз, после этих слов во мне вдруг что-то щелкнуло, насколько же я далек от истины. Истина на поверхности, просто я ее не замечал. **Я же заставил мир крутиться вокруг себя.** Это же детский эгоцентризм! Таким образом, я опять стал ребенком. Только циничным ребенком с примесью снобизма. И как только я это осознал, причины всех поступков за последние пять лет стали совсем очевидны. В свое время я ушел от Лены только по этой причине, постоянный контроль матери над ребенком. Катюша в моей жизни открыла во мне мужчину, взрослого человека, который принимает решения, совершает поступки, и берет ответственность за их совершение.

Я как будто взлетел – это было настолько здорово! От новой жизни у меня просто закружилась голова. Мне казалось, я могу все, нет преград, которые могли меня остановить. Сила настолько переполняла меня, что я буквально стал суперчеловеком. И всю свою силу, силу любви, я обрушил на близкого мне человека – Катюшу! Никакого страха, никаких сомнений! Но... В какой-то момент силы стали исчезать. Причины, честно говоря, я так пока и не понял. Но в тот момент мы были еще откровенны с моей возлюбленной, и я поделился с ней своими мыслями. Катюша естественно, как любящий человек, смело подхватила эту чашу, чашу любви, и несла ее легко и задорно, ведь на тот момент огонь нашей любви горел очень ярко. А вот тут-то и закрался обман. Ведь когда я сказал, что силы покидают меня, то была договоренность, что мы будем оба поддерживать огонь. Катя честно вкладывалась в наши отношения, а вот я просто расслабился. Оправданием изначально было то, что на первых порах я **ОЧЕНЬ** много вложил, и, видимо, я и так – герой! Эти мысли и сыграли роковую роль в нашей совместной жизни. Со временем я совсем забыл даже о договоренности. Мелкие подарки по праздникам, и то жутко практические, небольшие знаки внимания. Любые вспышки отрицательных эмоций я гасил легко и непринужденно, имея уже богатый практический опыт, основанный на разных психологических уловках. Сам того не замечая, я скатывался в пропасть. Я превратился опять в ребенка, но только на этот раз очень циничного, эгоистичного и капризного. Когда на меня сильно давили, я начинал разбрасывать «игрушки». Впоследствии я даже назвал это красивым словом – бунт. Хотя бунтом это не было, это просто каприз, свойственный только детям, которые, манипулируя взрослыми людьми, получают необходимый им результат. Вот такой неприятный момент. Уходя от одной девушки-мамы, я сделал из другой еще очень юной девушки тоже маму. Печальное открытие, но, по крайней мере, теперь все стало предельно ясно.

## Следствие (начало)

Другой мир. Как это происходит? Наш младший сын периодически уходит в свой выдуманный мир и проводит там некоторое время. Это он называет таким веселым словом – «бесюсь». Забавно смотреть на это со стороны. Похоже, то, что происходило со мной до этого момента, теперь тоже можно назвать этим веселым словом. Но только для взрослого человека это совсем невесело. В огромном количестве психологической литературы авторы утверждают (и я с ними полностью согласен), что источник всех наших проблем кроется именно в детстве. Там строится наше сознание, закладываются все необходимые программы для дальнейшей жизни. Но именно там и рождаются страхи. Детский мозг в силу своей свежести и уязви-

мости не способен защищаться, эти механизмы ему неизвестны. И как раз из-за этого страхи проникают в подсознание абсолютно беспрепятственно. Проникают туда, как паразиты в желчный пузырь, совсем не планируя оттуда выходить. Их основная задача поражать мозг, который уже в зрелом возрасте вполне сформировался. А мозг, имея психосоматическое управление над всем организмом, начинает разрушать отдельные составляющие части человека. Это лирическое отступление, а дальше по сути. Детство для меня, ну и, видимо, для большинства людей, это некая зона комфорта, голубая лагуна, место абсолютного покоя и защищенности. Где не надо решать какие-то сложные задачи, где в основном только положительные эмоции. Мы вспоминаем детство с улыбкой. Мы смотрим на наших маленьких детей, и волна тепла проходит по телу не только из-за безусловной любви к ним: мы с некоторой завистью часто представляем себя на их месте

Здесь придется немного отступить и рассказать о моем детстве более подробно. Итак...

## Детство

*«Должны всегда смеяться дети, и в мирном мире жить...» Хоровая песня советских времен «Детство – это я и ты»*

Первые воспоминания моего детства – кровать посередине комнатки. Я в слезах стою и зову маму. Появляется женщина, самая красивая женщина в моем маленьком мире, я что-то чувствую при ее приближении, и мне эти ощущения, видимо, нравятся, потому что сразу становится спокойно и тепло. Она берет меня на руки, и тепло еще больше усиливается, теперь я абсолютно спокоен, я в безопасности и даже не помню, что же вызвало **беспокойство**.

Еще одно воспоминание (уже позже) – я что-то хочу, но мне этого не дают, я очень громко возмущаюсь, результата нет. Я уже немного могу говорить и называю маму (я уже к тому моменту знаю, как зовут эту красивую женщину) нехорошим словом, результат – мама уходит. У меня происходит осознание того, что в манипуляции я, наверное, перегнул палку, и я начинаю плакать от того, что мама больше не вернется. Мама, видимо услышав изменившийся характер моих эмоций, возвращается и дает мне дольки мандарина, при этом успокаивая меня. Как же все-таки здорово, что она вернулась. Но **беспокойство**, что она может не вернуться, уже поселилось.

Следующая вспышка – я лежу на диване, мне уже 6 лет, и я снова в расстройстве, слезы тихо скатываются.

Я не понимаю причину, точнее я понимаю, но мысль об этом меня пугает. Подходит мама, гладит по голове и пытается выяснить причину **беспокойства**, но мне сложно сказать, потому что даже от попытки произнести причину мне становится плохо, я задыхаюсь. Но мама, эта чудесная женщина, обладает магическим даром вселять в меня чувство безопасности и защищенности. Она все-таки успокаивает меня, и я начинаю с прерываниями взхлеб рассказывать...

Последнее событие я прекрасно и очень отчетливо помню до сих пор, и не только событие, но и образы и ощущения. До сих пор эти образы всплывают передо мной, вызывая страшную панику, при которой холодеет сердце. Истинную причину, откуда взялись эти образы, я узнал спустя много лет. Мой лечащий врач-психиатр, к которому я обратился в виду первой вспышки шизофрении (естественно я об этом диагнозе узнал не сам), опытным путем нашел источник **беспокойства**. И здесь я, уже будучи взрослым человеком, был ошеломлен. Оказывается, заплакав на том диване, я осознал, что мир, такой солнечный и прекрасный, частью которого являюсь я сам, в недалеком будущем будет без меня, и я умру. Мир останется, а меня в нем нет. Детский разум отказывался это принимать. Мысль, по словам врача, возникла из-за того, что я стал свидетелем смерти своей бабушки, которую я очень смутно помню, но, видимо,

на похоронах которой я присутствовал, потому как образы, до сих пор преследующие меня, связаны именно с этим событием.

Смерть – звенящая пустота. Что стоит за порогом жизни, никому не ведомо. И понять это детским и даже взрослым разумом невозможно. Спустя много лет я долго пытался искать смысл жизни, чтобы заглянуть за грань бытия. И понять наконец, как этот мир устроен, и стоит ли бояться отсутствия себя в нем. И только сейчас я понял... Хотя, что я понял, будет понятно дальше из повествования.

Мне сейчас вспоминаются эти три события из детства, видимо потому что я чувствую между ними некую связь. Именно здесь закладывалось мое сознание, моя будущая жизнь и то, кем я стал в итоге. Мои детские беспокойства давали возможность добиваться успеха, падать, снова подниматься и двигаться дальше. Сейчас самое время подойти к самой эмоциональной части.

### **Мои родители**

Может, это символично – эту главу я начинаю писать

в день смерти одного из своих родителей – своего отца. Я его плохо помню, потому что он исчез из моего мира еще в детском возрасте. Нет, он не умер тогда, он просто ушел. Уехал к себе на родину в Красноярск. Видимо, оберегая мою детскую психику, мне тогда объяснили, что он поехал в командировку – это было накануне 1 сентября, я должен был пойти в первый класс. Отец ушел, и больше я его никогда не видел. Окончательно и бесповоротно он ушел уже спустя 10 лет, когда я окончил школу и готовился поступать в университет. По какой-то причине именно сегодня в моей голове всплыла эта дата (я вообще очень хорошо запоминаю цифры и даты). Пока не могу найти этому объяснения. Может, когда закончу эти записи, тогда смогу с этим разобраться.

Раз так получилось, именно с отца и начну...

Отец, что я помню о тебе? Думая о тебе, мне очень сложно сообразить, какие чувства я при этом испытываю. Обиду? Любовь? Ненависть? Видимо, первое – обиду, но не на тебя, а на коварство судьбы, что так и не смог с тобой встретиться во взрослом возрасте, поговорить, узнать, чем ты живешь и какой ты человек. Поэтому буду строить твой портрет, исходя из своих детских воспоминаний.

Воспоминание первое – мы всей семьей (о своих других членах семьи я напишу чуть позже) идем в поход. Мне, наверное, лет пять. Со мной рядом мама, отец идет впереди, у него на плечах огромный рюкзак. Мы идем вдоль протоки реки, справа лес, слева, соответственно, вода. Погода отличная, на небе светит яркое солнце, горячий песок, который сквозь сандалии вызывает легкий дискомфорт, теплый ветер наполняет легкие свежим воздухом – все это вызывает ощущение вселенского счастья и радости. Мы останавливаемся где-то на берегу реки, ставим палатку (может, и две – не помню). Целый день купаемся, играем, все просто здорово! Но, оказывается, не очень. В какой-то момент мама начинает с беспокойством смотреть в даль реки, я тоже направляю свой взгляд туда же. Там, ровно посередине двух берегов, виднеется какое-то темное пятно, я не совсем понимаю, что это. И спрашиваю маму, что случилось. Она не отвечает, при этом продолжает вглядываться вдаль. Беспокойство на ее лице усиливается, я это чувствую, и теперь по-новому всматриваюсь в пятно. Тут до меня доходит, что это отец! Но куда он плывет и, главное, зачем? Дальше все вроде просто: он доплывает до другого берега и ложится на песок. Проходит некоторое время – отец поднимается и плывет обратно. Но тут на реке появляется катер-буксир, который в обычное время толкает парходы, помогая им швартоваться к пристани. Однако сейчас он в гордом одиночестве движется в порт. Пути буксира и моего отца пересекаются, расстояние сокращается. Вот уже мы видим только катер, за кото-

рым скрывается голова отца. Катер проходит, на волнах никого не видно – мамино беспокойство достигает предела. Я в свою очередь ничего не понимаю, но вдруг на воде вдалеке вновь возникает голова отца...

### **Лирическое отступление**

Перечитав последнюю страницу книги, возникло ощущение, что по мере продвижения по дороге воспоминаний в поисках себя я постепенно успокоился. На самом деле – это далеко не так. Пока я не доберусь до того дня, с которого я начал делать эти записи, цель не будет достигнута. На одном из тренингов, на котором мне довелось побывать, нас учили добиваться цели. Работали парами, задача одного из участников была, взяв за руку оппонента, провести его один-два, сколько себе угодно, метров. Задача оппонента заключалась в обратном: всеми силами сопротивляться. Разница в весе, пол, возраст участников в паре совершенно не учитывался. Мне в пару досталась женщина чуть старше меня, по весу мы были примерно одинаковы. И мне вдвойне не хотелось ей уступать. Естественно, в первом раунде я упирался как мог, и в итоге не дал себя сдвинуть. Но после того как наш тренер объяснил секрет, мой оппонент, в целом хрупкая женщина, не только сдвинула, но и протащила меня на спине (потому как, упираясь, я упал) несколько метров! Феноменально! Секрет очень прост – ее целью стало не сдвинуть меня (обо мне она в ту минуту не думала совсем) ее целью было дерево, стоящее в нескольких метрах. Когда четко видишь цель (а в нашей жизни представляешь ее), то результат не заставит себя ждать, и неважно, какие препятствия у тебя на пути. К чему это я? На протяжении всей своей жизни я очень часто мысленно веду монологи с разными персонажами, которые окружают меня в моей жизни. Я им что-то объясняю, доказываю, привожу примеры, подкидываю идеи, строю умозаключения. А на днях я вдруг ощутил, что нынешними чувствами и переживаниями мне не с кем делиться, аудитория слишком велика. и пришла идея отразить все свои монологи на бумаге. Постепенно, по мере написания, страница за страницей, я увидел цель – наконец-то разобраться в себе, в причине появления страхов, их влияния на мой разум и, как следствие, на мои поступки, и в итоге потери себя. Цель, которую я очень ясно вижу, и обязательно до нее доберусь. Цель хоть и представляется очень ярко, но движущей силой пока является страх. Страх, что нынешний уклад, быт и многие рутинные составляющие, являющиеся неотъемлемой частью моей жизни, могут меня вернуть обратно, в мою прежнюю жизнь. Очень часто в психологической литературе попадает фраза, что выход из зоны комфорта – это движение вперед. Судя по всему, я вышел из зоны комфорта. Что ж, вперед, и да осилит дорогу идущий!

### **Мои родители (продолжение)**

Итак, следующее воспоминание об отце во мне вызывает какое-то странное беспокойство. В обычной жизни оно даже не появлялось, видимо расположилось очень глубоко, в потаенных уголках моего мозга. Но сейчас я его умудрился достать. Белые халаты... С этими людьми мне довелось видаться и раньше, но обычно встреча с ними была интересной, и результат встречи как правило приносил избавление от различных болевых ощущений, будь то голова, живот, разбитая коленка. В этот раз было совсем по-другому. Появление их в нашей квартире было следствием очень странного поведения моего отца. Сейчас пишу это, и в голове всплывает образ свечи – темная комната, размер комнаты очень сложно представить. Это и неважно, главный объект – это горящая свеча. Ее свет притягивает, и кажется, что весь мир сосредоточен на краю ее пламени. Именно про эту свечу твердил мой отец кому-то, кого я даже не видел в комнате, и с кем он вел активный разговор, перед тем как появились люди в белых халатах. Кроме халатов в моем мозгу отложилось еще одно слово такого же цвета – «горячка»...

Последнее яркое впечатление – мама и отец сидят в зале. Рядом стоит чемодан. Отец задумчив, взгляд у него на редкость ясный. На самом деле он не задумчив – приглядевшись, я вижу слезы. Он молчит, но слезы выдают его. Ему больно. И только сейчас я замечаю, какие у него прекрасные голубые глаза. Да, голубые, большие, яркие, красивые глаза. Я только сейчас начинаю понимать, какой у меня красивый ПАПА!

Можно было бы много еще эпизодов вспоминать о моем отце, но здесь я попытался запечатлеть очень яркие моменты, которые, на мой взгляд, могли каким-то образом повлиять на мою дальнейшую жизнь. Теперь пора перейти к главному человеку моей жизни, который навсегда останется в моей голове самым теплым воспоминанием, – моя МАМА.

### **Лирическое отступление**

Перед тем как изложить свой монолог о маме, хотелось бы немножко отвлечься и уяснить для себя следующее. За последний год круг моего общения значительно увеличился, правда, этот круг – виртуальный, но это, надеюсь, временное явление. У меня появились одноклассники – группа в Ватсапе. К этому кругу я не раз еще вернусь, но сейчас я вспомнил их вот по какой причине. Нам уже достаточно много лет, и несмотря на это, у большинства из моих друзей по школе родители все еще живы (для меня, если честно, это стало небольшим открытием – я давно привык жить без родителей). Это, безусловно, прекрасно, но из сообщений некоторых девчонок я узнал, что их родители болеют, и эти болезни вызывают у них сильное беспокойство, иногда очень эмоционально выматывая. И тут я поймал себя на мысли: то, что я испытал подобные чувства очень давно, – это, наверное, даже хорошо (страшная мысль). Однако перечитав сообщения одноклассников, я вдруг остро ощутил, что горькие события давно минувших лет, когда я потерял маму, вернулись ко мне снова. Вполне возможно, что возвращение в то тяжелое время стало толчком к изменениям в моей жизни, и, как результат, я сижу и пишу книгу. Какие же чувства я испытываю сейчас, глядя на сообщения девчонок об их родителях? Страх – страх потери близкого человека. Если в молодом возрасте я об этом не задумывался, то сейчас я его чувствую всем сердцем. Этот страх сковывает и не дает жить и радоваться жизни, ее удивительному многообразию. Видимо, чтобы побороть этот страх, мне придется вновь пройти по лабиринту воспоминаний тех лет. Что было до того и стало после.

### **Мои родители (продолжение)**

Ох, мама, мама! Как же я хотел произносить эти слова вслух. И не просто произносить, а чтобы после этих слов ты не только появлялась как образ в моей голове, но и была вполне осязаема. Я до сих пор помню твой запах, твою слегка печальную, но тем не менее красивую улыбку, твои черные яркие глаза, твои морщинки на лбу. Первый вопрос, когда тебя не стало, – почему? Хотя на этот вопрос ты мне ответила еще десять лет назад.

Воспоминание первое – мне лет шесть, это было до того как я бился в истерике, описанной в первой части. Я уже знаю о существовании смерти. И у меня возникает естественный вопрос. Точнее, вопрос возникает после того, как в голове отчетливо всплыла следующая картина: большое поле, вечер, тяжелые тучи на небе, вдали красное зарево. По полю идет отец и несет на руках мою маму, рука ее не обнимает отца, а, наоборот, странно свисает. Я вздрагиваю и отмахиваюсь от страшного видения. Я близок к сильному расстройству, слезы вот-вот хлынут, но мама... Она всегда рядом. Как чувствует – подходит, кладет мою голову к себе на колени и начинает гладить. И тут вопрос все таки произносится вслух: «Мама, ты тоже умрешь?» И она через некоторую паузу отвечает: «Да». Я готов разрыдаться, но она добавляет: «Сынок, это произойдет очень нескоро». Что для ребенка время? Ему один день кажется очень длинным, потому что так много открытий происходит в течение дня. А год кажется вообще

неподъемным для осознания детским разумом параметром. Мама – мудрая женщина, и прекрасно это понимает. И когда я спрашиваю про «нескоро», она, продолжая гладить меня по голове, отвечает, что до окончания школы мне нечего бояться. Школа и тем более ее окончание кажутся настолько далекими и недостижимыми, что я мгновенно успокаиваюсь.

### **Лирическое отступление**

*«Случайности не случайны»...*

*Мастер Узвей из м/ф «Кунг-фу Панда»*

Свет и тьма. Два слова. Почему мы так радуемся первому и так боимся второго? За одним словом стоит согревающее тепло, за другим – ледящий душу холод. Что сильнее? Когда светит солнце, мы радуемся, дышим, наслаждаемся жизнью, принимаем все ее разнообразие, однако с наступлением темноты все эти чувства куда-то исчезают, как будто какая-то магическая сила с циничной улыбкой извлекает все радужные эмоции из нас. Оказывается, у жизненного разнообразия имеется еще и обратная сторона. Что такое тьма? Это неизвестность, наши глаза – один из важнейших органов чувств, который позволяет воспринимать этот мир, принимать от него любого рода информацию. Следующим этапом другие органы доставляют ее в мозг, последний в свою очередь, основываясь на опыте набранных знаний, складывает информацию в нужный раздел. В темноте зрение, естественно, этой информацией нас не снабжает, и наступает неизвестность. Почему мы так боимся неизвестности, почему она вызывает страх? Пусть даже там, за границей нашего знания, той информации, которую принимает наше зрение, будет очень плохо и даже жутко – что нам даст это великое знание? Соломку постелем, подготовимся морально, сожмемся, зажмуримся? Мы от этого станем меньше бояться? Очень сильно сомневаюсь.

Мне сегодня приснился сон. Я бы его назвал страшный сон. Страшные сны часто повторяются, особенно детские, но этот сон из новых. При свете дня воспроизвести его, конечно, сложно. Но я попытаюсь. Это, наверное, наша Вселенная, звезд не видно, однако я чувствую, что это она. Вокруг темнота, но я почему-то все вижу, хотя полностью отсутствуют источники света. Все очень масштабно и необъятно, я ощущаю присутствие звенящей пустоты. Какие-то безжизненные фигуры, очень похожие на сферы, но я не уверен – просто мой разум их воспринимает так. Посредине расположен огромный диск, периодически с каким-то интервалом (конечно, я понимаю, что понятие времени здесь отсутствует, его просто нет) из ниоткуда, предположительно из этих сфер, появляются серебристые капсулы. Они медленно падают на диск, какие-то задерживаются, а иных втягивает к центру диска, и они как будто проваливаются куда-то. Меня тоже притягивает к центру диска, я в капсуле. Тут оказывается черная воронка, она всасывает меня, и я исчезаю. Через некоторое время вижу ту же картину, только диск уже далеко наверху (опять же у меня такое восприятие, система координат здесь тоже отсутствует), я чувствую, что падаю, вроде нет земного притяжения, но разум передает телу все симптомы падения. Я вглядываюсь в то место, куда мое тело стремительно несет, и холодею от ужаса – вокруг огромная черная субстанция непонятного, но очень страшного происхождения, она бесконечна. Я готов закричать, но.. тут в реальности собака прыгает на кровать, пробегает по моим ногам и возвращает меня в мой мир. В последние дни у меня создалось впечатление, что внутри меня открылись какие-то каналы к определенным участкам мозга, где хранится необходимая мне информация. Поэтому, пока они открыты, я буду собирать и анализировать. Что из этого выйдет, пока не знаю, но вскоре обязательно выясню.

Может, сон – это какое-то предостережение? Может, я затеял какие-то вольные игры с собственным разумом? Вполне возможно. Однако я уверен, каждый человек рожден, чтобы

быть счастливым. Вчера старший сын смотрел американский фильм «Я робот». В конце этого фильма робот задает вроде бы простой, но очень фундаментальный вопрос: «Зачем-то я был рожден? Значит, у меня есть предназначение. И, значит, я найду его». И тут я поймал себя на мысли: если робот задает себе такой вопрос, почему люди порой не хотят его себе задать? Раз уж я вошел в этот мир, стал его частью, значит буду добиваться счастья.

### **Мои родители (продолжение)**

Следующие воспоминания мне очень трудно описывать. Сижу и думаю – почему? Может, потому что стыдно? Хотя чего тут стыдиться? Это жизнь – пусть с первого взгляда и не очень красивая, но жизнь. Нам часто бывает неудобно за поведение других людей. Что это? Мораль, которую нам вручают как бесплатное приложение к путевке во взрослую жизнь? В разных странах, на разных континентах принципы построения общества радикально отличаются, и понятия нравственности, соответственно, тоже различны. Мы воспитывались в социалистическом обществе, поэтому основные нормы поведения были частью мощной коммунистической пропаганды и вкручивались в детские головы очень искусно и, как показывает время, надолго. Я и сейчас, получается, живу, основываясь на них. Сознание, наверное, перестроилось, но глубоко внутри все осталось с тех времен. Однако, чтобы продолжить, придется и здесь совершить небольшие изменения. Трудно, но я постараюсь. Лирика закончилась, поехали дальше.

И снова белые халаты... Теперь эти люди – настоящие спасатели. Они появляются очень быстро. Увозят маму на машине скорой помощи. А через несколько дней мама возвращается домой живой. Что же произошло? Мама выпила уксусной кислоты. Зачем она это сделала? Причин может быть много. Перед тем как углубиться в исследование причин, я попытаюсь порассуждать на следующую тему.

### **Любовь и ...**

Именно сейчас, окунаясь в свое детство, я вдруг отчетливо осознал или, скорее, почувствовал, что папа и мама очень сильно любили друг друга. Раньше я об этом из-за детского эгоизма даже не думал, но чем больше воспоминаний выдает мне мой мозг, порой вынимая их из далеких глубин, тем больше я в этом убеждаюсь. Да, они очень сильно любили друг друга. Может, именно сильная любовь к отцу сыграла в судьбе мамы роковую роль. А разрушительную роль исполнил совсем другой субъект – алкоголь. Ясные глаза своего отца я помню только в день его отъезда. В каких-то обрывках воспоминаний мелькают очертания его трезвого взгляда, но они настолько зыбкие, что никак не примут четкие очертания. Четкие воспоминания об отце – он либо навеселе, либо с уже помутневшим взглядом. Иногда, когда я слышу фразу «Муж и жена одна сатана», я вздрагиваю, хотя сам периодически использую в своем лексиконе эту поговорку. Я представляю, что мама в тот период готова была на все, лишь бы избавить своего мужа от пагубного пристрастия. Я ее не осуждаю. Это был ее выбор. Она решила, что если она будет употреблять вместе с ним, то тем самым уменьшит его дозу и спасет его от беды. О себе в тот момент мама совсем не думала. Ведь она очень искренне любила своего мужа. А что же отец? Причины его поведения в этом вопросе я никогда не узнаю. Что ж, печальная и, наверное, очень поучительная история, если посмотреть на нее со стороны. Но когда вся эта история происходит на глазах у маленького ребенка, у которого толком не сформировалось сознание, то это уже настоящая трагедия.

Что же для меня любовь? Любовь – это... Написал фразу и задумался. Если перечитать предыдущую главу, то возникает ощущение, что любовь – это чувство, которое может привести к трагедии, когда мы сломя голову готовы совершать самые безумные и порой роковые поступки. Отчасти это правда. Постепенно до меня начинают доходить причины моего пове-

дения в построении отношений с противоположным полом. Пока это очень хрупко, но я чувствую, что разгадка близка. И значит, я двигаюсь в правильном направлении.

### **Мои родители (продолжение)**

Причина того, что мама выпила уксусную кислоту, на первый взгляд, очень проста: бутылка со спиртосодержащим напитком была вылита в раковину. Вчера вспомнилась, может немного не к месту, история, когда мужчине задают вопрос: «Сколько вы можете выпить?», а он отвечает: «Когда я выпью одну стопку, то становлюсь другим человеком, а тот человек может выпить очень много». Под действием алкоголя мы действительно становимся другими людьми, особенно если этого напитка было принято приличное количество. Мне кажется, что внутренние противоречия в душе моей мамы не давали ей спокойно жить. Как будто она жила в постоянном страхе, поэтому некоторые ее поступки вызывали у меня огромное беспокойство. Мое детское сознание порой не совсем улавливало смысл ее поведения. Лишь спустя много лет я способен добраться до причины ее поступков.

Следующее воспоминание связано со страхом, но на этот раз не моим. Хотя если вдуматься, то страху свойственно передаваться от одного человека к другому. В детстве мы очень восприимчивы, и если нам постоянно говорят, что то или иное событие – страшно, а в особенности если говорящий сам боится, то впоследствии мы будем бояться этого события бессознательно. Внушение страха происходит тем более беспрепятственно, чем более мы доверяем человеку, который нам передает этот страх. А самый доверительный человек в детском сознании – это мама. Самый яркий пример передачи страха – молнии и гром. Многие из нас, будучи уже в зрелом возрасте, вздрагивают во время грозы. Это страх, который нам привили в детстве, причем боящиеся грозы взрослые люди. Но я хочу поговорить не о страхе грозы. Это скорее вновь страх потери близкого человека.

После того как отец покинул нас, я стал замечать, что мамин взгляд периодически становился таким же странным, как и у отца (причину такого взгляда у отца я уже объяснил). В такие минуты она становилась задумчивой и молчаливой. Иногда она подзывала нас с братом, обнимала и начинала плакать и говорить непонятные слова. Точнее, слова были вполне понятные, но смысл этих слов в то время не доходил до моего детского сознания. Я не понимал, почему и зачем мы должны по приглашению отца ехать к нему куда-то и тем более оставаться там у него навсегда? Ведь мама для меня была всем, это был мой мир, в котором мне было комфортно, в котором я постоянно чувствовал любовь и тепло, в котором все страхи были далеко, я был в безопасности. Зачем мне его было менять на что-либо? Сейчас, конечно, я понимаю, что мама порой сомневалась в правильности своего решения и тем самым впустила внутрь себя страх – страх потери близких людей – нас с братом.

### **Лирическое отступление**

Как же мы все хотим, чтобы у нас всегда все было хорошо. Вчера вечером отчетливо вспомнились одни мамини слова, которые поставили меня в тупик. Нет, я и до этого прекрасно помнил это событие и анализировал сказанное мамой, однако последние дни мой мозг по особым каналам выдавал информацию последовательно и, учитывая ход повествования, вполне логично. Каждое воспоминание поступало одно за другим, следующее очень закономерно вплеталось в предыдущее. Но то, что произошло накануне, слегка меня озадачило (обозначился конфликт во всей конструкции записей) и заставило задуматься вот о чем: что же такое хорошо? Здесь, видимо, будет больше вопросов, чем ответов. Я все равно набросаю их. Может, рассуждения будут слегка сумбурными и местами слегка наивными, но, надеюсь, с

течением времени, когда я немного успокоюсь, то смогу найти ответы на вновь возникшие вопросы.

Тут, естественно, в голове всплывает огромное количество различных поговорок, стихов, басен и знаменитых изречений. Я не великий философ и отнюдь не собираюсь спорить со всеми. Я лишь хочу разобраться в следующем. Что для меня означает слово хорошо, и где та граница, когда «хорошо для меня» переходит в детский эгоизм. Мама очень часто говорила мне в детстве, что я двигаюсь по пути наименьшего сопротивления. С этим тезисом, пожалуй, соглашусь. Ведь даже маленький ручеек, встречая больших размеров камень, не форсирует его, а пытается найти обходные пути. Почему же мой самый важный и обожаемый человек на свете постоянно повторял мне эту фразу и почему, слушая ее, у меня возникало ощущение, что фраза выглядит как замечание или упрек? Может, вспоминая тот ручеек, надо всего-навсего упереться в камень, ведь со временем подойдут основные силы, и ручеек будет уже сильной рекой, которая просто сдвинет этот камень? Мама, наверное, хотела, чтобы я был сильным, чтобы не боялся трудностей, чтобы не пытался их обходить, а смело подходил к ним с открытой душой, в которой не было ни капли страха, и преодолевал все барьеры на своем пути. Да, видимо, так и есть. Ощущение победы – я и забыл, как это, когда чувствуешь себя на самой вершине, и ощущение неземного счастья проникает в тебя, а электрический разряд, бушующий внутри, дает дополнительные силы для дальнейшего движения вперед. Видимо, поэтому в последние годы я перестал чувствовать удовлетворение от своих достижений. Либо это и достижениями сложно назвать, либо я обманывал себя при достижении очередной цели, а по сути просто двигался по пути наименьшего сопротивления. Даже дух захватило! Вот так открытие. Хотя начиная писать главу, хотел порассуждать совсем о другом.

Возвращаюсь обратно. Последний год перед смертью, мама неожиданно стала в общении со мной более откровенной, более открытой. Мне было уже пятнадцать лет, быть может по этой причине. Хотя, скорее всего, истина была в другом. Она прекрасно понимала, что ей осталось не так много, и поэтому она больше ничего не боялась и могла в открытую рассказать своему сыну о своих чувствах и переживаниях. Я помню отчетливо, как однажды, лежа на диване в зале, она вдруг произнесла: «Запомни, Сережа, мужчины не любят больных женщин». Она много мне рассказывала в тот период о своей жизни, но я в меру своего подросткового эгоизма редко прислушивался. Точнее, слушал, конечно, но не воспринимал ее слова, ведь я даже не мог представить в то время, что ее скоро не будет и надо ловить каждое слово, а лучше еще и записывать. Но почему-то эти слова мне врезались в память на всю жизнь. Может быть, потому что мама хотела, чтобы я не повторял их с отцом ошибок, и по этой причине привлекала мое внимание. А может, она по какой-то причине перед смертью вдруг почувствовала себя виноватой за то, что семья, в которой мы выросли, была неполноценной, и такой странной для меня фразой хотела извиниться? Ох уж это чувство вины!

Думаю, на этом эпизоде стоит остановиться поподробней и внести в повествование информацию о членах моей семьи, которые были и остаются неотъемлемой частью моей жизни. Помимо родителей в моей семье на тот момент были два брата и две сестры. По возрасту старшим был брат Саша (разница в возрасте у нас с ним была 10 лет), затем две сестры – Инна и Зоя, и еще один брат – Володя. Причем с Володей у нас был один отец, а у Саши, Инны и Зои – отец был другой (он погиб в автокатастрофе, когда меня еще на свете не было). Итак, я самый младший ребенок в нашей большой семье. И по этой самой причине отношение мамы ко мне было особенное. Я это чувствовал тогда, а сейчас, будучи взрослым человеком, я могу это логически объяснить. Но сейчас не буду пускаться в размышления на эту тему, тут и так все предельно ясно. Я лишь хотел вернуться к предыдущему эпизоду и уяснить для себя всю глубину маминых слов с точки зрения мальчика, которого всю жизнь она оберегала от опасностей и с которым вдруг стала настолько откровенной. Ведь на протяжении всей ее жизни мы никогда не общались на тему отношений между мужчиной и женщиной, никогда не гово-

рили на какие-либо «взрослые» темы. Я, видимо, так и оставался для нее маленьким ребенком, которого необходимо защищать. Мама, мама, как же мне порой тебя не хватает! Будь ты сейчас рядом, мы бы обязательно поговорили на все эти темы, и ты, наконец, избавилась бы от чувства вины. А сейчас я лишь могу вести одинокий монолог с тобой и пытаться разобраться в своей голове и в том наследии, которое ты мне оставила в детском, еще окончательно несформировавшемся сознании.

На протяжении своей жизни я очень часто возвращаюсь к этой фразе. Она как застрявшая пуля в мозгу, которую не вытащить и которая, наверное, является чуть ли не главным компонентом фундамента всей моей жизни (правда, в последние годы этот фундамент слегка пошатнулся). Пришла пора пофилософствовать на эту тему и вернуться к вопросу в начале главы – что же такое хорошо? А точнее, почему мужчины, в том числе и я, пытаются уйти от проблем, чтобы им всегда было хорошо?

Пожалуй, за весь мужской пол не стану брать ответственность, отвечу за себя. Хорошо – это комфорт, когда никто не вторгается во внутреннее пространство, не создает негативные чувства и ощущения. Самый простой способ сохранить это ощущение – детский, то есть заимствованный из детства. Это либо закрыть глаза, либо спрятаться, что в целом одно и то же. А когда неприятные ощущения исчезнут, можно открыть глаза (выйти из укрытия) и двигаться дальше. Способ, конечно, простой, но кто будет решать текущие задачи, пока я сижу с закрытыми глазами? Ответ тоже прост – женщина! В нашем детстве – это мама, во взрослом – жена. Звучит довольно уверенно, но в моем случае так и произошло. Самое ужасное во всем этом, что вокруг себя я умудрился выстроить такие логические цепочки и интересные теории, что порой сам начинал в них блуждать. И при этом на любую ситуацию есть не одно, а сразу несколько веских умозаключений. А в сущности – это все пустой звук, потому что правда такова, что я просто не хочу выходить из укрытия (открывать глаза), пока проблема, которая создала дискомфорт, «чудом» (женщиной) не решится. Ведь в моем детстве так и было, проблемы решались мамой, лишь бы я мог играть, учиться, заниматься тем, что мне больше всего нравилось, и чтобы мне всегда было «хорошо».

Мне с детства очень нравился мультфильм «Я подарю тебе звезду». Я его даже назвал «фильм про кастрюлю». Героев всего два – мужчина и женщина, на фоне разных эпох, начиная от древнего мира и заканчивая далеким будущим. Вначале мужчина с огромным рвением завоевывает женщину, затем они начинают жить вместе, он успокаивается, ложится на землю и, глядя на звезды, начинает сочинять стихи. Романтика! А что женщина? Она присаживается рядом и начинает чистить кастрюлю. Весело, конечно, смотреть на это со стороны. И я до поры до времени смотрел на отношения знакомых и незнакомых пар вокруг себя и вспоминал эту кастрюлю. А совсем недавно обнаружил ее у себя в доме. Печальное открытие. Как же так? Всю свою сознательную жизнь пытаешься бороться со стереотипами, разрывать шаблоны, а итог один – кастрюля. Можно, конечно, искать себе оправдание, разумеется, логическое – природой заложено так, общество оказывает влияние, текущая обстановка диктует правила. Но все это бред, вымысел. К чему это в итоге приводит? С одной стороны, холеные, уверенные (само-)экземпляры с завышенной самооценкой в объятиях эгоцентризма, которым по сути ничего от жизни не надо, а с другой – уставшие, немного потухшие создания, которые львиную долю своей души отдали, чтобы первые были счастливы, и в результате принесли себя в жертву в обмен на огромное количество комплексов и страхов.

Да. Думаю, женщины более практично смотрят на мир, но что мешает мне воспринимать его так же? Сколько можно витать в облаках? Так и вся жизнь пройдет в поисках священного Грааля. Глядя на все великолепие окружающего мира, его гармонию, возникает догадка – ведь если мир так гармонично устроен, а я неотъемлемая часть этого мира – значит я тоже должен быть гармоничен. То есть внутри меня должно быть все гармонично: и душа и мысли. А если это не так, то надо, имея уже накопленный опыт, найти, наконец, истинного себя и подружиться

с ним, и тем самым сбалансировать природу внутри с природой снаружи. Только в этом случае, вероятно, можно строить здоровые отношения, которые принесут счастье. Это и будет по-настоящему «хорошо».

У меня вдруг возникла мысль, что в меня вложили много всего полезного, а в основание по непонятной причине не доложили какую-то деталь: или забыли, или не успели. То есть логически я все понимаю, но постоянно в течение всей моей жизни скатываюсь к одному и тому же результату, который вызывает страдание не только у меня, но и у окружающих меня близких людей. Замкнутый круг какой-то. Пора найти недостающий компонент и поставить его на место, в подсознание. Он где-то рядом, я его чувствую, но пока, вероятно, не способен увидеть из-за нехватки информации, которая затаилась где-то в потаенных уголках моего мозга.

После таких эмоциональных рассуждений в пору взять паузу, дабы дать пламени, бушующему внутри, немного затихнуть, и ненадолго перейти, а точнее вновь вернуться к другой теме – детства.

### **Детство (продолжение)**

На днях мне вспомнилось два достаточно ярких эпизода. Но перед тем как написать о них, я вспомнил вот о чем. Про детскую кроватку я уже упоминал в самом начале воспоминаний. Однако, когда мы вырастаем из этой кроватки, то совершенно естественно, что ей на смену появляется новая кровать, уже без бортиков и большего размера. К чему это вдруг мне пришло в голову? А дело все в том, что у меня такая кровать так и не появилась, потому что до подросткового возраста я спал с мамой на одном диване. И вот здесь в памяти полная темнота. Я понимаю, что в детстве я был очень эмоциональным и восприимчивым ребенком, но почему мама приняла такое решение и пошла на поводу у моего страха? Этот факт пока остается для меня загадкой. Однако это не единственное из темных пятен раннего возраста – я еще к тому же спал всегда при свете ночной лампы. И снова можно только догадываться, почему мама не пыталась искоренить в моем детском сознании страх темноты. Последствием этих решений было негативное отношение моих братьев и сестер к моему, наверное, исключительному статусу в нашей ячейке общества. К негативному отношению и исключительности я обязательно вернусь, но чуть позже, а сейчас немного о другом.

Итак, эпизод первый. Ночь. Я сплю на диване, рядом спит мама, отец не так давно покинул нас. Мне снится сон, детали сна сложно вспомнить, все на уровне образов, и эти образы пугают меня. Это страшный сон – это кошмар. Я готов закричать, и какая-то сила вынимает меня из этого кошмара. Я вижу реальность, хотя первые секунды создается впечатление, что кошмар продолжается, потому что я вижу тени на стене, странные тени, они двигаются, мало того они источают странный едкий запах, от которого возникает сухость во рту и слезятся глаза. Я не совсем понимаю, как это – я вытащил образы из своего кошмара? И тут взгляд переходит на источник создающий тени – это огонь! Пламя, постепенно увеличиваясь, создает такие тени на стене. Внутри все холодеет от ужаса, я даже крикнуть не могу, в горле сухость от едкого дыма. Впоследствии оказалось, это горит ватное одеяло, край которого с дивана упал на включенную ночную лампу – ведь я боюсь спать в темноте. Тут просыпается мама, ее первый взгляд обращен на меня. Вероятно, увидев ужас в моих глазах, она резко приподнимается и поворачивается в ту сторону, куда обращен мой застывший взор. Молча, но очень быстро мама куда-то исчезает и прибегает с ведром воды, затем она включает общий свет и заливая пламя, комната наполняется белым удушливым дымом. Тут из других комнат доносится шум, который нарастает, и в комнату забегают остальные члены семьи. Мама подходит ко мне, обнимает и пытается успокоить. По моим щекам катятся слезы, но я не плачу, я в каком-то кошмарном ступоре, где-то на границе реальности. Мои братья и сестры очень громко обсуждают событие, сквозь пелену я вылавливаю обрывки фраз. Они недовольны и настроены агрессивно, а вся их

негативная лексика направлена в мою сторону. Это моя вина. И тут я осознаю, что я – изгой. Исключительный для мамы, но изгой для остальных.

Второй эпизод выглядит сейчас для меня забавным, хотя в детстве я воспринимал его совершенно по-другому. Даже не знаю с чего начать. Как-то, когда мне было лет семь наверное, мама принесла домой необычную игрушку. Кто в советское время жил, прекрасно представляет, что хорошие игрушки были огромным дефицитом. Поэтому мама была абсолютно уверена, что мы будем безумно счастливы ее сюрпризу. Может, мои братья и сестры очень обрадовались игрушке, но только не я. На меня неожиданно игрушка произвела абсолютно неоднозначное впечатление, а точнее, вызвала панику и легкий ужас. Что же это за игрушка? Попытаюсь точно воспроизвести. Такая красная пластмассовая собачка, вместо глаз прорези, нижняя часть полая, сквозь лапы продеты оси, на концах осей колеса, а внутри головы тоже ось, на которой прикреплен белый пластмассовый шар, на всей поверхности которого нарисованы в ряд черные окружности. Если шар стоит и не вертится, то сквозь прорези в верхней части головы создается впечатление, что это глаза. Но к собачке крепится веревка к носу, и, по задумке авторов, ее надо катать за собой. Так вот, когда ее катаешь, это белое колесо также начинает вращаться, и со стороны возникает ощущение, как будто глаза тоже безумно крутятся. Когда мне подвезли поближе это чудо, у меня внутри возник такой ужас, что я устроил настоящую истерику. Сначала у моих сестер и братьев моя реакция вызвала бурный восторг, и они даже начали специально меня пугать. Даже когда мама сделала им замечание, издевательства продолжались. Я с дикими слезами прятался, а они со смехом и с этой дьявольской собачкой на поводке бегали за мной. Закончилось все тем, что мама взяла эту собаку и выбросила в окно с пятого этажа. Такая печальная и слегка забавная история. До сих пор не могу понять, чем же эта игрушка могла вызвать у меня такую бурную негативную реакцию. Может, таким неестественным количеством глаз? Или тем, что когда они вращались, то возникало ощущение присутствия некоего безумия? Думаю, и тем, и другим. Хотя вполне возможно, что она напоминала один из множества кошмарных образов, которые преследовали меня во сне. Отсюда можно сделать вывод, что уже в детстве у меня было очень богатое воображение.

### **Лирическое отступление**

*«Улыбайтесь, господа, улыбайтесь».*

*Барон Мюнхгаузен*

Сегодня с утра у меня хорошее настроение, сам не знаю почему, и поэтому я решил провести небольшой эксперимент. Дело в том, что в последние дни, плавая в море детских, и не только, воспоминаний, у меня сложилось впечатление, что книга (теперь ее смело можно так назвать – на записки это уже не похоже) живет своей жизнью и сейчас сама меня пишет, а не наоборот. Так вот, перед тем как углубляться дальше в анализ, я решил просто поразмышлять, так сказать экспромтом. Не так давно я вспомнил, как преподаватель по программированию в университете охарактеризовала меня как человека, способного на неожиданный поступок – экспромт. Это тем более удивительно, что эту характеристику она выдала после первого занятия.

Для начала, наверное, можно попробовать порассуждать на эту тему. Что же такое экспромт? Думаю, это мгновенная реализация неожиданно возникшего желания. В детстве, как мы помним, заходя в магазин с игрушками, при виде понравившегося объекта у нас мгновенно возникает желание, и мы тут же хотим его реализации. И не важно, что, получив желаемое, мы, может быть, через несколько дней забросим его в дальний угол комнаты, изредка вспоминая о нем. Важно, что краткосрочная мечта осуществилась, и мы, хоть на мгновение, были счаст-

ливы. Мне кажется, что этот механизм мгновенного счастья заложен в нас с детства. Переключение в различные эмоциональные состояния вообще очень характерен для детского возраста. Это порой настолько удивительно, что ребенок в течение пяти минут способен испытывать абсолютно противоположные эмоции. Почему же, когда мы становимся взрослыми, то утрачиваем эту поразительную способность? Такое подозрение, что, стремясь быстрее повзрослеть в подростковом возрасте, мы сознательно начинаем убивать в себе интересные и удивительные вещи, те, что в нас заложены с рождения самой природой, которая, как выясняется, гармонична. Таким образом, наш быстро развивающийся мозг постепенно разрывает связь с этим удивительным миром, являющимся частью нас. Так чему тогда удивляться, когда в какой-то момент у нас возникают конфликты с самим собой, и мы начинаем поиски непонятно чего? При этом испытываем непрерывные стрессы, из-за которых разрушаем себя с головы до ног. Мне все-таки кажется, что сознание не способно полностью разрушить основы нашего существования, потому как то, что в нас заложено с рождения, наша внутренняя природа, в какой-то момент просто уходит на другой уровень, в глубину (можно назвать этот уровень подсознанием), и ждет, когда наконец сознание признает, что не оно главное в человеке, и найдет способы восстановить необходимое равновесие. Мы не можем существовать без своего подсознания, это наша опора, наша альфа и омега. Я не предлагаю впадать в детство и начать покупать себе детские игрушки, которых у нас не было и в которые мы когда-то очень хотели поиграть. Я хочу сказать о другом. Если начать устраивать для себя экспромты, то наша сущность обязательно откликнется и выдаст сюрпризом ощущение легкости, свободы и неземного наслаждения. А если делать подобные события чаще и даже вывести их в привычку, очень полезную привычку, то вполне возможно, что мы наконец-то сможем избавиться от всех страхов и станем счастливыми. Могу сказать, что эксперимент удался, книга сама себя пишет, и я этому факту очень рад. Чертовски приятно. А это значит, что я обязательно доберусь до финала – счастливого финала.

### Детство (продолжение)

На тему наказания великий классик из разночинцев однажды сочинил нетленное произведение, которое для современных критиков является актуальным источником неоднозначного и активного обсуждения и в наши дни. Я же познакомился с этим видом воздействия за проступок в раннем возрасте. Вспоминаются несколько довольно эмоциональных эпизодов, произошедших в детстве, которые подтверждают догадку об исключительности или о прививании этой мысли. Вообще, первый пример наказания, очень яркий пример, который отложился в моей памяти, приходится на очень раннее детство. Сейчас вспоминаются эпизоды, в которых я был свидетелем исполнения этого своеобразного, но очень эмоционального обряда. Забавно, что, глядя на своих детей – это два мальчика, я могу четко провести параллели с тем, что было у меня в детстве, и тем, что происходит с ними – точнее, между ними, и какое мы, как родители, принимаем участие в становлении их отношений друг к другу. И я уже могу с определенной долей вероятности определить, как будет складываться их будущее. Может, я и ошибаюсь, но, возможно, мои предположения помогут мне дать своим сыновьям здоровые цели для их дальнейшей жизни, без страхов и искусственно созданных комплексов. Но, я опять отвлекся. Итак.

Как-то раз Володя, мой средний брат, задержался после школы. Он учился в первом классе, я же тогда посещал детский сад. Я был вечером дома и, очевидно, играл в какую-нибудь игру, однако в какой-то момент почувствовал мамино беспокойство. Она постоянно подходила то к одному окну, то к другому и вглядывалась на удаленную часть дороги. Это было тем более странно, что окна у нас выходили не во двор, где располагалась школа, а в диаметрально противоположную сторону. Вглядываясь в окно, мама вдруг вздрогнула, я посмотрел туда же и увидел своего брата, который весело и беззаботно общался с какими-то девочками, вероятно

одноклассницами, на дальней стороне дороги. Я точно помнил категорический запрет переходить улицу в той части: участок не регулировался пешеходным переходом, да и по всей логике, противоположный двор никоим образом не включался в маршрут школа – дом. Однако в глазах мамы я увидел не гнев, что ее сын нарушил запрет, а облегчение. Глядя на нее, и у меня улучшилось настроение. Она сообщила отцу (он еще жил с нами), что сын нашелся, и беспокоиться собственно не о чем. В комнату зашел отец, в глазах которого я почему-то заметил не разделения маминой радости, а наоборот, какую-то странную озабоченность или, точнее, угрозу. Причина была для меня непонятна, но я остро почувствовал страх, страх за своего брата. Но вот Володя, счастливый и довольный, забежал домой. Однако увидев отца, счастье сменилось даже не испугом, а растерянностью. А когда отец позвал его в дальнюю комнату, в глазах появилась еще и какая-то обреченность. Те минуты, которые брат провел в закрытой комнате наедине с отцом, показались мне вечностью. Я не помню картины, которые всплывали в моем детском сознании, но то, что я очень остро переживал – это помню очень отчетливо. Мама все это время сидела рядом, она гладила меня по голове и что-то говорила, слов не помню, но одно слово все-таки запечатлелось – «наказание».

К следующему эпизоду я готовлюсь уже второй день и никак не могу взяться за описательный процесс. К описанию самого события очень трудно приступить еще и по причине того, что мама – самый мой близкий человек, и мне невероятно сложно начать.

Даже сейчас, когда начинаю писать, чувствую дрожь в пальцах и усиленное сердцебиение. Я словно снова тот самый маленький мальчик, который никак не может изменить ситуацию и способен только наблюдать за событиями со стороны. Это гораздо хуже самого страшного кошмара, потому как из него невозможно с криками выскочить. Вот уже два дня пытаюсь проанализировать весь эпизод от начала до конца, с каждой минутой извлекая из глубин своей памяти мельчайшие подробности, я задаю себе снова и снова несколько вопросов. Что это – отчаяние или необъяснимое проявление жестокости? Или второе как следствие первого? У нас уже есть дети, и порой мы очень сильно устаем от их огромной неутомимой энергии, следствием проявления которой являются различные выходки, начиная, от хороших и заканчивая не очень хорошими. Таким образом, «цветы жизни» периодически вызывают у нас, родителей, неоднозначные эмоции, которые мы в состоянии аффекта выплескиваем на них с особой жестокостью.

В текущую минуту мои мысли как будто нарочно уводят меня в длинные, пространные размышления. Я понимаю, что это защитный механизм. Однако без этого эпизода моего детства картина будет неполной, поэтому очень медленно, тщательно подбирая слова, я, пожалуй, начну, сделав последнее уточнение: отец к тому времени уже покинул нас, и мама – наш единственный родитель.

Итак, это был прекрасный, чудесный летний день. Мы с братом Володей отправились на улицу гулять. Мне семь лет, детский сад позади, впереди первый класс. Я не упоминал еще, что разница в возрасте у нас с ним чуть больше года, а точнее один год, один месяц и один день. Магия цифр! В любом случае, он старший, я младший, и, естественно, когда мамы рядом нет, то Володя полностью несет за меня ответственность. Это правило, и мой брат его отлично знает. Помимо этого правила, есть еще набор наставлений, в котором присутствуют строгое ограничение на время прогулки и строжайший запрет по географическому местоположению, то есть не дальше собственного близлежащего двора (об этом было написано в предыдущем эпизоде). К нам во двор пришли ребята с соседнего двора, у них был велосипед! Об этой мечте я обязательно расскажу, но не сейчас, скажу лишь одно, что это была мечта всего моего детства. Как же было интересно нам на нем прокатиться, ребята были абсолютно не жадные, поэтому мы по очереди садились на это чудо и катались. Учитывая, что в нем было три колеса, проблем с этим не возникало. Мы настолько увлеклись, что не заметили ни времени, ни тем более места, где мы находимся, а между тем – это уже был не наш двор. В какой-то момент я услышал, что

нас с Володей зовет очень знакомый голос. Когда мы повернули головы в сторону звука, то вдалеке увидели маму. Взгляд ее был не то что строгий, в нем присутствовало что-то очень пугающее. В тот момент я почувствовал не то что страх, а какой-то ужас. Но рядом был брат, от него исходила какая-то невероятная сила и спокойствие, поэтому неожиданное чувство быстро растворилось, оставив небольшой осадок – осадок неопределенности и легкого беспокойства. Мы медленно выдвинулись в сторону мамы, она молча развернулась и пошла в сторону дома. Зашла в квартиру, мы также молча прошли следом. Ввиду отсутствия, по понятным причинам, ремня, мама взяла этот страшный предмет – стиральная машина у нас всегда стояла в коридоре, а сливной шланг был единственным подходящим средством для воздействия за проступок, – развернулась к Володе, и тут начался кошмар...

В студенческие годы я познакомился с легендарной рок-оперой Тима Райса и Эндрю Вебера «Иисус Христос – суперзвезда». В одном из последних эпизодов прокуратор Иудеи от великой Римской Империи Понтий Пилат велел ограничиться наказанием в адрес Иисуса не смертью, как того требует толпа, а «всего лишь» тридцатью девятью плетями. В видеопостановке под очень яркий симфонический аккомпанемент, глядя на исполнение приговора, а особенно когда взмахивается плеть для нанесения первого удара, я постоянно вздрагиваю, и слезы сами начинают скатываться у меня по щекам. Я словно вновь сижу в углу коридора нашей квартиры и сквозь пелену смотрю на экзекуцию. Чувств настолько много, и все они очень яркие. Я не знаю, что делать, я просто плачу, я задыхаюсь от слез...

Спустя годы я сделал несколько выводов из этого эпизода. Нет, не те, что за проступки надо платить или что любое «условно запрещенное» действие несет за собой наказание. Это все слишком просто, и в книжках об этом написано огромное количество слов. Я понял следующее – непонимание близких людей, отсутствие удовлетворения от собственной жизни и, как следствие, преждевременная усталость от нее на каком-то этапе вызывает отчаяние. Последствия отчаяния могут вызывать очень сильные всплески негативной энергии, которая обрушивается в виде агрессии в сторону близких людей. Естественно, когда всплеск проходит, то наше сознание возвращает нас в реальный мир, и мы, как правило, очень сожалеем о содеянном, пытаюсь по горячим стопам все исправить.

В дополнение, на днях, прокручивая в голове этот эпизод снова и снова, я сделал для себя еще одно печальное открытие. Осуществив переход к циничному эгоизму, я потерял прекрасную способность – чувство сострадания за боль близких людей. Точнее, не совсем потерял – остатки еще где-то теплятся, раз мне до сих пор тяжело вспоминать события того дня, а скорее трансформировал эти чувства во внешнюю холодность. Вероятно, потрясения того времени были настолько сильны, что мое сознание осуществило необходимые изменения. Раз эти чувства приносят боль, то нужно выжечь их каленым железом.

Тут в памяти неожиданно всплыл интересный случай из недавнего прошлого. Два или три года назад пригласили нас друзья поиграть в квест. Штука для нас была достаточно новая, хотя в городе уже давно пользовалась популярностью. Ролевая игра была рассчитана на две пары или просто на четырех человек. Не помню, да, собственно, это и не важно. Сюжет тоже вспоминается с трудом – что-то из разряда мистики и ужасов, то, что, очевидно, пользуется огромным спросом у любителей подобного вида отдыха. Времени организаторы действия на решение всех задач дали один час. Насколько я понял, в любом квесте имеется свой сюжет. Задача же игроков, решая задачи-головоломки, постепенно приближаться к финалу – то есть, если рассматривать всю игру целиком, то это словно какое-то произведение, участником которого являются живые люди. А любое произведение должно иметь какое-то окончание, логическое завершение. И так же как и в живой литературе либо в спектакле, либо в фильме, финал может быть разнообразным – говоря попросту, хороший либо плохой. Так вот, мы, не без помощи организаторов конечно, решили все задачи, и, как показалось мне и моим братьям по оружию, очень успешно, ведь основным параметром все считали время. Однако в конце игры

все, оказывается, погибли, потому как призвали какие-то темные силы, которые в итоге уничтожили нас, как и наших предшественников, следы которых мы и искали весь отведенный час.

Почему же сейчас я вдруг вспомнил об этом случае? Как выяснилось после игры, в сюжете был задуман другой финал, и он хороший. То есть все, включая и пропавший персонаж, остаются в живых и пребывают в этом состоянии долго, насколько это возможно. Яркое подтверждение шаблонного восприятия, – это же хоррор, значит все должно быть в финале жутко и плохо. Однако мне показалось, что мы, в том числе и я, в какой-то момент сами сознательно начинаем программировать себя на несчастья, а получая их, говорим, многозначительно вздыхая, – это жизнь. Так вот – это снова полный бред и вымысел. У человека в его глубинной сущности эти программы не заложены, это мы сами с помощью логических умозаключений загоняем себя в эту пропасть. А если не получается глубже загнать, то выдумываем ложные теории. Почему так происходит? Да потому что проще плыть по пути наименьшего сопротивления, ведь разрушать всегда проще, чем созидать. На созидание нужна сила, стойкость и терпимость, а на разрушение только предмет потяжелее.

В итоге к чему я пришел, анализируя итог квеста. Сознание торжествует, ведь одержало очередную победу над чувствами. Оно укротило их, посеяв ложные ощущения внутри нас, тем самым отдалив внешнюю природу и тот мир, коей неделимой частью мы являемся, от нашей внутренней сущности. Но насколько хватит этих псевдоочувств – большой вопрос.

### **Детство (продолжение)**

Возникает естественный вопрос – а подвергался ли я сам физическому воздействию за совершенный проступок? Могу ответить – да, но всего лишь один раз, и этот один раз я сам спровоцировал. Точнее, даже захотел, чтобы это событие произошло, и оно свершилось по моему острому желанию. Я, наверное, забегаю вперед с этим случаем, потому что его предпосылки на данный момент повествования будут не вполне ясны. Однако стоит попробовать хотя бы поразмышлять на эту тему. Позже я, возможно, еще вернусь к ней, и не раз. Сейчас могу заявить очень громко и уверенно – в детстве я был очень послушным ребенком, даже слишком. И слово «проступок» очень сложно было применить, глядя на меня, этакое пупсика с добродушным и нежным взглядом.

Зимой, когда мама меня приводила из детского садика домой, Володя с радостным криком «медвежонок пришел!» падал на меня прямо в коридоре и от души мял и катал по полу прямо в коридоре. Мама за этой веселой процедурой наблюдала очень долгое время и не вмешивалась до тех пор, пока мне от проявления великой братской любви не становилось тяжело дышать. Я был счастлив в те мгновения, и даже от братских чувств во мне возникала мысль о моей исключительной особенностях. Мама уникальнейшим образом, через свою огромную любовь, создала вокруг меня такую сильную ауру, что я, наверное, сам светился изнутри так ярко, что подавляющее большинство окружающих меня людей проникались неземным умилением и добротой. Я сейчас вдруг подумал, что мой взгляд – это же зеркальное отражение ее взгляда, чистого, хоть и с небольшой тенью грусти, однако очень доброго и дающего надежду на светлое будущее. Я не знаю, освоил ли я метод передачи таких чувств, но в своем младшем сыне я вижу тот же взгляд. Тут скорее произошел более сложный метод передачи – через мою жену, его маму. Она до сих пор пылинки с него сдувает. Впрочем, и мое участие в этой процедуре ничуть не меньше. Однако я опять увлекся.

Что же нужно сделать милому и обаятельному существу, чтобы заслужить хоть мизерное, но наказание? Все очень просто – перестать быть милым. Хотя, вспоминая, как я этого добился, можно сделать предположение, что физическая мера была вызвана совокупностью действий или, если быть более точным, суммированием всех маленьких незначительных проступков за все детство, начиная с рождения и до двенадцати лет – когда собственно это и произошло.

И все-таки не зря я именно сейчас начал описывать этот эпизод. Все как всегда очень логично в повествовании – еще одно доказательство, что книга живет собственной жизнью. В процессе рассуждения я прихожу к мысли, что именно с этого события я начал двигаться к той пропасти, на краю которой оказался сейчас. Поэтому здесь проведу более тщательный анализ. Думаю, что результат поможет не только добавить ясности в своей голове, но и понять причины поведения собственных детей.

### **Лирическое отступление**

Только собрался начать и понял, что не готов я сегодня устраивать психологическую экзекуцию двенадцатилетнему мальчишке. Накануне очень хотелось, но решил поднакопить сил для сокрушительного удара (с кем воюю?). Однако утром почувствовал, что состояние после сна не очень боевое, а даже наоборот, и решил поплавать пока в сторонке на волне вольных рассуждений на неожиданную тему.

Что же произошло сегодня? День сурка – он закончился, и наступило завтра. С чего все началось? Ночью была гроза. Она была далеко, но вспышки молнии разливались по всему небу от одного края к другому, освещая комнату каким-то неземным, волшебным светом. И вдруг я почувствовал присутствие волшебства внутри себя: оно разливалось тонкими струйками по всему телу, вызывая при этом непередаваемые ощущения блаженства и покоя. Утром ощущения остались, я ехал на работу и вглядывался в мир, новый теперь мир. Люди, вокруг меня были живые люди. Дорога от метро тоже была новая, не такая, как вчера. И тут до меня стала вдруг доходить интересная мысль. Трансформация сознания! Процессы, которые я, сам того не понимая, запустил, вероятно верные процессы, стали приносить первые плоды. Внутренняя сущность отозвалась, и запустила всю необходимую химию в организм. Я пока не знаю, что это, мои познания в этом предмете очень скудны, но, осмелюсь предположить, что это и есть гормоны счастья.

Оказывается, это так здорово. В данную секунду мой мозг как будто пытается привычными для него методами переработать изменившееся мировосприятие, но у него ничего не получается. Он не двинулся рассудком, просто разуму очень трудно во взрослом возрасте адаптироваться к новым условиям. Однако я уверен, что он справится с появившимися изменениями, тем более физически организм не передает никаких симптомов болезни. При этом нет никакого возбуждения, количество адреналина в крови не увеличивается. Все, напротив, как-то слишком буднично и на редкость спокойно.

Отметил еще одну интересную деталь – цинизм, я его больше не чувствую в себе. Мысленно представляю, но абсолютно не ощущаю его зловонное присутствие. Изо дня в день, когда ходишь в течение более двадцати лет на одну и ту же работу, где тебя окружают одни и те же люди, постепенно теряешь интерес ко всему. И уже кажется, что сегодняшний день, по сути, ничем не отличается от предыдущего, и ядовитые объятия цинизма естественным образом оплетают мозг. Но теперь им пришел конец, и мой уже ставший за много лет привычным мир стал насыщаться живыми красками. Может, это и временное душевное состояние, однако надеюсь, что оно станет посещать меня в дальнейшем все чаще и чаще, а со временем просто станет естественным, то есть обычным состоянием.

И еще осмелюсь предположить, что процесс трансформации длительный, но я уже вижу в себе изменения, и, мне они нравятся. Они дают надежду. Уверен, что к финалу книги я обязательно найду ответы на свои вопросы, и моя жизнь наконец-то станет настоящей, и все будет хорошо

### **Лирическое отступление**

*«О-о-о, это славное слово – Камчатка»*

*Из песни Виктора Цоя «Камчатка», альбом «Начальник Камчатки»*

Наступил следующий день, и вновь – это завтра, то есть абсолютно новый день, а чудеса продолжают. Однако сегодня уже закрадывается легкое беспокойство – это мой разум, используя аналитические способности, пытается усиленно разобраться в изменениях и по привычке посредством психосоматического воздействия повлиять на организм, вызывая негативные ощущения. Но в целом картина не меняется, краски в мир продолжают поступать. Вот уж никогда бы не подумал, что такое возможно. Значит, необязательно ехать на Камчатку, чтобы найти третий глаз, – мир, весь такой прекрасный и удивительный вокруг, здесь, до него можно легко дотянуться, его можно почувствовать, этот мир – я сам. И у меня есть крылья, я их чувствую – они сплетены из всего моего рода: это мои родители – мама, папа, бабушки, дедушки и еще много родственников, которые существовали задолго до моего рождения и частью которых являюсь я сам. Мозг подсказывает мне, что, разбирая свои воспоминания, я, по всей вероятности, добрался до истоков своей природы, и подсознание выдало первую порцию ощущений. До ответов еще, конечно, далеко, но то, что я сейчас чувствую, это добрый знак. Это, наверное, как наркотик, который раз попробовал и невозможно остановиться, но в отличие от психотропного вещества, этот наркотик имеет естественное происхождение, потому что это моя сущность, моя основа. Я чувствую себя, как Нэо, который увидел всю матрицу целиком, как будто мое зрение включило в передачу информации новую единицу измерения. Хотя, возможно, я ошибаюсь, и в трансляцию информации включилось что-то более глубокое, по всей вероятности подлинно истинное – подсознание, и через него теперь поступает информация в мозг. Но то, что сознание теперь не участвует, я четко ощущаю. И поэтому, наверное, присутствует легкая растерянность. Мне уже 44 года, а я, как маленький ребенок, с каждым днем открываю новый мир. И как в детстве возникает легкий восторг от ожидания нового дня, что он мне приготовит, день грядущий? Хотя и этот уже наставший день прекрасен.

Неожиданно в памяти всплыл эпизод из детства. Во время игры в баскетбол в седьмом классе, мы тогда защищали честь всей школы, в одном из эпизодов под кольцом я получил сильнейшее повреждение левого века. Удар локтем, яркая вспышка в мозгу, кратковременная потеря сознания, кровь, крупными каплями капающая на паркет, – все это вспоминается как одно мгновение. Затем меня отвели в кабинет директора, который вызвал скорую помощь, а в ожидании врачей сам попытался остановить кровотечение, при этом не повредив глаз. Чтобы я не отключился, Петр Фадеевич рассказывал разные истории из своей жизни, из которых я узнал, что он служил в морской пехоте. Это к сути не имеет отношение, просто вспомнилось. В итоге, когда приехала скорая, кровь была уже остановлена. Врачи отвезли в больницу. Там мне сделали операцию по зашиванию века (оказалось, что оно было разорвано) и отпустили домой, закрыв глаз повязкой. В этой повязке я проходил месяц, а может быть и больше. Уже гораздо позже на уроке физики я узнал, для чего человеку нужны два глаза (для определения расстояния, глубины между разно удаленными объектами, одним глазом мир воспринимается плоским), а в то время мне довелось испытать это на себе.

К чему мне вдруг вспомнился эпизод? Первые ощущения при снятии повязки я не забуду никогда. Это нереально волшебные ощущения. Это из разряда того – насколько мы порой не ценим то, что имеем. В данном случае – это зрение. Про слух могу рассказать то же самое (проблемы и в этой области у меня имеются и до сих пор). Так вот, один глаз, проработавший за второй, который больше месяца отдыхал, устал и воспроизводил вроде бы цветные, но, как потом выяснилось, очень тусклые картины. Но когда сняли повязку и я открыл оба глаза – мир вокруг был настолько ярким и насыщенным, что первое время у меня кружилась голова, и мне даже казалось, что я попал в сказочный мир. Это было так здорово: все вокруг просто

переливалось и пело. Мне даже казалось, что я слышу песни, которые отдавались внутри таким неземным наслаждением, вызывая ничем не объяснимый восторг! И сегодня, прогуливаясь до рабочего места, эти ощущения вновь вернулись ко мне, накрыв райским блаженством.

Можно, наверное, подумать, что у меня помутнение рассудка или я на грани приступа шизофрении. Ничего подобного, я счастлив, счастлив от того, что я живу, просто живу, и мир вокруг меня живет. В чем же еще выражаются изменения в мировосприятии, которые я второй день отмечаю?

Накануне вечером недалеко от дома меня атаковала большая (порядка пятидесяти особей) стая голубей. Атаковала – это громко сказано: они, как в сказке, возникли из ниоткуда, приземлились к моим ногам и стали прогуливаться вокруг. Я даже сделал несколько шагов, но они не улетали, только отходили в сторону, пропуская меня. Первые мгновения я, естественно, подумал, что вокруг рассыпаны зерна или какие-то добрые люди оставили хлебные крошки на асфальте. Но когда, присмотревшись внимательно, я ничего не обнаружил, то счастье накрыло меня с еще большей силой. Это же самое настоящее волшебство! Мы едины с этим миром, мы часть его, а он – часть нас. Это, вероятно, и есть гармония.

Еще один эпизод, подтверждающий изменения в восприятии, произошел уже сегодня утром. В вагон зашла женщина пожилого возраста, я это скорее не увидел, а почувствовал. Я уступил ей место. Не скажу, что я такой весь вежливый и отзывчивый и постоянно так делаю – дело не в этом. Мне почему-то захотелось к ней прикоснуться, и я это сделал, помогая разместиться на сиденье метро. Мало того, то же самое действие я произвел и при выходе (мы выходили на одной станции). Как будто это мой очень близкий человек, и я хочу его оберегать. Есть психологический термин – произвести поглаживания, но он касается обмена звуковыми репликами при беседе людей. Здесь же речь о физическом контакте, который для меня абсолютно неприемлем в случае отсутствия каких-то чувств. Имеется, конечно, мужское приветствие в виде рукопожатия, но это скорее некая церемония, поэтому с детства воспринимается как совершенно естественное действие, ничего ровным счетом за собой не скрывающее, по крайней мере для меня. В целом я очень строго воспринимаю физические контакты, расценивая их как попытку вторгнуться в мое личное пространство, и даже вздрагиваю при случайном касании «чужих» мне людей. Но сегодня мне захотелось поделиться своим теплом посредством мягкого касания (поглаживания) с абсолютно незнакомым мне человеком. Это настолько удивительно. Настоящий фейерверк волшебства!

Я не хочу сказать, что я избранный, как Нэо. Мы все избранные, потому что у нас есть этот удивительный мир, и нам посчастливилось в нем оказаться. Так пусть вселенская любовь поможет нам радоваться каждому «новому» дню, и пусть каждый день будет подарком для совершения новых открытий.

На этой мажорной ноте можно было бы поставить точку в повествовании, но ответы на вопросы, которые я себе задал, так и не получены, а ведь цель именно в этом – найти себя и больше не терять. И эта цель пока не достигнута, поэтому надо продолжить свое исследование собственной природы. Буду считать предыдущие две главы некоторым достижением или успехом в исследовании, а сейчас пора вернуться к проступку двенадцатилетнего мальчишки, чтобы разобраться в истинных мотивах его поведения. Итак.

### **Детство (продолжение)**

*«Что наша жизнь? Игра»*

*Из либретто оперы П.И. Чайковского «Пиковая дама» по повести А.С. Пушкина*

Перед тем как углубиться в воспоминания, хотелось отметить один факт, на который я совсем недавно обратил внимание. Все картины, которые выходят у меня из детства и отображаются в голове, выглядят так, как будто я сторонний наблюдатель или попросту зритель. То есть эта некая объемная проекция, где я смотрю на события не от первого лица, а вижу себя и всех участников со стороны, словно смотрю какое-то кино. Это очень странно. Я несколько дней думал над этой особенностью, и буквально накануне в моей голове родилась догадка. В какой-то период своей жизни я скорее всего осознанно отделил себя нынешнего от того человека, которым был в детстве. Может, я, конечно, ошибаюсь, и у этого факта имеется достойное медицинское объяснение, но на данном этапе своей жизни я чувствую в подобном воспроизведении образов моей памяти определенный знак. Если развивать мысль дальше, то возникает вопрос – когда и, главное, зачем я это сделал, зачем я разделил себя самого? В этом стоит разобраться, но пока я не готов ответить на этот неожиданно возникший вопрос. Надеюсь, в ходе извлечения воспоминаний я смогу поймать тот период в своей жизни, когда произошло это событие. А пока вернусь к тому моменту, важному моменту моей жизни, когда была одержана первая «победа» сознания, и я начал путь к собственному разрушению. Но, перед тем как приступить к описанию самого события, на ум пришло одно слово – интеллект. Вот чем меня наградили с рождения. Плюс к нему добавились аналитические способности, природная память, особенно к цифрам (я до сих пор достаточно легко без всяких формул запоминаю номера телефонов, сложные цифровые пароли, пин-коды и тому подобное) и еще набор небольших возможностей, которые и развивать не было нужды на тот момент, потому как для того возраста их уровень и так был очень высок. Вот такое чудо я из себя и представлял. Не стоит забывать еще, что при этом я все еще оставался тем самым милым пупсиком, но уже с псевдонежным взглядом. Вспоминая события, предшествующие моему первому и единственному физическому наказанию, я убеждаюсь, что уже в двенадцать лет мысль о моей исключительности сыграла со мной злую шутку. Уже тогда я стал на путь циничного эгоизма. В совокупности же с недюжим интеллектом (по крайней мере, я так на тот момент считал, ведь все вокруг это признавали) получилась ядерная, а на деле адская, смесь. Такую силу да на благое дело, но я, будучи двенадцатилетним мальчиком, посчитал по-другому, возомнив себя бессмертным. Я решил, что для меня нет правил, которые существуют для всех, ведь я выше всех этих «глупых» правил. Я способен сам придумывать для себя правила, потому что я – исключительная особь!

Зимним вечером я вернулся домой из школы. С радостным возгласом, забросив привычным изящным броском портфель в угол коридора, я влетел в зал. Вся семья очень внимательно смотрела телевизор, по которому демонстрировался фильм. Вероятно, эпизод в картине был очень напряженным и очень захватывающим, потому что мой возглас у одной из сестер вызвал мгновенную негативную реакцию, которую она выплеснула на мою восторженную голову. Я посмотрел на всех присутствующих в комнате – никто в мою защиту и не думал ничего произносить, включая маму, – и я, недолго думая, выскочил пулей из квартиры и пошел куда глаза глядят. Прогуливаясь на улице, много мыслей крутилось в моей голове, начиная от мстительных («я ей еще устрою») и заканчивая эгоистичными («посмотрим, как им без меня»). И тут внутри стала выстраиваться логическая цепочка рассуждений, по мере выстраивания которой, я стал немного успокаиваться. Сначала сработал сигнал изнутри. Это подсознание выдало на уровне ощущений беспокойство – но не мое, а мамино беспокойство за меня. Времени-то прошло немало, фильм наверняка закончился, и мама меня начнет искать, ведь, по сути, будучи в плену картины, никто не заметил моего исчезновения. Коварный эгоизм и ощущение собственного бессмертия дали несформировавшемуся детскому мозгу наживку в виде создания некоего эксперимента, проверки терпеливости у самого близкого мне человека – моей мамы. Я решил еще немного погулять, чтобы эксперимент точно удался. Будучи еще совсем несмышленным, я, однако, рассчитал два варианта исхода моей выходки, причем в результатах обоих я

видел для себя выигрыш, то есть победу собственного интеллекта. Если меня накажут, то, по крайней мере, я могу потом всем честно сказать, что я испытал все муки физического наказания, а если нет – то я тем более исключительный, и либо мои действия всегда будут оставаться безнаказанными, либо я не нашел тот предел, когда наступает возмездие. А возможно, что возмездие для особо одаренных особей в этой жизни отсутствует, как некий приз за их исключительность. Я сейчас понимаю, насколько это все страшно, и в какое чудовище я начал превращаться, имея за плечами очень скудный жизненный опыт. В те годы я стал воспринимать жизнь как некую игру – «сегодня ты, а завтра я».

Мой страшный во всех смыслах эксперимент закончился одним из просчитанных вариантов. Я подвергся физическому воздействию – это была бельевая веревка. Больно мне не было. Было, конечно, обидно, и я плакал. Но это скорее обида, вызванная не сознанием, а чем-то более глубоким, ведь подсознание еще не спряталось, поэтому выдавало ответную реакцию в организм, и в мозг в том числе. По истечении некоторого времени, когда всеми участниками события был выпущен пар, мама пришла и извинилась. Она прижала меня к себе, тем самым дав понять, что неприятный эпизод исчерпан, и попросила в будущем таких проступков не повторять, потому что она очень сильно беспокоится за меня. Я в ответ искренне попросил у мамы прощения. Впоследствии я действительно ничего подобного не делал, но ядовитое зерно все-таки было уже посеяно. А его всходы стали проявляться уже в более зрелом возрасте, когда мой мозг стал придумывать более изощренные вещи.

Я сейчас обнаруживаю некие параллели между своим поведением того возраста и поведением моего старшего сына, которому тринадцать лет. Отличия, конечно, имеются, но в целом, касаясь вопроса ощущения собственного «бессмертия», они незначительные. И в связи с этим у меня возникает вопрос – это линия поведения касается всех, или все-таки я несу это за собой как часть наследственного сценария?

Если верен второй вариант, то у меня имеется огромное желание остановить такое развитие событий на себе. Пусть я буду последний, кто прошел это. Как этого добиться? Я уверен, что существуют другие варианты, помимо тех, которые я просчитывал тогда, прогуливаясь зимним вечером. У меня на это имеется тот самый интеллект. Так пусть он сейчас поработает на созидание, а не на разрушение. Но играть в игру «сегодня я, а завтра ты» со своим сыном я не намерен. А по поводу игр я, пожалуй, порассуждаю в следующей главе.

### **Лирическое отступление**

Что есть игра – это вид развлечения, целью которой является, как правило, получение максимального удовольствия. В некоторых современных пособиях по достижению успеха рекомендуют, и очень настоятельно, воспринимать жизнь как некую игру. Но кто устанавливает правила? Похоже, мы сами. Значит, исходя из нашей индивидуальности, правила у всех разные, а так как мы постоянно взаимодействуем друг с другом, то возникают различного рода конфликты – конфликты первичных установок. В ходе конфликтов и определяется победитель и побежденный. Как в любой игре без них не обойтись. Но можно предположить, что ни тех, ни других не бывает, а каждый из участников победитель, потому как вынес из конфликта определенный урок, соответственно стал мудрее, и полученные знания помогут каждому в дальнейшем решать в свою пользу поставленные задачи и достигать глобальных целей. Вероятно, об этом и говорят нам авторы психологических пособий. Почему же тогда к жизни надо относиться как к игре? Видимо, к этому виду взаимодействия с детства у нас особое отношение, поэтому никакие страхи не мешают нам с легкостью втянуться в процесс, а так как мы уже воспринимаем этот процесс как игру, мы к тому же получаем еще и удовольствие от него. Все вроде бы замечательно и предельно ясно – придумывай правила, играй, получай удовольствие и будешь счастлив и успешен.

А вот здесь и кроется небольшая (или большая) ловушка— это правила. Конечно, можно взять их уже в готовом виде, переняв у родителей или наставников. Однако эти правила в будущем вызовут конфликт с нашей внутренней природой, потому что мы – избранные, следовательно и правила должны быть исключительно индивидуальными. В таком случае в зрелом возрасте перенятые правила необходимо будет корректировать под свою сущность, а для этого нам необходимо будет заново изучить себя: чего же мы собственно хотим и каких высот собираемся достичь. В зрелом возрасте процесс очень увлекательный и безумно интересный, но можно избавиться от этого еще в раннем возрасте. Почему?

В детстве первые правила формируются бессознательно, исходя из собственного мировосприятия, то есть с первого дня рождения, когда мы начинаем знакомиться с миром, в который с радостным взгласом ворвались. В так называемых переходных периодах, как я предполагаю, происходит корректировка созданных ранее правил и добавление новых в зависимости от накопленного опыта. Поэтому именно в этот период нам, как родителям, нужно быть особо внимательными к своим детям, так как момент отрицания у ребенка говорит лишь о том, что он включает фантазию, редактируя новые правила, и просит словом “нет” не вторгаться в процесс. Можно назвать это юношеским максимализмом, но в целом я считаю это качество очень полезным. Оно дает шанс нашему молодому организму развиваться и ставить себе невероятно высокие цели. Как помочь (мы же очень переживаем за наших детей) и при этом не нарушить целостность близкого нам индивидуума? При нынешнем потоке информации, который буквально обрушивается на нас как цунами, взрослым порой трудно переработать ее, не говоря уже о неокрепших молодых умах. Поэтому нужны живые примеры, незаметные для ребенка подсказки, позволяющие ему сформировать свой набор правил, который не будет конфликтовать с его внутренним миром. Ведь сознание пока не зашлаковано и находится в гармонии с подсознанием, то есть его сущностью.

Почему же мой набор, при формировании которого я выбрал путь наименьшего сопротивления, привел меня к игре, которую можно назвать жестокой игрой? На этот вопрос пока у меня есть только один ответ – элементарно не хватило времени. Мои родители настолько запутались в собственных конфликтах и внутренних противоречиях, что им не хватило времени дать необходимые примеры и подсказки. Я их не обвиняю, мне досталось очень много (невероятно много) и без этого. Пусть с небольшим опозданием, но именно сейчас я готов во всем разобраться. Это тоже счастье.

Перечитал все рассуждения в главе, и мне показалось, что в словоформах раскрывается некая теория. Наберусь смелости и назову это моим собственным открытием. Посмотрим, какие еще открытия ждут меня впереди.

### **Мои родители (продолжение)**

Вот сижу сейчас и думаю, насколько же трудно в зрелом возрасте переключать эмоциональные состояния и насколько просто это делать в детском возрасте. В последние дни я стал более внимательно наблюдать за живой демонстрацией механизма переключения в лице своего младшего сына, чтобы попытаться поймать и прочувствовать момент перехода. С другой стороны, накануне я заметил, как старший сын тринадцати лет намеренно избавляется, а точнее истребляет, эту полезную способность. Я спросил его о причинах, но он в фазе полного отрицания, не стал отвечать. И тут я поймал себя на мысли, что у меня появилась уникальная возможность в режиме онлайн разобраться во всех тонкостях этой способности, подаренной нам при рождении, и открыть какой-нибудь метод для осуществления перехода по щелчку пальцев. Я пока не знаю, будет ли метод универсальным или условно индивидуальным, но, по крайней мере, все компоненты для исследования под рукой, следовательно, глупо не воспользоваться

моментом. А эта книга поможет мне в этом. Поэтому, закрепив новую промежуточную цель в голове, продолжу извлекать собственные воспоминания – это последний год жизни моей мамы.

Я окончил девятый класс, впереди был последний год в школе. Предпоследний год был сам по себе очень необычным: этот период я провел без своего среднего брата Володи. Про своих родственников я еще напишу, и очень подробно, но сейчас отмечу только, что Володя поступил в институт и уехал в Ленинград (тогда он еще так назывался). Таким образом, последние два года в школе я учился без его присутствия рядом. Впоследствии я опишу его участие и влияние на мою жизнь, но пока остановлюсь на факте – я остался один. То есть я и мама. Все мои братья и сестры в тот период активно устраивали свою жизнь. Правда с нами в одной квартире еще жила сестра Инна, но она постоянно работала, и... В общем, жила своей молодой активной жизнью.

Очень необычно, когда вокруг постоянно много народу, шум, гам, веселье, плач и множество разных эмоций, вдруг неожиданно оказаться одному. У нас была большая четырехкомнатная квартира, как в один миг она опустела. Все повзрослели и покинули родительское гнездо. Конечно, временно, после отъезда Володи, у нас жил старший брат Саша, но и он вскоре съехал, так что былого веселья больше не было. Последний год с мамой мы прожили вдвоем с сестрой Инной, она еще была в процессе подготовки своего будущего.

Воспоминания того времени навалились, и стало трудно дышать, огромный ком застыл в горле. Слова становятся вязкими, каждая буква выходит с невероятно огромным трудом. Поэтому немного отвлекусь и вспомню о том, как я сделал некоторые открытия, оставшись в гордом одиночестве в девятом классе.

Что же было особенного в девятом классе, кроме того что в моей школе больше не было Володи? Мама ослабила контроль, теперь-то я понимаю, что это было связано с болезнью, которая появилась в ее организме и которая сначала медленно, а потом все активней поглощала ее. Девятый класс был моей проверкой на самостоятельность. До этого мама постоянно окружала меня заботой, а Володя с братской любовью приглядывал за мной. А тут неожиданно все исчезло, и я остался один. Тогда я не сильно переживал, мне даже нравилось ощущать себя взрослым. И первый взрослый поступок, который я совершил, – это скатился по всем предметам настолько, насколько я не опускался за все предыдущие годы (а ведь до этого уровень оценок по всем предметам за год не опускался ниже пятерки). Каждую полученную четверку на протяжении всей учебы мама комментировала так: «Ты можешь больше, а здесь ты где-то недоработал, либо схалтурил». Я не мог подвести своего самого дорогого человека, поэтому старался изо всех сил, тем более что стараться особо и не надо было, вся школьная программа мне давалась довольно легко, – вероятно, природные данные. Единственное, с чем приходилось бороться, – это с собственной ленью. Мама это прекрасно понимала, поэтому регулярно напоминала мне о враге номер один, внедряя в мой разум раз за разом, слово за словом мысль о моей особенности и исключительности.

Так в чем же открытие? Первое полугодие я как будто намеренно опускался вниз, хотелось проверить, смогу ли подняться к концу года обратно на прежнюю высоту. И смог – за год успеваемость встала на место, без единой четверки, чем, собственно, очень сильно удивил Володю, который после первого года в институте приехал на летние каникулы.

Сейчас написал последние строки про падение и подъем и подумал: а всегда ли мы можем подняться после падений, и как просчитать глубину падения, с которой можно подняться? Ведь путь наименьшего сопротивления может опустить настолько глубоко, что впоследствии не удастся найти путь наверх. Вокруг останется одна темнота и пустота. Так зачем же искушать себя?

В подростковом возрасте я открыл для себя удивительного американского писателя – Джека Лондона. В одном из моих любимейших произведений «Мартин Иден» (по некоторым данным, роман автобиографический) главный герой – моряк, открывший в себе талант

писателя, он пошел по этому пути и стал великим человеком, к тому же очень популярным. Однако именно в расцвете известности и успешности, Иден неожиданно потерял цель в жизни и, решив, что дальше все будет очень скучно, прыгнул с парохода в море, и утонул. По какой-то причине автор романа очень подробно описал процесс падения и процесс подъема из глубины океана. Вся эта процедура очень резко отпечаталась в моей голове, и я понял, что не всегда можно подняться, а все-таки имеется точка невозврата, когда, даже осуществляя подъем, наступит смерть.

С моей мамой, вероятно, так и произошло, в своем отчаянии она дошла до той точки, откуда уже не было возврата. Вспоминая последние месяцы, мне становится горько от мысли, что я не мог ей помочь. Но думаю, что, вложив в меня всю свою любовь, она не ошиблась. Я обязательно буду достойным звеном во всей нашей родовой цепочке. Скажу больше, я постараюсь, чтобы прошлое не мешало, а помогало добиваться счастья не только мне, но и людям, которые меня окружают.

### **Лирическое отступление**

*«Одним солнечным днем вышел суслик от хомячка*

*и пошел домой. Шел он, шел и ... никого не встретил»*

*м/ф «Страшная сказка»*

Страх. Что за напасть такая? Зачем он человеку? Что он нам дает, и что было бы, если бы этого чувства у нас не было? Ведь совершенно ясно, что он разрушает нашу природу, а с другой стороны – может, для кого-то это основная движущая сила. Хотя к какой вершине эта сила может привести? Сплошные вопросы. А если смотреть в более глобальном масштабе, то я и все мы – лишь песчинки, и наша жизнь с точки зрения всей Вселенной – мгновение. Вселенная даже не замечает нашего присутствия, тогда чего же нам бояться? Смерти? Так это, наоборот, благо, если бы ее не было, тогда мы никогда не смогли бы добиваться счастья: зачем чего-то добиваться, если самый ценный параметр – время – отсутствует.

Вероятно, рано я этим вопросом сейчас занялся. Думаю, это был всплеск эмоций откуда-то из глубин подсознания. Моя сущность шлет подсказки, надо к ней прислушаться и попробовать набросать вопросы, потому что ответы скоро будут. Это всего лишь дело времени, а сейчас я уверен, что страхи мне не нужны, они – паразиты. И, если на минуту предположить, что мысли материальны, то, страшась, мы сами приближаем конкретные негативные события на свою пугливую голову.

Лекарства от страха не существует – это факт. Имеются лишь различные методики борьбы с ним, их огромное количество. Я никого не хочу обидеть, но религию тоже можно включить в один из способов борьбы со страхом. Добавлю лишь, что это мое личное мировосприятие, оно где-то найдет поддержку, а где-то вызовет негодование. Рассуждать на эту тему не стану, потому как к цели книги данное утверждение не имеет никакого отношения.

Мой же способ преодолеть страх – это, вероятно, то, что я делаю сейчас, то есть пишу. Хороший это способ или нет, покажет время. Может, это путь наименьшего сопротивления? Вполне возможно. А может – это путь через тернии к звездам? И такое тоже допускаю. Но в одном я уверен: раз я чувствую отклик своей природы через различные позитивные ощущения, значит способ действенный.

### **Лирическое отступление**

*«Утро начинается, начинается.*

*Город просыпается, просыпается...»*

*Песенка из м/ф «Чучело-мяучело»*

Сегодня у меня душевный подъем. Откуда он взялся и какова природа этого состояния, остается загадкой, хотя у меня имеется предположение. Это мелочи, просто приятные мелочи, за которыми появляются ощущения – приятные ощущения. И главное ощущение – это чувство радости, что новый день наступил, и он принесет множество радужных эмоций и отличного настроения. И даже тяжелые тучи над городом не могут никак повлиять на позитивные процессы внутри. Как здорово чувствовать себя живым. Сегодня я стал записывать в блокнот, какие важные дела надо сделать в течение дня. Почему я раньше этого не делал? Да потому что считал, что мой мозг и так все запоминает, и никуда эти дела не денутся, я про них не забуду. Однако на практике выходило все наоборот. День заканчивался, а дела так и оставались только в мыслях, оставляя за собой тяжелый осадок нереализованности, за которым следовало негативное настроение. Утро венчало собой надежду, а вечер знаменовал собой потерю – очередной потерянный день. Мне кажется, цинизм в этом месте и берет свое начало – зачем что-то делать, если завтра будет то же самое, то есть ничего нового, все как обычно. Следом наступает умерщвление веры, а за ней и надежды.

На днях я участвовал в мастер-классе по изучению себя. Точнее, он назывался «Кто я? Что делать?». Результаты события еще анализируются мозгом, но первые выводы я для себя сделал. И главный вывод заключается в том, что процессы, которые я запустил, начав писать книгу, – это верные процессы. Они полностью отвечают внутренним потребностям. Я как-то писал про механизм мгновенного счастья – на прошедшей встрече с тренером мое подсознание подтвердило эту потребность.

Здесь и принцип Парето помог, хотя я сильно даже не задумывался об этом. Вообще очень сложно во взрослом возрасте менять сознание: есть уклад, имеется определенная тактика по решению задач. Так вот, плевать на тактику, стратегию – необходимо просто записать все в блокнот, причем как можно быстрее, не думая. Порядок сам выстроится как надо. И тут же начинать делать, не откладывая. Сейчас вспомнил, как большинство из нашего брата (мужчин) ходят по универсаму с тележкой и с огромным списком в руках, который любезно предоставлен нам нашими половинками. Еще одно доказательство практичного подхода женского пола. Зато как эффективно, и времени уходит минимум.

Также сегодня обратил внимание, что даже если список состоит из малюсеньких дел, на исполнение которых уходит не больше минуты, иногда даже сделать запись о них дольше, – ощущение от достигнутого результата все равно колоссальное, такое же, как и от огромного и трудоемкого дела. Это нереально! С утра за час справился с огромным количеством дел, и настроение на весь день взлетело до небес. Этот день со всей определенностью можно записать в актив. А что еще он принесет? Клондайк, Эльдorado! В текущую минуту я за мыслями не успеваю печатать, скоро можно и в секретари записываться на подработку, параллельно еще и новые навыки вытаскиваются, кругом сплошные плюсы. Ну что за день! Циники возразят, ну как же можно, тоже мне достижение! Вот если бы на Эверест – вот это я понимаю! А я теперь с уверенностью могу сказать, что ощущение радости и от того и от другого абсолютно одинаковые. Так что не надо куда-то долго готовиться, все открытия можно делать и в повседневной жизни и наслаждаться ежедневно.

Возвращаюсь к мастер-классу. Тренер Олег сообщил очень интересный факт: оказывается, все незавершенные дела, оставшиеся в прошлом, – это не просто причина особого беспокойства. Мысль, в данном случае мысль о незавершенном деле – это энергия, и если она

позади, то она не используется, а находится в застывшем состоянии, а может, именно ее нам не хватает для движения вперед. Значит, надо освободить ее (мысль – энергию), и она тут же приклеится к основным силам, которые занимаются развитием, то есть работают на перспективу. Освободить мысль – означает решить все незавершенные дела, в противном случае эти дела (страхи, поведение) достанутся по наследству нашим детям. Вот и решение одной из задач, поставленной в ходе повествования. Интеллект все-таки наконец-то пригодился. И помощь нужного человека, который очень вовремя оказался на пути.

Только что, прогуливаясь в обеденный перерыв, пришло на ум еще одно слово – созерцание. Вот чем я занимался и продолжаю заниматься. Складывается впечатление, что последние годы я, выражаясь игровым компьютерным языком, прокачивал свой скилл. Но для чего мне это, если я даже использовать его нигде не могу. До какого уровня необходимо прокачаться, чтобы понять, что я готов к жизни? Не настал ли момент, когда стоит уже попросту жить? К черту все эти заумности, от которых уже наступает приступ тошноты. Этот цинизм, главной целью которого оправдать собственное жалкое существование, и в основе которого просто страх, страх вдыхать полной грудью все многообразие этого мира. Цинизм – это даже не путь наименьшего сопротивления, это дорога вообще без сопротивления. Жить в риторике, ублажая собственное самолюбие, купаться в отравленных водоемах псевдомудрости – это для меня тупик. Именно сейчас я полностью осознал, прочувствовал, насколько глубока и страшна та пропасть, на краю которой я оказался. Не мудрено, что подсознание просто завывало и стало отчаянно обращаться к разуму всеми доступными ему методами, ибо это не моя природа, и я просто плыл по течению, подбирая все самое худшее, что попадалось на пути по одной простой причине – мне было так удобно и комфортно.

Показательный случай произошел со мной на прошлой неделе, когда меня вызвал в свой кабинет руководитель. Он спросил о моих успехах в изучении новых технологий, выслушал внимательно о промежуточных результатах и тут неожиданно сообщил, что пора бросать исследования и начинать применять, тем самым дав понять, что научная работа – это, конечно, хорошо, но без практического применения она не имеет большого смысла. Это вечный процесс, не имеющий за собой результата, лишь промежуточные итоги, их даже достижениями назвать трудно. Опять же это подготовка к жизни, но не сама жизнь. А ведь внутренний конфликт как раз произошел из-за чувства нереализованности. Потенциал есть, исключительность есть, избранность есть. Все компоненты в наличии, но что в итоге? Созерцание. В таком случае где же мамино – «ты можешь больше, а здесь ты где-то недоработал, либо схалтурил»? Вот-вот, халтура и есть.

### **Лирическое отступление**

Перечитав предыдущую главу, я лишней раз убедился, что путь, который меня привел к пропасти, – это мой жизненный сценарий, и я, двигаясь по дороге наименьшего сопротивления, выполнил его четко и практически без запинки. Как же так? Я всегда считал себя человеком далеко не глупым и даже практичным, как я мог поддаться такому в целом недалекому поведению? Ответ очень прост – комфорт. Я слишком быстро до него добрался, а искушение побыть в нем как можно дольше расслабило меня окончательно, таким образом сгубив все, что в меня было заложено природой, а мамини предостережения, в силу эгоизма и юношеского упрямства, я просто проигнорировал. Выйти же из зоны комфорта с каждым днем становится все тяжелее и тяжелее.

Я уже давно заметил одну деталь: природа, то есть окружающий мир, периодически представляет на жизненном пути подсказки, или ориентиры. Это из серии – случайности не случайны. В плену у повседневности мы порой их даже не замечаем, иногда думая совсем о другом. Но если на минуту задуматься и представить, что это истина, то из любого яркого события

можно сделать далеко идущие выводы и попытаться исправить свой жизненный сценарий. Я понимаю, что все, что мы делаем, наше поведение – это все закладывается родителями, причем целой родовой цепью. Тут полный набор, включая и страхи, с которыми они сами не справились и оставили нам в наследство. Но мы же разумные люди, наш мозг, наши чувства, которые регулярно поставляют информацию от внешней среды, – все эти компоненты даны нам не просто так, а с определенной целью. И цель эта – быть счастливыми людьми, чтобы получать радость от жизни, от окружающего мира, от вселенской гармонии. Как пел в своей песне про меломана Константин Кинчев: «Достаточно начать, закончить тоже можно». Опять же под-сказка, еще и с юношеского возраста. Где эта способность – спонтанного принятия решения, а затем мгновенной реализации? Вероятно, по дороге растерялась. А ведь именно она может сломать мой жизненный сценарий. Однако еще не вся растерялась, на подсознательном уровне, на уровне чувств, я ее ощущаю, значит могу ее вернуть, совершив обратный процесс. Сделаю предположение, что процесс постепенного извлечения из памяти событий школьного и студенческого периода поможет мне в этом. Но это будет позже, когда я постепенно доберусь до этих воспоминаний.

А сейчас немного отвлекусь. Я давно уже обратил внимание, что в нашем современном мире появилось много «учителей», которые передают друг другу, часто посредством социальных сетей, различные мудрые цитаты. Но кто в реальности задумывался о смысле этих цитат, а тем более пытался их применять? Сомневаюсь, что найдется хоть один. Складывается такое впечатление, что мы вообще разучились думать и принимать какие-то решения, ожидая, что кто-то покажет или научит, как правильно жить. И даже если и находится такой человек, то мы все равно ничего не делаем, лишь вздыхаем о превратностях судьбы и ищем оправдания собственного жалкого существования. Надо признать тот факт, что мы сами выбираем свой путь. Проводник (или учитель) может показать нам дверь, но открыть ее и войти внутрь мы должны сами, а дальше уже принимать решение: нужно ли нам это для достижения цели или нет. К теме проводников (или учителей) я еще вернусь, это тема очень большая, а сейчас хотелось бы порассуждать на другую тему.

Последние дни, фиксируя на бумаге свои мысли, мне открылось много истин. Точнее, не так, я по-новому стал воспринимать слово открытие – это как некая субстанция, которая наполняет каждую клетку моего организма на каком-то неуловимом уровне, мозг при этом ведет себя пассивно, ощущение наполнения происходит без его активного участия. Как будто что-то врывается внутрь целиком и сразу становится частью меня, причем не нарушая общей целостности внутренней природы. Сложно объяснить словами, но одно могу сказать точно: все стало настолько прозрачным и даже логически объяснимым, хотя я не напичкан различными философскими знаниями. Для меня это темный лес, но с какого-то момента я это чувствую. Выглядит невероятно, но это правда, моя правда.

И теперь я вижу логику во всем, что меня окружает, а точнее в том, что находится постоянно в непосредственной близости от себя. Это среда, которая меня окружает, она действительно моя среда, я ее выбрал, выполняя свой жизненный сценарий. То, что в ней мне плохо, я могу с легкостью объяснить. Сейчас, правда, это будут наброски, поэтому еще чуть-чуть подожду и не стану бросаться в рассуждения. Лет десять назад, когда я лечился у психотерапевта, он мне пытался донести некоторые фундаментальные основы. Тогда я их разумом понял, но не пустил внутрь. Сейчас же часть переданных им знаний внутри меня, и они помогают с пользой для себя интерпретировать окружающую среду. И тут я подумал: мне выпал еще один шанс, и если десять лет назад я им не воспользовался, то сейчас я полон решимости и все-таки добьюсь своего.

### **Детство (продолжение)**

– *Базин, у тебя есть мечта?*

– *Куртка. Зима на носу, а у меня куртки нет.*

– *Базин, возьми куртку и мечтай о чем-нибудь высоком.*

*Из к/ф «Курьер»*

Мечта! Произносишь слово, и глаза медленно закрываются, лицо расслабляется, края губ начинают вытягиваться, все тело наполняется приятными, нежными ощущениями. Ощущениями детства. На днях очень хорошая знакомая приобрела автомобиль. Вроде ничего особенного, но она с таким воодушевлением рассказывала об этом событии, что ее рассказа мне хватило, чтобы вновь окунуться в душевные эмоции, когда мечты (в ее случае желания) воплощаются в реальность. Причем реализация желания была мгновенной – «хочу – делаю».

Наверное, в детском возрасте большинство желаний можно назвать мечтами. Почему? Мечта – это что-то недостижимое, будучи детьми, мы не можем реализовать некоторые свои потребности, нам приходится обращаться к взрослым для их материализации. То есть к родителям. Когда желание не имеет материального воплощения, оно становится мечтой. Мы думаем о ней, мы хвалим ее, мы наслаждаемся ей. В большинстве случаев – это какой-то предмет. В советское время не было рекламы по телевизору, поэтому моя мечта была вполне осязаема, я мог каждый день приходить в магазин и прикасаться к ней, воображая, что скоро я буду обладать ею. Моя мечта детства – это велосипед. Я уже упоминал ранее об этом средстве передвижения. Сколько себя помню, я всегда хотел его иметь. Я уже представлял, как я с ним выхожу во двор, катаюсь на нем столько, сколько захочу. Дворовые друзья подходят, просят прокатиться, я с удовольствием даю им на время это чудо, смотрю со стороны, как они катаются, и чувство гордости внутри так и распирает все тело – это мой велосипед! Все как в фильме Георгия Данелия «Сережа». Я до сих пор очень люблю этот фильм. В детстве вообще считал, что он обо мне (ведь имя мое).

Моя мама с детства прививала мне одно правило: чтобы что-то получить, надо очень постараться. Выражаясь простым языком, если ты (то есть я) добьешься положительного результата в определенном деле, то получишь в качестве награды предмет своих желаний (мечтаний). Иногда после выполнения поставленной ею задачи, она спрашивала о награде, ответ всегда был один – велосипед. Я с завидным упорством повторял об этом своем желании. Нет, не клянчил – правило о предварительном выполнении задачи я прекрасно усвоил. Мама ставила мне одну и ту же задачу – на отлично заканчивать не то что год, а школьную четверть, и я ее выполнял. А мама объясняла мне, что не может пока купить велосипед, потому что надо купить что-то другое, более необходимое в данный момент, ведь у нас большая семья, а она одна. Я очень любил ее и поэтому с пониманием относился к словам и тому, что она делает для нас. Однако в какой-то момент в детском сознании стала закрепляться мысль о некой всеобщей несправедливости – как же так, ведь вокруг мои ровесники и малой толики не делают, что приходится делать мне, но у них есть велосипед, а у меня нет? Как-то раз я подошел с этим вопросом к маме. Она, нежно улыбнувшись и погладив по голове (мама всегда так делала, когда я к ней подходил с волнующими меня вопросами), сказала: «Сережа, ты вырастешь, и сам всего добьешься». И вновь слова в поддержку моей исключительности. После этого про велосипед я больше не напоминал никогда. Она сама за несколько дней до смерти вспомнила о нем, когда я, будучи подростком, уже и не думал об этом.

Помню, сидя на диване и размышляя на разные темы, мама неожиданно сказала, что единственное, о чем она жалеет, это о том, что не купила мне этот велосипед, которого, по ее мнению, я заслуживал больше всего. Она даже попыталась извиниться за это, но я хорошо в

свое время запомнил и осознал ее слова о моей исключительности, поэтому ответил, что сам всего добьюсь. Мой юношеский максимализм в тот период набирал обороты.

Даже сейчас, в своем возрасте, меня иногда посещает мысль о вселенской несправедливости, однако, вспоминая мамины слова, мысль надолго не задерживается. И если она начинает появляться довольно часто, то это говорит лишь о том, что я просто расслабился и снова пошел по пути наименьшего сопротивления, потому что нет задач, которых мы не способны решить. Мы достойны поставленных (порой и не нами) целей, какими бы сложными они на первый взгляд ни казались.

А насчет мечты и желаний: их надо выполнять, к ним надо стремиться, несмотря ни на что. Причем к любым – маленьким, глупым, большим, неподъемным – это неважно. Любая осуществившаяся мечта или желание – это счастье. А путь к мечте, будь он коротким или долгим, сам по себе интересен. И не стоит бояться, что, осуществив мечту, исчезнет стимул дальнейшего развития, ведь на смену ей придет новая, а может много новых. Когда я устроился на работу, на которой тружусь уже более двадцати лет, первые годы в день зарплаты я покупал себе мороженое, это было мое желание. Оно с периодичностью раз в месяц появлялось из ниоткуда, и я его выполнял. Баловство, но зато какие ощущения при этом испытывал. Это же просто здорово! Вспоминая об этом, на душе становится тепло – и это тоже счастье.

### **Детство (продолжение)**

Вчера решил еще раз посмотреть фильм «Сереза». Какой же он удивительный! Глядя на маленького паренька

в шортиках, я словно вновь увидел самого себя. Все его переживания, поступки напомнили мне мое детство, как будто это я. Его любознательность просто вызывает умиление, видимо похожее чувство вызывало и мое появление, когда я был в том же возрасте, в поле зрения окружающих меня людей. И мама его гладила по голове очень похоже, и взгляд ее, такой нежный и теплый, и голос вкрадчивый и мягкий, в котором чувствуется огромная любовь к своему ребенку – все это выглядело так, как будто это моя мама. Может, в имени моем заложено что-то особенное, и поэтому мы с ним так похожи?

Мне часто приходилось слышать от ровесников (и не только) негативные высказывания в адрес своего имени. Откровенно говоря, меня уже с детских лет это всегда шокировало. Во взрослом возрасте под подобные реплики я уже могу попробовать подложить логичное обоснование, вроде того что через собственное имя у человека формируется отношение к себе, к собственному внутреннему миру и так далее. Вероятно, это абсолютная правда, потому как, если человек сам себя не любит, то где искать хоть одну причину, по которой кто-то со стороны совершит необдуманный поступок и полюбит его. Про симпатии здесь речь не идет. Мне же мое имя всегда нравилось, причем в любых вариациях, даже в самых, казалось бы, исковерканных: сестры меня называли смешно и забавно – Серя.

Однако в подростковом возрасте меня стал смущать один факт в моем имени – это его простота на фоне имен моих братьев и сестер, и в особенности имени моей мамы. У моей мамы было удивительное и невероятно редкое имя – Эмилия (на моем жизненном пути мне ни разу не попадались люди с таким именем, что говорит о его совершенной уникальности). Я задал маме вопрос (может быть, слишком поздно – она уже была в объятиях болезни), который, видимо, большинство детей задают своим родителям. Но выглядел он немного иначе: не «почему меня так называли?», а «почему так просто меня называли?». Ведь за исключением старшего брата, у остальных имена редкие. А если добавить ко всему прививание мысли о моей исключительности, то вопрос приобретает глобальный оттенок – почему, если я такой особенный, у меня такое простое и весьма распространенное имя, а не редкое, как у моих бли-

жайших родственников? Отдает эгоизмом конечно, но вопрос возник. Как я уже писал, мама за несколько месяцев до смерти была очень откровенна, и поэтому спокойно все рассказала.

И вот что выяснилось. Своих братьев и сестер я уже упоминал ранее. Снова перечислю их по именам от старшего к младшему – Александр, Инна, Зоя, Володя и я, Сережа. Так вот, у старшего брата и сестер был другой отец, его звали Николай, и в его роду по давней традиции (истоки ее мне не удалось выяснить) первого ребенка мужского пола именовали в честь деда по отцовской линии. Таким образом, по мужской линии шли только Николаи и Александры: иначе говоря, Александр Николаевич либо Николай Александрович. У меня имеется предположение, что это в честь императорской династии Романовых, но утверждать не смею, информация отсутствует, поэтому это только догадка, очень похоже выглядит.

С какого периода эта традиция возникла, мама мне не сказала. Помню, что мне понравилась суть чередования, в нем ощущалась некая романтика. К именам остальных детей молодые родители отнеслись с особой фантазией, взяв за основной критерий подбора имени – его редкость. Видимо, подкупила редкость имени Эмилия. Когда мама об этом рассказывала, я прямо чувствовал какой-то взрыв фантазии и позитивного настроения. Но, стоп! Почему же на меня это правило не распространилось? И тут я узнал, что меня по большому счету и не планировали вовсе, как планируют обычно детей задолго до их зачатия. Я стал полной неожиданностью для мамы и папы. Этакий сюрприз. И соответственно, имя, доставшееся мне в итоге, было выбрано без всяких критериев. Немного неожиданное открытие для мальчика подросткового возраста, и вполне возможно, я бы никогда об этом не узнал, будь мама в полном здравии. Я даже не помню, как отнесся к этому известию. Видимо очень спокойно, потому что сейчас, прислушиваясь к своим ощущениям, я не испытываю никакого дискомфорта. Напротив, это во многом объясняет особое отношение со стороны мамы к моей персоне, помимо того что я младший в семье. Мысль об этом дает мне дополнительный стимул для достижения поставленных целей.

Тут можно, конечно, возразить, что имена придумываются и во время беременности, и можно было бы подобрать за девять месяцев какое-нибудь редкое имя. Но здесь, я думаю, имеет место такое слово, как планирование, или опять же жизненный сценарий, в котором у мамы было записано трое детей. Четвертый (Володя), я предполагаю, родился в силу того, что он первенец для моего отца. Это вполне объяснимо, что он хотел в браке с мамой иметь общего ребенка. Поэтому подобное исключение в целом допустимо. А вот я в этом сценарии отсутствовал.

Если анализировать информацию с точки зрения теории сценарного анализа Эрика Берна, в которой говорится, что жизненный сценарий человека начинает формироваться во время зачатия, то вообще возникает интересная догадка – может, экспромт в моей жизни это мое кредо? А планирование, анализ рисков – это паразиты, которые мешают развитию способностей, заложенных при рождении? Все становится намного интересней, будем исследовать дальше.

### **Лирическое отступление**

В последние дни я довольно часто нахожусь в некоем третьем измерении, выстраивая или восстанавливая мост к своему подсознанию с помощью детских воспоминаний, где формировалось мое мировосприятие. Мне остро необходимо найти тот момент или события в жизни, где произошла замена истинных ценностей на искусственные, то есть не мои, чтобы вернуть самого себя. Ведь дыма без огня не бывает, и внутренние противоречия, с настойчивой периодичностью выплескивающиеся наружу через негативные эмоции, не только вредят организму, но и создают некий дисбаланс в окружающей природе.

Как мы познаем мир? С самого раннего детства это наши пять чувств. Но впоследствии наш слух, а потом и зрение помогают нам освоить еще один компонент для получения инфор-

мации. Он один из самых могущественных, одновременно один из самых коварных, безжалостных и при этом и прекрасных. В современном мире кто владеет всем его богатством, тот владеет миром. Этот компонент – слово.

В детстве с помощью слов нам обозначают предметы, наши ощущения. Постепенно, складывая слова и выстраивая из них разнообразные комбинации, мы получаем, в зависимости от их порядка, огромное количество значений. Воистину уникальный подарок. Но в его уникальности кроется и много коварства.

К чему это я вдруг заговорил об этом. Именно сейчас, вынимая из своей памяти детские моменты своей жизни, я особо остро ощутил некоторое несоответствие или даже коллапс в определениях, словесных определениях. Возьмем, например, слово «подарок». Что это такое для нас, детей? Это некий сюрприз, вызывающий очень много положительных эмоций, ощущений радости и беззаботного восторга. В детстве перед собственным днем рождения я не спал всю ночь. Чувства переполняли меня от предвкушения получения положительных эмоций. Это были тревожные, но от этого очень яркие ночи. Я до сих пор вспоминаю о них с особым трепетом, погружаясь в ощущения маленького мальчика. Даже тревога в то время приобретала для меня совсем другое значение – предвкушение особого дня, счастливого дня. А что же для меня теперь означает это слово? Я прихожу утром на работу, и первое что я как правило слышу, – это то, что меня на рабочем месте ожидает «подарок», и обычно за этим не следует ничего хорошего. Можно, конечно, сменить работу, затем сменить место жительства, страну, а впоследствии и планету. И так можно бегать всю жизнь. Однако я хотел сказать не об этом, а о том, как происходит подмена понятий, как слова, вызывающие щенячий восторг в детстве, накрывают бурей негативных ощущений в зрелом возрасте? Почему мы начинаем бояться телефонных звонков от неизвестного номера, ожидая, что за ним обязательно будет неприятная информация? И вообще, я стал замечать, что с годами мы с некоей подозрительностью начинаем относиться к сюрпризам. И по этой же причине новый день начинает вызывать у нас не фейерверк волшебства, а робкое ожидание некоего уныния. Мы даже к вечеру облегченно вздыхаем, если ничего плохого не случилось – значит день можно записать в актив. И лучше ничего не делать, чтоб не сломать того, что с таким трудом создавалось. Какая тоскливая картина. В такой тоске, в постоянном ожидании плохого, игра под названием жизнь начинает нас утомлять, мы устаем от нее в уже достаточно молодом возрасте со всеми вытекающими последствиями. А ведь новый день – это чудо! Он приносит нам комиссионные, комиссионные за наши старания в прошлом дне. И поэтому к нему должно быть, как у маленького ребенка, особое отношение. Это ожидание, но только ожидание чего-то прекрасного, ведь мы старались, и должны получить подарок, только настоящий подарок, а не искусственный. То, что этот день настал – это уже можно расценивать как счастье. И в наших руках сделать его прекрасным.

## **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.