

Елена Васеркина

РЕАНИМАЦИЯ ЖИЗНИ

Как решиться на *перемены*,
если *ты* трусиха

#1000ИНСАЙТОВ

Елена Васечкина
Реанимация жизни.
Как решиться на
перемены, если ты трусиха
Серия «1000 инсайтов»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68988016
SelfPub; 2023

Аннотация

Эта книга о женщине, которая в один момент поняла, что зашла в тупик. Имея многое, при этом не имела ничего. Она задает себе вопросы, на которые сама находит ответы. Она действует, переводит мечты в реальность и совсем не боится рисковать. Эта книга поможет избавиться от страха перемен каждому, кто хочет увидеть сказку наяву. Пройдем вместе путь реанимации жизни: от трусихи к сильной личности. Результат того стоит!

Содержание

| | |
|---|----|
| Введение | 5 |
| Глава 1. Любой путь начинается с первого шага | 9 |
| Глава 2. Выбор – часть жизни | 15 |
| Глава 3. Вернуться туда, откуда начал, не значит сделать шаг назад | 25 |
| Глава 4. А не поздно ли? | 30 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 33 |

Елена Васечкина

Реанимация жизни.

Как решиться на

перемены, если ты трусиха

История, основанная на реальных событиях

Введение

У каждого человека есть руки, ноги, голова и 168 часов в неделю, чтобы сделать все то, что он по-настоящему желает.

Роберт Кийосаки

Эта книга посвящается каждой трусихе, которая хочет что-то поменять, но не может решиться.

Какой сейчас ярлык на вашей жизни? Серый и скучный? Может, пора сменить его на яркую вывеску? Но это не всегда бывает просто.

Как убедить себя сдвинуться с мертвой точки, выйти из пресловутой зоны комфорта и не бояться двигаться вперед, реализовывая свои желания, мечты и планы? Как меняться и не бояться изменений? Как наполнить жизнь счастьем, гармонией и радостью?

Думаю, лучшим примером реальной трансформации жизни будет пример собственный.

Я прочла немало книг о достижении цели, исполнении желаний и самореализации, прошла немало обучающих тренингов по этим темам. И мне, как стреляному воробью, есть что сказать вам. Сказать с позиции человека, который многое попробовал, многое испытал, который много раз был готов к падению и ни разу не упал. С позиции человека, у ко-

торого получилось не только выжить на руинах надежды и мечты, но и превратить их в лестницу, каждый раз ведущую к цели.

Есть ли люди, у которых нет мечты? Я не верю в их существование. Даже у моей восьмидесятилетней бабушки есть нереализованные желания, и она, хоть и боится решиться на долгие путешествия, но до сих пор мечтает помочить ножки в океане и проехать по Крымскому мосту. Скорее, есть люди, которые не умеют сформулировать свою мечту или не верят, что она может исполниться. А кто-то считает, что мечты – это глупо и даже неуместно в современном мире.

Я не стану говорить о том, кто прав, а кто нет, и тем более не буду переубеждать тех, кто не хочет верить. Я хочу говорить только о позитивном, об актуальном для меня и, возможно, многих – как добиться лучшего качества жизни.

Когда в последний раз в вашей жизни происходили перемены? Я сейчас говорю не о текущих изменениях: вы окончили школу, университет, сменили место работы, купили квартиру или машину, слетали в отпуск. Нет! Я говорю о глобальных переменах. Например, о таких, как выйти замуж за первого встречного (безумно, знаю), завести роман на сайте знакомств, влюбиться в иностранца и отправиться с ним на его родину, уйти со стабильной работы, чтобы начать собственное дело или переехать жить в другой город!

А она это делала – создавала перемены снова и снова! Думаете, это прихоть? Очередной бзик легкомысленной

дамочки? А может, наоборот, – тревожащая необходимость?

Хочу посекретничать о наших «хочу», «могу или не могу» и «боюсь». О наших желаниях – явных и даже тайных!

Я хочу рассказать эту историю не для того, чтобы похвастаться. Скорее, это пинок в мир реализации планов и отсутствия страха (что что-то пойдет не по задуманному сценарию). Мой рассказ о том, что мечта может переходить в стадию «план», а оттуда – в стадию «выполнено». Я – неисправимый оптимист! И в этой книге собраны только истории с позитивным концом.

Я не изобрела ничего нового, я просто хочу выплеснуть бурю положительных эмоций, которые испытала сама. Заразить вас позитивом, который дает наша жизнь. Вы когда-нибудь окунались в радугу? Сегодня я вновь это сделала. Сегодня жизнь снова открылась мне в сочных и насыщенных красках. И все тяжелые мысли, вся усталость, весь негатив – все улетучилось, испарилось из моей души. Сегодня я вспомнила, что жизнь очень даже хороша! Она не способ существования, а возможность ярко проживать каждую минуту. Она умеет быть яркой и красочной, в точности как радуга!

В этой истории – мои «хочу», «могу» и «не боюсь». Мой план по реанимации жизни и мои исполненные желания. Мой опыт, который может послужить примером и мотивацией двигаться вперед. Хочу в это верить и помочь вам не испугаться перемен и начать! Чтобы добиться любой, поставленной перед собой цели, я предлагаю вам выполнить

шаги-упражнения, которые пропишу на страницах этой книги, последней главой.

Глава 1. Любой путь начинается с первого шага

Она любила этот небольшой городок У., его улочки, жителей. Любила воспоминания о детстве, проведенном в этих дворах с невысокими домами, которые сейчас уже почернели. А в то время их заселяли молодые семьи с маленькими детьми. Но она давно поняла, что выросла из этого маленького мира.

Ее манили толпы незнакомцев, которые бежали мимо и не заглядывали в глаза. Им было все равно, кто ты и куда идешь. Каждый из них не выходил за границы своего мира.

Такого в городке У. не было. Здесь каждый третий был ей знаком лично, либо через общих друзей. Именно поэтому она чувствовала себя в коробке, из которой с каждым днем хотелось выбраться все больше и больше!

Спасибо родным, которые поддерживали каждую ее идею. Вываться из родительского дома и начать строить собственный быт и взрослую жизнь в большом городе – это круто!

Утро. Кофейня. Солнце и ясное небо. Именно так начинался ее день. Она полюбила этот город Т., в нем было все, о чем она мечтала: люди, спешащие по своим делам, парочки на скамейках в парках, вкусный аромат кофе из ближайшей кофейни и даже запах фастфуда.

Этот день был солнечным. Взяв кофе навынос, она спешила на работу. Эта сфера была для нее новой. Экономист по образованию и опыту превратился в дизайнера интерьера! Она любила так себя называть при знакомстве. А на самом деле она целыми днями рисовала варианты планировки кухни. Приходя со своими площадями в два квадратных метра, клиенты хотели вместить в кухню все-все, порой даже посудомоечную машину. Не поверите, но она это делала и получала от работы колоссальное удовольствие. Только представьте ее жаждущий взгляд в тот момент, когда у нее появлялся новый проект!

Общительная, доброжелательная, она быстро влилась в новый коллектив и завоевала доверие руководства. Клиентов у нее было больше, чем у коллег, и доход, естественно, – выше. Но продлилось это недолго, потихоньку салон стал тухнуть. Развивать себя дальше в этом направлении не представлялось возможным, да и не хотелось. Она знала, что может чуть больше, чем обслуживать клиентов.

Вывод, который был сделан после «кухонного» опыта, что такая деятельность – это мечта для творческого человека, и при определенном стечении обстоятельств она вполне сможет работать в сфере проектирования мебели и с удовольствием будет придумывать что-то необычное для жаждущих изюминки клиентов.

На тот момент она жила с младшей сестрой. Спасибо родителям, которые устроили им достойную жизнь вдали от

себя. Боже, как счастливы были сестры! То время вспоминается с улыбкой на лице. Самым вкусным лакомством для них было творожное печенье и кефир – только эту еду можно было найти в их холодильнике.

Она переехала в город Т. в двадцать пять лет – переломный возраст в хорошем смысле этого слова. Возраст, когда уже пора на что-то решиться! Замуж выйти не осмелилась, а вариант собрать в один день вещи и переехать в другой город – казался более легким и не таким сумасшедшим.

Не каждый тогда ее понял. Кто-то крутил пальцем у виска, кто-то не удивился спонтанному решению. Но в таких вопросах и поддержка-то нужна только от родных людей. Сестра ждала с нетерпением, а родители просто сказали «да». И летом 2006 года – радостная, с полным багажником вещей в родительской машине она перебралась в большой город. Это был ее первый прыжок в неизвестность. Собственно, с него все и началось.

Ее счастью не было предела! Это то время, когда две сестренки собирались вечером и, перебивая друг друга, боясь что-то упустить, говорили и говорили.

Годом ранее младшая поступила в университет и уехала из родительского дома. До этого момента сестры были близки, но, кажется, не настолько, насколько стали, когда прожили год вдали друг от друга.

Это время было как прекрасным, так и тяжелым. Сидеть на родительской шее уже не хотелось, а собственный зара-

боток был невысоким. Но сестры жили, дыша полной молодой грудью, наслаждаясь всеми прелестями большого города! Именно тогда она впервые узнала о салате «Греческий», который до сих пор постоянно появляется на ее столе.

На первое место работы она пришла в сферу образования (это было сразу после университета и до переезда в большой город), туда ее приняли на должность экономиста. Это стало отправной точкой на профессиональном пути. Она с удовольствием вспоминает своего начальника – приятная женщина не только в работе, но и в жизни. Тут же она познакомилась и с первой токсичным коллегой – главным бухгалтером. Из-за его поведения она периодически плакала дома в подушку. Но все забывается, и плохое тоже. Сейчас ей хочется сказать «спасибо» за этот опыт, который стал бесценным.

Еще одна коллега была довольно взрослой женщиной, имела двоих детей и долгое время была замужем. Человек тихий, спокойный и неконфликтный. Она как-то раз сказала: «Держись за одно место, не прыгай. Представь, как здорово, когда через 20 лет ты открываешь свою трудовую книжку, а там только одна организация». Эти слова не впечатлили уже тогда! Она, конечно, выслушала, качнула головой с сомнением и тут же поняла, что этот вариант совсем не для нее! Не сможет она просидеть в одной организации много лет и тем более – на одной должности. Вот тут и пропал страх экспериментировать с видами деятельности!

Пока она жила в городе Т., она пробовала себя в роли дизайнера мебели, дизайнера по металлической ковке и даже поработала в культовом журнале! Последнее ей было явно не по душе – постоянные холодные звонки, встречи с клиентами, и главная цель – продать! Но приятные моменты все же были – пафосная тусовка, фотосессия и последующее появление ее персоны на обложке – прекрасный опыт. Хотя больше он нигде не пригодился. Вывод, который последовал после решения завершить трудовую деятельность в сфере привлекательного и манящего (но только со стороны) глянца – читать журналы ей гораздо интереснее, чем создавать их!

Она всегда хотела строить карьеру, занимать руководящую должность. И примером для нее, как и для большинства детей, были родители. Уже в детстве она любила играть в работу – раскладывала кучу листочков по столу, сортировала их по стопкам, чтобы создать заваленное бумагами рабочее место. Это не было навязчивой идеей, скорее, внутри горел некий маячок, который периодически мигал – напоминал о цели.

Все это я пишу затем, чтобы человек, который совсем не знает ее, понял, насколько она всегда была легка на подъем. Видимо, это заложилось еще с детства. Она меняла и школы, и квартиры в связи с переездами семьи, любила делать перестановку. В этом нет ничего, требующего врачебной помощи, просто она не любила ходить одной дорожкой, ей всегда нравилось совершать выбор, ведь таким образом она делала

более разнообразной свою жизнь и быт.

Вывод, который она сделала после первых экспериментов, – здорово, когда есть возможность выбрать, по какой дорожке шагать. Конечно, есть вероятность совершить ошибку и отдалиться от желаемого. А может быть и наоборот – мы приближаемся к тому, чего очень хотим. И тогда мы становимся еще счастливее, больше верим в свои силы и в то, что делаем, а также учимся слышать внутреннее «я».

Глава 2. Выбор – часть жизни

Каждое утро перед нами стоит выбор: продолжить спать и видеть прекрасные сны или встать и воплощать эти сны в реальность.

Автор неизвестен

Я рада, что в жизни есть выбор – с кем общаться и встречаться, кого любить и ненавидеть, что есть и что пить, в конце концов.

Боже, как я люблю кофе! Раньше я пила его чуть ли не круглые сутки – с него начиналось мое утро, и им заканчивался трудовой день. Это была, скорее, привычка, чем потребность. Однажды я поняла, что то удовольствие, которое я чувствовала ранее от этого напитка, я уже не получаю, но все же нуждаюсь в кофе. Что делать? Пришло время пересмотреть свое отношение к этому напитку. Выбрав красивую кружку, я стала пить его без печенья, тортов, пирожных, конфет и даже без сахара. Просто кофе из симпатичной чашки. Напиток стал волшебным и в десятки раз вкуснее! А если добавить сливки, то насыщенный вкус становится более нежным и кажется еще вкуснее! Благодаря своему увлечению кофе я получила сертификат бариста. В этом опыте самым прекрасным стал сам процесс обучения – мы учились варить кофе разных сортов, разными способами. Мы рисова-

ли молочной пенкой, готовили прохладительные напитки на основе кофе и, самое главное, все это мы потом пили! И пили с огромным удовольствием из красивых чашек, несмотря на то что молочный лепесток получился больше похожим на кляксу, а пенка для капучино не была пышной. Я соглашусь с высказыванием: «Главное правило жизни – делайте то, что делает вас счастливым».

Так что такое выбор? Как он влияет на наш уклад жизни, на нашу судьбу? Кто-то не размышляет об этом, не анализирует, кто-то считает возможность выбора пустяком, а кто-то роскошью. Мы каждый день делаем выбор, и думаю, что нам не помешает научиться делать его в соответствии со своими ценностями, считаться в первую очередь с собой. Да, конечно, не всегда есть такая возможность: нас ежедневно окружают обязанности, но мы способны в каждом моменте найти положительные стороны, разве нет?

Например, сегодня у вас появилась возможность выспаться, и хочется весь день лениться, но с вас никто не снимал житейские обязанности – собрать и отвести одного ребенка в детский сад, другого накормить и проводить в школу, а еще назначена встреча во второй половине дня, которую лучше не переносить. Что в этом положительного?

Начнем с того, что вы не проспите полдня, и ваши сутки станут уже немного длиннее, а значит, будет чуть больше времени на то, что вас действительно радует. Отвели детей по учреждениям – можете выпить кофе, чай и позавтракать

в спокойной обстановке. И не стоит сразу начинать с домашних дел, при этом злясь на мужа за неаккуратно брошенную пижаму. Не забывайте, что все это вы делаете по любви. А перед встречей у вас появится возможность подготовиться и, возможно, даже придумать стратегию, как успешно провести переговоры. Если в результате они пройдут удачно, то это замечательно! Мы сами строим свое счастье и сами его рушим, а иногда при совсем незначительном раздражении становимся совершенно несчастными людьми.

В каждом случае, когда предстоит сделать выбор, следующим шагом для вас должно стать определение своих ценностей, целей и действий. И не забудьте ответить на вопрос: что именно принесет вам счастье?

Как девушке, которая переехала из маленького городка и стала жить совсем другой жизнью, спустя четыре года вновь решиться на возвращение в городок детства и юности? Как снова запихнуть себя в «коробку»? И главное, зачем?

Причины могут быть разными. В 2010 году ее мотивацией стала мечта заработать деньги на покупку собственной квартиры. Так как заработок в большом городе был невелик, она подумала о городке У., где устроиться на более перспективную и высокооплачиваемую работу казалось гораздо реальнее – были связи, на которые она тогда и понадеялась.

Что в этот момент творилось в ее душе! Она весь вечер бродила по городу Т. и взвешивала все за и против. А утром следующего дня, удивив всю семью (родители гостили у до-

черей), встала у двери с чемоданом в руках, готовая к новой жизни в маленьком городке.

Слез было выплакано – не перечесать. Но это ее решение! Оно было сложным, но на тот момент очень важным и необходимым. Конечно, чаще всего мы выбираем спокойствие, удовольствие, комфорт и даже отсутствие боли. Нужно научиться при встрече с болью принимать ее, но не позволять ей отдалить вас от того, к чему вы стремитесь, от того, что вы цените и сильно желаете.

Казалось бы, что может быть лучше, чем начинать жизнь с чистого листа? Это и правда так. И когда тебе двадцать пять лет, смена места жительства приносит больше впечатлений и радости, чем когда тебе почти тридцать, и ты возвращаешься туда, откуда когда-то сбежал. Кошмар наяву – именно так она охарактеризовала свой поступок.

Чтобы двигаться к цели, необходимо точно знать, чего хочешь! Расплывчатые минутные желания вроде «хочу или это, или это, с чем-нибудь точно повезет» не выстреливают. Это похоже на неопределенное «хочу то – не знаю что» или «пойду туда – не знаю куда».

Как формируются наши желания? Из чего состоит наш выбор, какие этапы жизни на него влияют?

С детства мы наблюдаем за окружающими и делаем выводы на примере их жизни. На некоторых мы хотим быть похожими, а на других смотрим и думаем: никогда и ни за что. Родители, бабушки, дедушки, учителя, друзья и даже роди-

тели друзей – все очень влияют на наше восприятие мира. Звучит жутко, но это правда. Потому наши желания и цели могут быть только отголоском пары фраз какой-нибудь тети из соседнего района, которая однажды появилась за столом у общих знакомых. Каждый из нас точно слышал хвалебные возгласы в сторону удачно окончившего университет соседского мальчишки, которому предложили работу в крупной организации. Или оханье женщин при виде молодой пары («Удачно все же Машка вышла замуж! Вот повезло девчонке!») – ее новоиспеченный муж считает, что молодая жена не должна работать, он берет эту ответственность на себя. И много что еще могло отложиться в нашем сознании. Дети впитывают информацию с жадностью и начинают мечтать об удачном (а не счастливом) замужестве, о карьере, легких деньгах и удобном графике (а не интересной работе), о зависти друзей и знакомых из-за новой, крутой, дорогущей иномарки (а не о том, что лучше купить машину не в кредит под высокий процент, который будет душить несколько лет, а за счет собственных средств). Современные дети, например, хотят стать блогерами, а не получить высшее образование, чтобы устроиться на престижную работу.

О чем мечтает ребенок? В дошкольном возрасте все очень просто – это куколки, машинки, солдатики, танчики, конструкторы, пазлы или красивое платье. Со школьного возраста наши мечты становятся дороже. Например, в одиннадцать лет мальчик хочет серию комиксов (около десяти

тысяч рублей), примочки для компьютера или игровую приставку (еще пара десятков тысяч). И понеслось!

Загляните в себя, есть ли что-то нематериальное в ваших желаниях? Мир во всем мире или крепкое здоровье – это, конечно, достойные желания, но осуществимые ли? Думаю, да, внести свой вклад в их осуществление вполне возможно. Мы не можем мечтать только об успехе, иногда стоит помечтать и о простых вещах. Однако это ваш личный выбор.

Когда мы находимся под опекой родителей, сложно бороться за свои идеи и планы, но обсуждать их со взрослыми все же нужно. У нее этого не было. Не потому что родители все решали за нее, а потому что они много работали и мало общались с дочерьми. Когда она поднимала эту тему, мама всегда говорила, что время было другое, воспитанию детей не придавали большого значения. Сейчас все совсем по-другому.

Если вы, читатель, все еще зависите от родителей, и вам уже хочется что-то изменить в своей жизни, попробуйте! Только хорошенько все обдумайте, соберите информацию в интернете, найдите доводы и примеры успеха других людей. А потом рискните убедить родных! Рискните доказать, что вы имеете право на собственный выбор и возможные ошибки. Никто не станет спорить, если вы скажете, что выбор профессии, выбор цели жизни является для вас важнейшим решением. За разговор в лоб не ударят, просто попытайтесь! И пусть из всех ваших рискованных действий самым страш-

ным станет разговор с родителями. Ошибается только тот, кто пытается что-то сделать, ведь правда? Это значит только одно – вы не стоите на месте!

Естественно, были моменты, когда она чувствовала себя сломленной. Тогда она начинала реанимационный мозговой штурм, чтобы спасти себя от депрессии и самобичевания. Когда она испытывала дикую душевную боль, когда ломало по жесткому (происходило тяжелое расставание или все шло не по плану), то ей вспоминались люди с ограниченными возможностями. Иногда им приходится заново учиться ходить, говорить, держать в руках ложку, ручку. Перед ними стоит жестокий выбор – жить полноценной жизнью или превратиться в существо. Решение, как правило, очевидно. Вот пример настоящих борцов! Для них каждый день – это ежеминутная борьба за активную, счастливую жизнь! Вот кому некогда опускать руки и впадать в депрессию. Вот на кого стоит равняться, когда паршиво на душе. Советую познакомиться с таким борцом и поучиться у него отношению к жизни и тому, как стать счастливым. Поверьте, большая часть того, что вам скажет новый приятель, у вас уже есть, вы просто перестали замечать прелести каждого момента, каждого нового утра и каждой новой возможности. А в дальнейшем – выбор за вами.

Если после первой, второй, третьей неудачи вы сдались, опустили руки, то вы побеждены. Вы сами признали себя неудачником, и это ваш личный выбор.

Есть ли в вашем окружении человек, который периодически ведет себя так, как будто все вокруг виноваты? Как будто кто-то специально сделал некое действие, чтобы обидеть его: не пригласил, не позвонил, не спросил, не рассказал и еще много глупых «не». И живет этот человек, лелея свою злобу на всех коллег, друзей, родных и даже на мужчину из соседнего двора, который не догадывается об обиде на него. Зачем? Кому он делает хуже? Мужчине из соседнего двора? Так люди и на судьбу сетуют, причем совершенно бессмысленно. Если вы узнали в этом человеке себя, помните – такая жизненная позиция не приведет вас к успеху. Выбор есть у каждого, и мы его делаем с самых малых лет.

Я выделяю несколько типов людей. Не углубляясь в психологию, опишу их простым языком:

Увлекающиеся люди, с жадностью хватающие информацию, стремящиеся к переменам.

Люди, довольные тем, что имеют. Им всего хватает, они не хотят большего.

Люди, чьи желания и мечты перекрываются страхами и неуверенностью в себе. Они не позволяют себе мечтать, либо мечта для них – что-то нереальное, как волшебная палочка, о приобретении которой остается только фантазировать.

Есть личности, сочетающие в себе первый и третий тип – жадные до знаний и в то же время не решаются на действия. Такие люди предпочитают устраивать перемены только в своем мирке, им страшно осмелиться на что-то глобаль-

ное, так как это риск, например, остаться без денег. Как правило, они и не решаются. Они до скрежета зубов хотят изменить свою жизнь, но страх, неуверенность или просто лень мешают им сдвинуться с мертвой точки. В итоге они становятся завистливыми и озлобленными на весь мир и на тех, кто не побоялся. Дайте себе возможность не стать таким человеком! Как говорится, мечты сбываются тогда, когда становятся целью.

Часто, делая выбор, мы не принимаем во внимание тот факт, что у нас, вообще-то, есть варианты. Когда передо мной встает такая задача, я прибегаю к технике «за и против». Я черчу два столбика на двух листах бумаги. На первом листе я прописываю все плюсы каждого из вариантов, на втором – все минусы. После чего веду подсчет и пытаюсь принять верное решение. Если вы никогда не прибегали к данному методу, попробуйте. Но не спешите, дайте себе время собраться с мыслями и придумать как можно больше вариантов плюсов и минусов. Уделите этому упражнению хотя бы пару дней и помните – преграды не возникают сами собой!

Подытожим сказанное выше. Получается, что наша жизнь представляет собой процесс, где каждый наш выбор задает темп и определяет развитие в будущем. Даже самая, казалось бы, незначительная мелочь может сильно повлиять на судьбу человека. Наш выбор – это орудие, которым мы куем собственную судьбу. И здесь очень важно не предать

свои принципы и желания, однажды выбрав дело, которое не будет радовать вашу душу и греть ваше сердце.

Глава 3. Вернуться туда, откуда начал, не значит сделать шаг назад

Одним из самых страшных кошмаров для нее всегда было возвращение. Вернуться – это как будто подтвердить, что у тебя не вышло, что ты неудачница. Она даже представить не могла, что сможет так влипнуть. Но ей удалось достойно выйти и из этой ситуации!

В 2010 году она вернулась в город своего детства – город У. Ей повезло – ее окружили старые подруги и давно забытые друзья. Но, к сожалению, и матушка депрессия наступила на пятки! Обошлось без препаратов и обращений к докторам – во многом благодаря девчонкам, которые вытаскивали ее из дома каждый вечер и напоминали, что и в маленьком городке можно комфортно и активно жить! За это она им очень благодарна!

Это лето было прекрасным – большая компания, мужское внимание, поездки за город. Смех, встречи и общение. Это то, чего она была лишена в городе Т. В нем было все, кроме разнообразного, интересного общения. Для нее было важно иметь много людей вокруг, и совсем не обязательно близких друзей, статус приятеля тоже подходил. Еще она мечтала о возможности собираться за одним столом всей большой семьей. Но в тот период жизни ее родные были рас-

киданы по всей стране!

Когда ты меняешь место жительства, заводить друзей приходится заново, а с возрастом это делать становится сложнее. И летом 2010 года она ощутила это в полной мере и, естественно, сделала выводы, перестроила свое мышление и нашла положительные стороны в принятом решении!

Когда заходит разговор о друзьях, то вспоминается компания подруг, с которой она провела несколько лет. Их было пятеро. Они проводили вместе много времени: выходные, праздники, а иногда и вечера в будние дни. Они были близки. Спустя некоторое время окружающие уже не могли представить эту компанию отдельно друг от друга. У них была одна на всех бурная молодость! Один на всех обеденный перерыв! Одна на всех дискотека и одни на всех романтические переживания! Они не обижали друг друга, а чтобы разобраться с возникшими разногласиями, устраивали «свечку». Это такое мероприятие при зажженной свече, когда подруги открыто говорили друг с другом, подсвечивая какие-то неуместные высказывания или раздражающее поведение одной из них. Это было для того, чтобы не ругаться, не обижать друг друга и не обижаться. Все, что волновало, говорили прямо в лицо, а не за спиной.

Они были вместе несмотря ни на что долгие годы, пока не разбредлись по своим семейным норкам. Или как в ее случае, пока она не переехала в город Т. Первое время они часто созванивались, даже приезжали друг к другу в гости.

На момент ее возвращения они не виделись уже два года, а переписывались достаточно редко. Но летом 2010 года они вновь встретились. Да, их компания немного изменилась – кто-то ушел, кто-то пришел, но воспоминания и взаимное тепло остались. И у этой дружбы появились новые моменты и новые воспоминания. Помните, дружба является одним из весомых вкладов в вашу жизнь.

– Активный получился у тебя год, – сказала мама с широкой улыбкой на лице. Они долго смеялись над тем, какой шустрой оказалась дочь. Этот год принес ей перемены не только в месте жительства, сфере деятельности, круге общения, но и в личной жизни. В этот вечер на кухне, напротив мамы, сидела ее старшая дочь с младенцем под сердцем. За год девушка, приехавшая в городок У. в депрессии, открыла и закрыла студию мебели, поработала в банке, сменила статус со «свободной» на «замужем» и с отличным настроением шагнула в новое будущее! Год, вопреки всем ожиданиям, оказался очень счастливым! И уже следующий она встречала в удивительном для женщины состоянии, позабыв о планах, ради которых она вернулась в городок У. Забыла? Нет, скорее, отодвинула. Отодвинула на восемь лет.

Как писал Джон Вердон – из тупика всегда есть один выход. Надо просто развернуться и пойти в другую сторону. А народная мудрость гласит – если что-то забыл, нужно вернуться обратно. Видимо, ей нужно было вернуться в городок У. хотя бы с той целью, чтобы вспомнить: как жить активной

жизнью, что значит весело проводить время в кругу друзей. И любовь – куда без нее, она пришла тоже. А теперь ответьте на вопрос: «Возвращение – это неудача? Она оказалась лузером в этой ситуации или все же победителем?»

Я точно могу сказать, что ни вы, ни я, никто не сможет прийти к успеху, ни разу не споткнувшись – таковы правила жизни.

Может ли человек, вернувшийся назад, отнестись к этому, как к движению вперед? Естественно! Он попробовал и понял, что то, что было до, гораздо красочнее и перспективнее, чем то, что было после. Есть истории, когда люди увольняются, чтобы устроиться на более перспективное место (как кажется на тот момент). Проходит время (бывает, три месяца, бывает, год), и человек стучится обратно: старая, знакомая работа теперь выглядит намного привлекательнее. Пока я писала эти строки, вспомнила четыре такие истории людей из моего окружения. Факт на лицо.

Возвращаться – плохая примета, бытует мнение. Но все зависит от отношения человека к ситуации и его мыслей. Это будет плохой приметой только для того, кто в это верит. А я верю в принцип самовнушения – как себя настроишь, так и жить с этим будешь. Люди, которых я вспомнила чуть выше, довольны своим возвращением и бежать больше никуда не собираются.

Рыба всегда ищет где глубже, а человек – где лучше. Это потребительское отношение, но мы так устроены. Пусть

это станет вашей тактикой на пути к созданию счастливой жизни, и совсем не важно: вернулись вы на старое место или покорили новое!

Глава 4. А не поздно ли?

Когда ей было двадцать лет, она считала, что обязательно побывает в Европе. Когда исполнилось сорок – напугала мысль, что не успела посетить Лондон. За границей она была, но это были курортные туры – солнце, пляж, бассейн и остальная подобная атрибутика. Но в жизни хочется попробовать не только пассивный отдых, но еще и познавательный.

В 2008 году она поехала в Китай, на остров Хайнань, – фантастическое место, наполненное экзотическим местным колоритом. Она никогда не забудет сочные манго, кофе с кокосовым молоком, тазик свежеприготовленных морепродуктов на площади вблизи отеля (действительно эмалированный таз с кучей наивкуснейших закусок), запах традиционной еды (не самое приятное воспоминание). А когда китайцы собирались компанией, их было не перекричать, такие уж громкие.

Она поехала туда не только отдохнуть, но и поправить пошатнувшееся здоровье – китайская медицина до сих пор является для нее существенным методом лечения. Тогда местные врачеватели сделали предложение: остаться в их городе, они обещали полностью поставить ее на ноги, но для этого требуется хотя бы полгода. Предложили поработать в местной школе преподавателем русского языка, и по доступной цене снять жилье. Тогда она испугалась остаться в чужой

стране, хотя данное предложение было заманчивым. А ведь сейчас она могла бы воспитывать сына с китайским личиком! Но речь ни о том. Тогда, подумав и посоветовавшись с родителями, она отказалась, посчитав, что у нее еще достаточно времени впереди: надо чуть набраться смелости и обязательно вернуться.

Страшно? Да, она стала испытывать страх. В такие моменты задумываешься о скоротечности жизни. Как быстро ты перемещаешься из возраста «у меня вся жизнь впереди» в возраст «конец уже близок».

Когда она во второй раз вернулась в городок У., то, встречая знакомых людей, с ужасом понимала, как все постарели! А ведь прошло всего каких-то четыре года! Эти мысли еще долго крутились в ее голове – глаза не верили в то, что видели, а мозг категорически не хотел принимать новые черты одновременно знакомых и совершенно чужих лиц.

Мы испытываем много переживаний. Настолько много, что они заполоняют наш разум. Они искажают нашу жизнь и укорачивают ее. В моменты переживаний мы забываем, что жизнь скоротечна, что надо успевать радоваться каждому дню, каждому моменту. Посмотрите на своего ребенка: он просто улыбнулся, и ваше сердце тут же растаяло! Ведь правда же! Я сейчас взглянула в окно, видимо, ночью были заморозки – деревья стоят такие сказочные, белоснежные и поблескивают! Чем не повод улыбнуться? Негативные моменты затмевают все хорошее и делают нас незрячими, даже

со стопроцентным зрением.

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.