

*Ольгана Бикбулатова*

**КАК ЖИТЬ ЯРКО В 50+**

**ЗАПИСКИ**  
*неугомонной*  
**ПЕНСИОНЕРКИ**

#1000ИНСАЙТОВ

1000 инсайтов

Светлана Бикбулатова

**Как жить ярко в 50+. Записки  
неугомонной пенсионерки**

«Автор»

2023

## **Бикбулатова С.**

Как жить ярко в 50+. Записки неугомонной пенсионерки /  
С. Бикбулатова — «Автор», 2023 — (1000 инсайтов)

Приближаетесь к возрастной черте, за которой неизвестность? Тревожитесь, как жить после ухода с работы? Можете быть спокойны - автор этой книги расскажет вам, как обрести новый смысл жизни после 55-ти, найти любимое дело и превратить вторую половину жизни в самый счастливый период. Ученая дама, доцент, ставшая в 60 лет хореографом, спортсменка, актриса, журналист, блогер, режиссер, сценарист, фотограф, художник, путешественник, мама троих детей, жена настоящего полковника и бабушка. Человек, в котором счастливо сочетаются многочисленные таланты и любовь к жизни и людям. Ей можно верить: «возраст счастья» - это не просто мем, а истина!

© Бикбулатова С., 2023

© Автор, 2023

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ	5
Как я пришла к тому, чтобы написать свою книгу	6
ЧАСТЬ 1. Что было ДО – в первой половине жизни	8
ГЛАВА 1. Давайте познакомимся	8
ГЛАВА 2. Дороги, которые мы... Нет, которые выбирают за нас...	12
ГЛАВА 3. Моя работа в науке	15
ГЛАВА 4. В поиске своего пути	23
Поиск своего призвания	24
Конец ознакомительного фрагмента.	26

# **Светлана Бикбулатова**

## **Как жить ярко в 50+. Записки неугомонной пенсионерки**

### **ВВЕДЕНИЕ**

Здравствуйте, дорогие читатели!

С некоторым волнением я открываю для вас страницы своей жизни в первой своей книге.

Я человек, который едва дождался возраста выхода на пенсию, чтобы начать новую для себя жизнь совсем в другом формате. Правда, это совсем не показательный пример! Как раз наоборот, сейчас я понимаю, что так поступать, возможно, не самый лучший вариант. Но коли так сложилось – будем жить на полную катушку именно здесь и сейчас!

Как говорится, жизнь начинается не только после сорока, а и после пятидесяти пяти тоже! Тем более, что есть очень известный международный проект «Возраст счастья», откуда можно почерпнуть огромную массу примеров людей, в корне изменивших свою жизнь в возрасте 60-ти, 70-ти, и даже 80-ти лет.

Буквально несколько слов о себе. Я живу в Уфе, мне 64 года (по ощущениям примерно 40). Поэтому словосочетание «неугомонная пенсионерка», которое использовано в названии, рисующее определенный образ кипящей и ворчащей бабульки, не вполне соответствует внешнему образу. Неугомонная, причем в хорошем смысле – да! Но не бабулька!

## **Как я пришла к тому, чтобы написать свою книгу**

Я бывший научный работник и вузовский преподаватель (доцент). Сама аналитические статьи, правда, почти не писала (за исключением своей кандидатской), но вполне успешно редактировала чужие работы, в том числе, авторефераты и диссертации.

С детства я постоянно вела дневники, вплоть до замужества и рождения третьего ребенка. И очень много писала писем, начиная с друзей по пионерскому лагерю «Орленок» и спортивной команде, родителям и одноклассникам и заканчивая письмами будущему мужу.

В юности увлекалась журналистикой. Сейчас тоже иной раз пишу в городскую газету репортажи по событиям, которые сама организую в нашем городе или в которых участвую. Иногда описываю короткие истории из своей жизни в качестве комментария к какой-нибудь теме в соцсетях. Жаль, что не собирала их сразу в отдельный файл – из них уже могла бы получиться книжка.

Однажды (лет 10-12 назад) мне «нагадали» быть писательницей. Нагадали – это я, конечно, не совсем точно выразилась, т.к. это была вовсе не цыганка, а специалист в сфере бизнес-психологии Оксана З., с которой мы проводили он-лайн конференцию. Она сочинила для меня самоисполняющуюся сказку, где я в красивом платье и шляпке сижу в книжном магазине и подписываю читателям свои книги.

Мне, конечно, такой образ не мог не понравиться, но в то время я к нему еще не была готова, так как совершенно не понимала, о чем смогу написать. Тем не менее, когда мы продали свою старую маленькую квартиру, чтобы переехать в новую, и сами начали создавать свое жилое пространство из чернового варианта, я заказала мужу писательский кабинет на утепленной лоджии, писательский стол со всеми удобствами и специальное кресло.

И вот, кабинет у меня, наконец, появился. Мой стол стоит высоко на подиуме, и, сидя за ним, я обзираю с 16-го этажа нашей квартиры огромное городское и парковое пространство. Любуюсь красками закатного неба, розовыми облаками, слышу щебетание ласточек летом, наблюдаю, как зеленый лес по осени превращается в пестрый, ловлю руками снежинки зимой... Все это, по моей задумке, должно было бы вдохновлять меня писать. Но что-то ничего у меня так и не придумывалось, сколько я на этом кресле ни сидела перед листом белой бумаги или за компьютером. Я никак не могла понять, о чем же мне писать именно как автору книги. Несмотря на то, что написание статьи в газету у меня никогда затруднений не вызывало.

Тогда я начала проходить всякие курсы: «Напиши рассказ», «Кружево волшебных сказок», «Сила слова» и что-то еще, но... почему-то так ничего и не написала. Только потом до меня дошло, что есть художественная литература, куда меня вовсе не тянуло, и прикладная, где автор пишет, ничего не придумывая, опираясь на реальные события и факты – это документальные, мемуарные и научно-популярные тексты. Они объединены понятием нон-фикшн, на что мне раскрыли глаза на курсе Евгении Королевой «Книга за 10 дней». И тогда все пазлы сложились!

Тем более, что теперь, когда я нахожусь в статусе активной и, более того, неугомонной пенсионерки, у которой ник Света Комета на сайте «Одноклассники», точно отражающий стиль моей феерической жизни, мне есть о чем написать! И поделиться своим опытом со сверстниками. Или с теми, кто находится в предпенсионном возрасте и кого само это слово и неизбежная ситуация расставания с работой, возможно, немного пугает.

Как сейчас любят говорить специалисты по личностному развитию, «думаете вы ТАК или иначе, в обоих случаях вы правы». Я задолго до своих 55-ти предпочитала думать, что на пенсии буду жить еще лучше, чем раньше, и так оно и оказалось!

Предлагаю вам мои воспоминания человека, который во второй половине жизни, вступив в «возраст счастья», обрел свое любимое дело. По ходу повествования я буду периодически

углубляться в свое прошлое в виде лирических отступлений, которые раскрывают мою жизнь с самых разных граней.

Некоторые из этих граней – свои любимые дела, хобби и увлечения, а, может быть, и новое дело, приносящее доход, после выхода на пенсию – вы сможете открыть и в себе, если у вас вместе с таким желанием все же есть какие-то сомнения или опасения.

## ЧАСТЬ 1. Что было ДО – в первой половине жизни

### ГЛАВА 1. Давайте познакомимся

Итак, сейчас, в 2023 году, мне, как в давно забытой песне группы Битлз – 64 года. Помните была такая песенка "When I am Sixty Four"?

Но я отношу себя к такой категории людей, которые своего возраста не ощущают со времен полного соответствия фразе «спортсменка, комсомолка, активистка и просто красавица!». Красавицей, я, правда, не была, и меня это как-то не волновало, но все остальное – точь-в-точь.

Я кандидат в мастера спорта, в юности была членом сборной команды Башкирии по плаванию. Активная комсомольская жизнь – это неотъемлемая часть эпохи для большинства выходцев из СССР, о которой я вспоминаю с большой теплотой. Плюс очень распространенное по тем временам музыкальное образование, чаще всего по классу фортепиано.

В нашем классе средней школы треть учеников параллельно обучалась еще и в музыкальных, и я была в их числе.

Я сама попросила родителей купить мне пианино. И хотя это была очень дорогая покупка, отец пошел мне навстречу и пианино у нас появилось. Необычного светло-коричневого цвета с названием Элегия. Как я его любила! Правда, гаммы и этюды играть мне не особо нравилось, зато красивые пьесы меня завораживали, я наслаждалась гармоничными звуками. До сих пор люблю классику – Чайковского, Шопена, Штрауса... Но делать музыку своей профессией я не планировала. Для этого нужен талант, которого у меня, увы, не было.

К тому же когда пришло время выбирать между спортивной и музыкальной школой, родители попросили музыкальное образование пройти до конца. И получить свидетельство об окончании – в жизни может пригодиться!

Не с тех ли времен мне занесли убеждение, что иметь бумагу о том, что ты квалифицированный специалист, никогда не помешает?

К слову сказать, кое-кто из мальчишек нашего класса играют на фортепиано или синтезаторах до сих пор и выступают на концертах в составе ансамблей. Для них игра на инструменте настолько органична, они играют, как дышат, что я им в этом немного завидую.

Вобщем, этот комсомольско-спортивно-музыкальный задор сопровождает меня по жизни до сих пор. А таких людей, которые сохраняют молодость души и тела, сейчас довольно много – людей «возраста счастья», по определению журналиста Владимира Яковлева. И я рада, что это именно так.

#### Моя семья

**Моей маме** Зухре Хазиевне Султановой, которую я очень люблю, в 2023 году исполнилось 86 лет. Мы живем поблизости, она вполне бодра и самостоятельна для своего почтенного возраста. Дома у нее всегда полный порядок, уют и чистота. Пока позволяли силы и здоровье, она была неизменной помощницей в воспитании троих моих детей. Как выходец из деревни, мама очень любит работу на земле. Долгое время обихаживала свой сад вместе с мужем, моим отцом, собирала большой урожай. И мы всю зиму открывали ее банки с солеными помидорами-огурцами, пили яблочный сок, сделанный ее руками, ели сливовое и вишневое варенье, смородиновое желе, пастилу и другие садовые вкусняшки. А сейчас она с большой охотой ездит уже в наш семейный сад и трудится среди грядок и других насаждений весь день, просто не покладая рук.



Мы часто приезжаем к ней в гости, а она неизменно накрывает полный стол угощений – салатов, супа-лапши, своих фирменных беляшей и пирогов.

В день 9 мая она достает из шкафа костюмы наших деда и прадеда с наградами, неизменно участвует в шествии Бессмертного полка. Перевела с башкирского языка на русский воспоминания нашего деда – отца моего папы, участника гражданской и Великой отечественной войны. Часть его воспоминаний, посвященных войне 1941-1945 годов, мы опубликовали, благодаря ей, в электронной «Книге памяти», которую создали в ветеранской организации микрорайона, где мы живем.

Внуки и правнуки называют свою любимую бабушку по-татарски – неней. Дома у нее не умолкает телефон – это звонят соседи, подружки по работе на моторостроительном заводе и многочисленные деревенские и городские родственники. Они ее очень любят и уважают, как любили и моего папу, когда он был жив; передают разные гостинцы. Правда, людей и звонков с каждым годом становится все меньше.

Дай ей, Бог, здоровья и возможности подольше быть рядом с нами.

Есть у меня **младший брат** Рамиль, бывший военный, у которого своя семья и внуки.

Брат закончил Киевское военное училище, куда уехал, несмотря на несогласие отца. Хотя поступил не сразу, но, тем не менее, не предал свою мечту стать военным. Он нашел в этом прекрасном городе свою вторую половину – украинскую девушку Оксану. По окончании сам принял решение ехать на службу на Дальний Восток, в гарнизон противовоздушной обороны.

Ну что ж, куда деваться родственникам! И уфимская, и киевская бабушки, стали год за годом ездить в дальний край нянчиться с появляющимися одна за другой внучками. Да и киевский дедушка приезжал помогать. Тогда, знаете ли, пенсии и цены были такие, что запросто можно было купить билет на самолет в другой конец страны и обратно.

Когда Маша и Гюзель чуть подросли, их привозили на все лето к неней и кортатаю (дедушке) в Уфу – ведь здесь их ждала компания двоюродных братиков, с которыми они вместе весело и с пользой проводили время. Ездили и к бабушке-дедушке в Киев. Наши сватья были очень дружны между собой; бабушки часто разговаривали по телефону, а потом и по скайпу.

К сожалению, когда развалился СССР, армия тоже стала приходить в упадок. Это были очень сложные времена для всех, и мои родители предложили сыну вернуться домой насовсем.

Сейчас, когда мир изменился еще больше, семья Рамиля продолжает поддерживать связь с теми, кто живет на Украине, но это уже, увы, совсем другие отношения.

XXX

**Я замужем** за «настоящим полковником» в прямом и переносном смысле. Со своим мужем, по имени тоже Рамилем я познакомилась почти 40 лет назад. Тогда он, закончив технический вуз, служил старшим лейтенантом в экспертно-криминалистическом управлении МВД, а я только начинала работу в Академии наук.

Познакомились мы нестандартно для того времени – через объявление в газете. Никаких сайтов знакомств тогда еще в помине не было, как и интернета, и даже персональных компьютеров. Возможно, когда-нибудь я напишу об этом отдельную книгу. Хотя это надо было сделать давно, но я старательно этот факт долгое время ото всех скрывала.

Расскажу только об одном эпизоде, связанном со знакомством наших родителей после подачи заявления в ЗАГС.

Эта встреча была назначена в квартире моих родителей. На тот момент у нас гостила моя деревенская бабушка – мамина мама. Звали ее Масхуда, а мы, внуки, называли ее бабушкой по-татарски Зур энкей (старшая мама).

Она первая поспешила на звонок. Когда открылась дверь, мы с Рамилем вдруг услышали не стандартное вежливое приветствие при встрече незнакомых пока людей, типа «здрав-

стуйте, рады видеть, проходите», а какие-то радостные восклицания, бурные эмоции и непонятную нам суматоху в прихожей. И тут я, наконец, вижу, что моя бабушка совершенно по-родственному обнимается, только не с моей будущей свекровью, а с другой женщиной.

Как оказалось, мама моего жениха взяла на эту ответственную встречу еще и свою родную сестру, его тетюшку Салиму. А скорей всего, она сама высказала желание познакомиться с родителями невесты любимого племянника.

В итоге выяснилось, что наша семья в моем детстве и семья тети Салимы жили когда-то в одном доме и даже в одном подъезде на соседних этажах! Жили дружно, это были времена, когда соседи друг друга хорошо знали. Мало того, тетя Салима, по профессии врач, даже делала мне уколы во время болезней.

Вот это да! Начались воспоминания, все расслабилось, встреча будущих родственников получилась очень непосредственная. Тетя Салима заверила свою сестру Розу и ее мужа Ильгиза, что Рамиль попал, куда надо, можно не беспокоиться! К тому же выяснилось, что сын Салимы Саша и мой младший брат когда-то учились в одном классе. Ну, кругом почти родня!

Позднее мы не раз будем в гостях у любимой тети Рамиля, и дома, и на даче, уже с нашими малышами.

Все это я так подробно описываю потому, что именно тетя Салима косвенным образом сыграла позднее немаловажную роль в нашей жизни.

### XXX

Несмотря на то, что мы с мужем по гороскопу оба относимся к категории Львов – мы абсолютно разные люди. Я быстрая, шустрая и нетерпеливая, мне все время нужно куда-то нестись и что-то затевать, я не могу находиться без общения с людьми. А он спокойный и неторопливый, интеллигентный и дотошный. Ему вполне комфортно с самим собой. А если уж что-то делает, то очень основательно, аккуратно и прочно, причем в любой области, что называется, мастер на все руки. Большой эксперт и любитель техники (от компьютера до хлебопечки) – техника его слушается, стоит ему только появиться на пороге. Аккуратный водитель на дороге и множество других достоинств. Но когда думаешь иной раз, за что ты любишь этого человека, то, конечно, не за эти самые достоинства, а просто за то, что он есть рядом – заботливый, надежный и любящий.

Недостатков, как и у меня, конечно, тоже хватает. За годы нашего супружества происходило много разных событий, которые могли бы развести нас в разные стороны. Но как разные знаки притягиваются друг к другу, так и мы, живя, в некоторые периоды жизни, как на вулкане, оказались неразделимыми.

И еще – ни в нем, ни в себе я не находила приписываемых представителям этого знака Зодиака гордости и самолюбия, стремления к власти, богатству и роскоши. Жили мы, как и наши родители, достаточно скромно. И то, что Львы – это колоритные, яркие и амбициозные люди, я ощутила на себе только после 50-ти лет. Если раньше эти черты и проявлялись, то не так заметно, как сейчас.

У нас **трое взрослых сыновей** – старший Марсель (*имя изменено*), средний Искандер (они погодки) и младший Булат.

Честно сказать, детство у них прошло не только в играх, но и в труде. Времена в 90-х годах были беспокойные и даже голодные. Колхозные поля, куда раньше ездили школьники, студенты и все работающие люди собирать большие урожаи овощей, теперь раздавались надеждами всем желающим. Людям приходилось начинать самим выращивать себе еду на своих шести сотках – картошку, морковку, капусту и строить дачные домики. И мы были в их числе. Можно сказать, что мои дети с грудного возраста выросли на грядках и на стройке.

К тому же все три сына начали работать еще в школьном возрасте. По выходным помогали своему дяде в продаже компакт-дисков и сдаче в аренду фильмов на DVD. Своеобразный это был период. Старший очень вовлекся и начал хорошо разбираться и в процессе, и в самом товаре. Младшие были больше на подхвате, но все равно надо было несколько часов быть в деле. Так что собственным трудом заработанные деньги водились у них еще с этих времен.

**Марсель** закончил технический вуз, сейчас у него свое дело в сфере интернет-бизнеса. Будучи студентом, ездил по программе Work and Travel работать и путешествовать в Америке. Быстро обрел самостоятельность; он такой же основательный и с детства трудолюбивый, как его отец. До сих пор активно помогает нам, своим родителям, в обустройстве садового участка, где все трое сыновей с дошкольного возраста дружно трудились на строительстве дачного дома, посадке овощей и сборе ягод и яблок.

**Искандер** – дизайнер и художник, и я бы даже сказала – фантазер; он иллюстрирует компьютерные игры и образовательные проекты. Он помогает мне графически оформлять мои общественные затеи. Его жена Аня, как и Искандер, закончила художественно-графический факультет, где они и познакомились. Они любят путешествовать по стране, бывали за границей. У них подрастает сынок Леша, в 2023 году ему исполнилось 4 года. Он вылитый папа в детстве, тоже явно будущий художник.

**Булат** работает в сфере программирования. Он пока живет с нами, хотя по возрасту ему пора бы уже жить отдельно. В детстве те, кто хорошо его знал из моих знакомых по семейному клубу, относили его к категории детей Индиго. Они обладают многими интересными качествами, но самая у него проявленная – интровертность. Сейчас, когда после пандемии многие продолжают работать удаленно – его очень устраивает жить в мире одной своей комнаты. Зато рядом со мной всегда есть технический помощник.

И я своим детям очень благодарна за то, что они у меня есть!

**Несколько слов об отце**, которого уже давно нет с нами, но его присутствие я все больше и больше стала ощущать в своей второй половине жизни.

У него было весьма нестандартное имя – Магнит. Магнит Газизович Султанов. Он родился в те времена, когда модным стало называть детей новоявленными именами.

Вилен – сокращенный вариант имени нашего вождя – Владимир Ильич Ленин. Октябрина, Искра, Люция (революция). Дамир (Даеть мировую революцию), Мэлс (Маркс-Энгельс-Ленин-Сталин), Нинель (обратное от Ленин). Рубин, Гранит, Радий и прочие.

Так что мой отец стал одним из представителей того времени необычных имен.

Честно сказать, я довольно долго стеснялась своего отчества. И только уже будучи совсем взрослой, когда мне стали делать комплименты типа того, «так вот почему нас к вам как магнитом тянет!», я переменила к своему отчеству скептическое отношение.

Более подробно я расскажу о нем в другой главе.

## **ГЛАВА 2. Дороги, которые мы... Нет, которые выбирают за нас...**

### **Кем я стала и кем могла бы стать, если бы...**

Я закончила в 1981 году Уфимский нефтяной институт по специальности инженер-микробиолог. Хотя по своему складу я гуманитарий, обладала врожденной грамотностью и очень хорошо писала школьные сочинения, но так сложилось по судьбе или, скорее, по желанию родителей, что я пошла учиться в технический вуз.

Будучи неплохой спортсменкой и, как ни странно, послушной дочерью, я оказывается, фактически не имела на тот момент настоящего характера, чтобы отстаивать свои желания. А может быть, их у меня на тот момент еще и не было.

Большая часть моих друзей по спортивной команде после школы поступала в физкультурные вузы. И мне, по мнению тренера, тоже была уготована прямая дорожка именно туда. А конкретно – в очень известный Ленинградский институт физкультуры имени П. Лесгафта. Причем, как отличнице в учебе – почти без экзаменов. Но мой отец, услышав о том, что дочка собирается куда-то уезжать, категорично заявил, что физкультурный вуз – ну, неееет, это несерьезно. Кем я буду? Учителем физкультуры?.. Просто смешно...

В результате я выбирала место учебы по принципу исключения тех профессий, на которые можно было выучиться в нашем городе – учителем или медиком быть не хочу, инженером или швеей не интересно, про актерскую профессию мне даже в голову не приходило подумать.

### **Лирическое отступление первое. Мои непрожитые жизни, первые в списке...**

По ходу моего повествования я буду собирать копилку потенциально возможных профессий, которые я могла бы освоить, если бы вовремя об этом задумалась. Этот список стал у меня появляться тогда, когда уже прошли первые 50 лет, и я начала анализировать многие события в своей жизни в ходе различных тренингов и курсов по саморазвитию. Это очень помогло мне многое осознать.

В одном из тренингов было задание составить список того, кем я могла бы стать, имея к этому определенные склонности и даже таланты. Практически описать (придумать, домыслить) иную свою жизнь, которая могла бы состояться, если бы я пошла другой дорогой.

И вот вам самая первая история из моих непрожитых жизней – я не стала профессиональным спортивным тренером.

Хотя, надо сказать, что опыт обучения плаванию у меня все-таки появился. Когда у меня появились свои дети, я учила их держаться на воде в ванной еще в грудном возрасте по методике «плавать раньше, чем ходить». А чуть позже, находясь в декретном отпуске, подрабатывала по воскресениям в детском бассейне, заодно и своих мальчишек обучая этому необходимому жизненному навыку. Физкультурное образование там не требовалось, но нужно было пройти небольшой курс инструктора, что я и сделала.

А уже в пенсионном возрасте я стала учить плавать своих подруг и знакомых, у которых был страх воды, прямо на пляже. А потом и в бассейне. Мне на глаза попался он-лайн курс «Научись плавать легко», я его решила изучить, чтобы получить новый взгляд на систему обучения.

И вообще на пляже у меня всегда возникает зуд помочь некоторым родителям, которые силком затаскивают своих детишек в воду, а те верещат на всю округу от страха. Даже стала задумываться над тем, чтобы открыть пляжную школу плавания для детей и взрослых. Но пока эта идея так и остается нереализованной.

А подружки мои, с кем мы успели немного позаниматься в бассейне, явно меньше стали бояться, легко погружались на глубину уже на первом занятии, свободно лежали на поверхности, правильно дышали и могли достаточно далеко продвинуться вдоль дорожки.

XXX

Итак, возвращаясь к выбору места своей учебы – я пошла, что называется, по линии наименьшего сопротивления: в тот вуз, который был поближе к дому, куда мне легко было сдать экзамены, а кроме того, отец мой работал именно там – доцентом кафедры экономической теории.

Ничего удивительного, не так ли?

Конечно, Уфимский нефтяной институт считался одним из самых лучших в нашем городе. И на этой дороге было много интересного, но...

Пропустим эти пять лет, несмотря на то что именно студенческие годы я считаю лучшими в первой половине своей жизни. Отмечу только, что самые интересные воспоминания об этом периоде связаны с моим участием в работе Студенческих строительных отрядов (ССО) в летние каникулы. Далее, по ходу своего повествования я еще вернусь к этому времени.

XXX

По окончании вуза я, как микробиолог, должна была работать на заводе инженером-технологом по производству белково-витаминных концентратов. Многие мои сокурсники так и работали, разъехавшись по всей стране, на те биокombинаты, куда их распределили. Мне же это было совершенно неинтересно.

Еще во время учебы в вузе я прошла обучение на факультете общественных профессий и получила удостоверение журналиста. Активно писала статьи в институтскую газету, брала интервью у людей разного ранга и стала внештатным корреспондентом городской газеты «Вечерняя Уфа». Все это мне нравилось, получалось у меня как бы само собой, и я всерьез подумывала о том, чтобы заняться в будущем именно журналистской работой.

Но тут опять вмешался отец.

– Кем ты будешь без специального образования? Другие будут продвигаться, а ты так и будешь сидеть в отделе писем (куда меня вполне могли взять без этого образования).

Удивительно, что такие слова говорил мне отец, который не мог не видеть, что именно в журналистике у меня все получается легко и просто. И даже в отделе писем, где я проходила групповую стажировку в Школе репортера, еще будучи студенткой, под руководством очень опытного наставника – Лилии Перцевой, мы все получили очень хороший опыт.

В результате, я, конечно, продолжала еще довольно долго писать в газету и получать гонорары за свои маленькие заметки или большие статьи.

Вот и еще один не проложенный до конца путь – я не стала журналистом с приставкой «профи».

Составляя список своих иных жизней, и сопоставив навыки в двух вышеназванных профессиях, я вдруг поняла, что, поступив в институт физкультуры, я бы все равно проявила свой талант писать. И могла бы стать, например, спортивной журналисткой! А может быть даже и спортивным комментатором. У меня бы тогда была возможность вместе со спортсменами объехать весь наш Союз, а то и многие страны мира!

Вот что я себе нафантазировала задним числом. Почему бы и нет?!

Знаете, как я разозлилась в тот момент на своего отца, который своими благими намерениями, оберегая свое дитя от возможных неурядиц, предлагая идти более простым, на его взгляд, путем, на самом деле дважды перекрыл мне мою дорогу. Мне, конечно, пришлось тогда очень тщательно проработать все эти эмоции, но боюсь, что заноза ото всего этого еще не вынута до конца.

Конечно, сейчас есть и другие сферы приложения умения хорошо писать. Например, такие специальности, как копирайтер или рерайтер, а также блогер. Но и тут мне отсоветовали этим заниматься – теперь уже мой сын, который имеет свое дело в он-лайн продвижении бизнес-компаний. Дескать, копирайтеру много денег не заработать, конкуренция высокая, люди готовы работать за копейки.

Эх, поменьше бы мне слушать разных советов!

### **ГЛАВА 3. Моя работа в науке**

Так или иначе, но через некоторое время после окончания института я попала в академическую среду. Звучит красиво, не правда ли? Академия наук СССР, Башкирский филиал. Очень престижно на тот момент. С улицы не попасть.

Помогли комсомольские связи – после вуза я два года работала в районном комитете комсомола заведующей сектором учета. Даже собиралась (правда, не особо активно) переходить в областной комитет, но что-то пошло не так. А спустя время, таких структур как ВЛКСМ и КПСС и вовсе не стало. И совершенно напрасно, на мой взгляд.

Я проработала на одном месте больше 30 лет – это стены Института биохимии и генетики Уфимского научного центра Российской Академии наук. В нашем центре было более десятка институтов, где занимались физикой, химией, геологией, биологией, историческими, экономическими исследованиями и другими.

В нашем институте велись экспериментальные работы в области молекулярной биологии, биохимии и генетики микроорганизмов, растений, насекомых, и человека.

Я, будучи микробиологом, прошла переподготовку в Московском государственном университете, в Пушинском биологическом центре и получила диплом молекулярного генетика. Защитила кандидатскую диссертацию, стала преподавать в вузе, получила диплом доцента. Преподавание мне нравилось, и студенты тоже давали мне хорошие отзывы.

Позднее я стала заниматься научно-организационной деятельностью: заведовала аспирантурой, трудилась ученым секретарем диссертационного совета, редактировала научный онлайн журнал «Биомика».

Но все время в мозгу свербила мысль, что я занимаюсь не совсем своим делом. Научно-экспериментальная работа не приносила мне ни морального, ни, тем более, материального удовлетворения, поскольку зарплаты ученых, особенно в годы после перестройки, были довольно низкими. Хотя, не скрою, возиться в лаборатории с микроорганизмами, колбочками, чашками Петри, наблюдать за их ростом, а также проводить анализ ДНК при помощи электрофореза в первое время было довольно увлекательно. Мы проводили манипуляции на уровне генов, используя методы генетической инженерии, и это был настоящий пик биологической науки!

Уйти из института я, наверное, могла бы лет в 30, после рождения второго сына, если бы была более решительная. И для этого были все основания.

#### **Лирическое отступление второе. Семейный клуб**

Очень большую роль в моей жизни сыграла еще одна встреча.

Через год после того, как я вышла замуж, мне позвонила любимая тетюшка моего мужа Салима с просьбой помочь провести свадьбу ее сыну Саше. Честно сказать, я очень удивилась такому предложению, хотя на самом деле, я таких свадеб своим подружкам провела немало. Понятия свадебный тамада в наше время еще не существовало, как и коммерции в принципе. Точнее, она только-только начинала зарождаться. Главными организаторами на свадьбе, за редким исключением, были свидетели и друзья-подружки жениха и невесты – они и обеспечивали культурную программу торжества.

Дорогие читатели, вы видите еще одну упущенную возможность создать свое дело? Да, я не стала свадебным организатором и владельцем такого агентства.

На самом деле, предварительная договоренность у тети Салимы была с другой женщиной, но вдруг выяснилось, что день этой свадьбы по срокам совпадал с рождением ее сына.

Тетя Салима упростила меня встретиться с Ниной Филипповой, чтобы она передала мне что-то вроде сценария.

Мы встретились; свадьбу я провела; все прошло хорошо.

А с Ниной мы снова увиделись спустя года три – оказалось, что мы живем на одной улице, совсем недалеко друг от друга. Я гуляла со своими малышами Фархатом и Искандером, а Нина – с Ромой и Ваней примерно того же возраста.

Мы разговорились – женщинам же всегда есть что обсудить, когда у них дети-одногодки. И Нина рассказала, что в ее окружении есть много таких мамочек с детишками одного возраста. Причем у каждой из этих мам и даже у пап есть чему научить не только своих детей. Фактически был организован семейный клуб, где родители учат малышей всему, что умеют сами.

Так мы попали в клуб раннего развития детей, где использовались методы многих новаторов в воспитании. Одна из них – большая семья Бориса и Елены Никитиных, где деток закаливали с раннего возраста, активно занимались с ними физкультурой и умственным развитием.

Родители стали интересоваться движением педагогов-новаторов, авторов новой системы альтернативного образования (в противовес старой авторитарной системе), среди которых наиболее были известны имена Ш. Амонашвили, С. Соловейчика, В. Шаталова, Е. Ильина и других.

Нина ввела меня в круг своих единомышленников, и я тоже стала активной поклонницей этих методов воспитания. Не только плавать раньше, чем ходить, но и буквам можно научить чуть ли не в грудном возрасте. Мы изучили игровой метод обучения чтению по кубикам Николая Зайцева. Он подходит для малышей, даже имеющих задержки в развитии.

Я съездила в Ленинград на семинар по альтернативной педагогике для педагогов и родителей. Узнала много интересного по теме воспитания детей и саморазвития. Впервые услышала о методе нейролингвистического программирования (НЛП).

Вскоре я перевела своих детей в детский сад, директор которого входила в круг приверженцев альтернативного воспитания. В нашем семейном клубе занятия, точнее, веселые уроки, тоже продолжались – кто-то из пап показывал движения у-шу (совсем мало распространенного еще в нашей стране), мы занимались английским, театральными постановками, много гуляли и знакомились с миром вокруг. Все это было на добровольной основе, денег здесь никто никому не платил, все было взаимовыгодно.

Вот что тут говорить – мне прямая дорога лежала в сторону организации детского клуба уже на платной основе. Да даже просто студию обучения малышей чтению по кубикам Зайцева можно было для начала открыть. Ведь в то время ничего подобного еще не было.

Это спустя лет восемь-десять студии раннего развития стали появляться, как грибы после дождя. Но опять мне не хватило смелости и решительности стать бизнес-вумен.

К слову сказать, когда наши дети стали уже школьниками, мы продолжили работу в семейном клубе, и Нина предложила мне возглавить Родительскую Ассоциацию при уже существующей Педагогической лиге. Нужно было только зарегистрировать юридически это сообщество. И этим вопросом – составлением документации, хождением по инстанциям (интернета пока еще не было) я занялась с большим рвением. Но... нам почему-то в регистрации отказали!

У меня опустились руки, я не люблю преодолевать слишком сложные препятствия.

## **Профсоюзная богиня**



Итак, я могла бы уйти, но не ушла. Времена в 90-е годы были беспокойные, предприятия рушились одно за другим, люди оставались без работы. Классные заводские специалисты, инженеры, преподаватели превратились в челноков, выезжающих в Польшу, Турцию, Эмираты и другие страны для поставок ширпотреба.

А в Академии наук, несмотря на то, что ее тоже временами трясло, было как-то поспокойнее.

И еще мне «помешала» уйти общественная работа: по возвращении из третьего декретного отпуска мне предложили вести возглавить профсоюзный комитет – и я согласилась! Отказавшись даже думать о написании докторской диссертации. Для меня звание доктора наук всегда казалось очень высокой планкой в своем деле.

И повторюсь, самостоятельно я не написала ни одну научную статью, но зато с удовольствием редактировала по просьбе некоторых коллег их статьи, а также научные работы диссертантов, иной раз задерживаясь на работе допоздна. Настолько меня увлекал этот процесс, что я даже времени не замечала.

Тут я опять «спотыкаюсь» о нереализованные в полной мере свои способности, в данном случае – желании и умении редактировать чужие тексты. Ничто не мешало бы мне монетизировать этот талант, если бы на тот момент я обладала хотя бы капелькой бизнесового мышления. Но увы... с сожалением приходится констатировать очередной факт недомыслия. Зарабатывать себе на жизнь техническим редактором я не сподобилась, хотя могла бы! И даже после выхода на пенсию!

А вот на месте председателя профсоюзной организации института я, можно сказать, села на своего конька! Мозги у меня стали активно шевелиться, чего никогда не было, когда я проводила исследования в лаборатории или пыталась осмыслить полученные результаты.

Итак, на профсоюзной работе у меня, наконец, появилась сфера приложения моих организаторских способностей. Однако науку с момента развала СССР постоянно лихорадило – то урезание бюджета, то внутривидовые преобразования и слияния разных институтов, то засилье бумагомарания, навязанное чинушами.

Ученые, народ в основном спокойный и интеллигентный, если и не бастовали как рабочие, то, по крайней мере, пытались защитить интересы научного сообщества на митингах и в письмах протеста к руководству страны. Какие-то подвижки в пользу науки иной раз все же совершались, но все постепенно шло к тому, что академические исследования настойчиво переводились на рельсы получения конкретных результатов с практическим выходом. Хотя для этого существовали отраслевые институты. В этот момент из научного центра ушли многие сотрудники, перейдя на работу в вузы или другие места, где было больше перспектив. А я – нет.

Несмотря на все это, профсоюзная работа каким-то образом продолжалась. Точнее, именно благодаря активному протестному профсоюзному движению, наука в стране была сохранена.

Именно на посту председателя профсоюзной организации я нашла для себя точку опоры. Это была общественная работа и от научных исследований меня никто не освобождал, но все равно мне стало намного интереснее. Моя душа, что называется, развернулась! Своим коллегам-ученым я создавала довольно кипучую, на мой взгляд, жизнь вне стен лабораторий – организацией праздников, (в том числе для наших детей), спартакиад, конкурсов, юбилеев и прочих запоминающихся событий. Сама писала сценарии и вела свои мероприятия.

Вела фотолетопись научной и вне научной жизни, собирала истории наших ветеранов и даже написала целую книгу их воспоминаний. Ее напечатали небольшим тиражом как специальный выпуск журнала «Биомика» к 50-летию института. К тому же я оформила своими и архивными фото несколько стендов, которые висят в институтском фойе до сих пор.

И была у меня потаенная мечта, которую я почему-то никогда и ни с кем не обсуждала. По ночам мне снился настоящий бал – дамы в прекрасных платьях и кавалеры во фраках. Я буквально им грезила, в моих ушах постоянно звучала прекрасная музыка Штрауса – вальсы, польки, марши... Но почему-то я ничего не сделала для воплощения этой мечты. Были какие-то другие интересные и красивые проекты, но эта мечта так и осталась на тот момент нереализованной. Я даже не представляла, как к ней подступиться.

**Спойлер.** Спустя с десятков лет мечта о бале все-таки осуществиться, но это будет уже не мой проект!

Опять приходится с сожалением констатировать – если бы у меня была хоть толика бизнесового мышления, я могла бы все это сделать делом своей жизни. Создание собственного агентства праздников – первое, что напрашивалось на ум. Но напрашивалось не тогда, когда это реально могло осуществиться, а уже спустя много лет, когда людям (и мне) стали открываться новые знания, появились специалисты помогающих профессий, а психологические консультации постепенно стали нормой жизни для многих ищущих себя людей.

Вот и четвертая непрожитая жизнь потенциальной владелицы своего праздничного агентства, да еще и не одного: свадебного, детского, игрового... Когда все это до меня дошло, мне было уже далеко за 50, вокруг было уже очень много подобных агентств, а энергии начинать конкурировать с ними, да и самого желания у меня уже не было.

К тому же мне совсем не хотелось покидать наше высокоинтеллектуальное и интеллигентное сообщество ученых и нашу чисто мужскую лабораторию молекулярной биологии, где я долгое время была единственной женщиной и где мне было до поры до времени достаточно комфортно. Не хотелось расставаться с заведующим лабораторией доктором наук, профессором Алексеем Чемерисом, и моими ставшими родными коллег по лаборатории Фуатом Гималовым, Юрием Никаноровыми и другими сотрудниками, с кем мы начинали много лет назад вместе работать.

Не хотелось менять все это непонятно на что. Особенно, когда у тебя уже есть не просто рабочий стол в лаборатории, а отдельный кабинет ученого секретаря диссертационного совета.

Работать с людьми и бумагами я умела. Поэтому спустя время мне предложили также заведовать еще и институтской аспирантурой.

### **Лирическое отступление третье, квартирный вопрос**

Был еще один момент, который тормозил процесс моего ухода из Академии.

Наверное, многие помнят времена, когда в организациях выделялись бесплатные квартиры для сотрудников. Последний раз такое событие в Уфимском научном центре произошло еще в 80-х годах прошлого столетия. И вот наконец, после длительного перерыва Российская академия наук начала в 2002 году процесс строительства нового дома для уфимских ученых. На каждое подразделение Центра выделялось, в зависимости от численности, от двух до пяти квартир. В списках очередников, которые все эти годы после развала СССР безнадежно, но продолжались вестись, началось движение. Народ быстренько стал собирать справки, находить причины попасть в льготную очередь или хотя бы просто не оказаться в самом низу. Я, как многодетная мать, как раз и состояла в такой льготной очереди, так как жили мы тогда семьей в пять человек в маленькой панельной квартирке.

Желание оказаться впереди других приводило к конфликтам и ссорам между коллегами. Как известно, квартирный вопрос испортил не только москвичей. Однако пыл очередников охладил известие о том, что квартиры будут не совсем бесплатными. За них придется какую-

то часть суммы доплатить. Какую же? Радость предвкушения получить новое жилье стала испаряться, а распри – затухать. Далеко не все из сотрудников имели для такой выплаты достаточные финансовые возможности.

Когда же спустя год после начала строительства выяснилось, что выделенных Российской Академией наук денег хватило только на разработку проекта и рытье котлована, стало понятно, что придется не просто доплачивать какую-то сумму, а вложиться чуть ли не полной стоимостью (за вычетом этих двух позиций – проект и котлован). Тут уже почти все окончательно приуныли. Особенно, когда строительная организация вдруг запросила от претендентов на жилье оплатить сразу всю сумму за квартиры, как будто дом был уже построен и сдан! Понятия ипотеки в те годы еще не существовало, банковские кредиты выдавались под высокие проценты, а дефолт 1998 года подкосил многих людей, и никто не давал займы больших сумм.

Где быстро взять миллион, если твоя зарплата составляет всего 8-10 тысяч рублей?

Одна моя знакомая дала такой совет – составь список из ста своих знакомых и попроси у всех понемногу, сколько не жалко дать на время. Я так и сделала, хотя это был, конечно, не единственный источник.

От сложившейся ситуации выиграли те, кто был при деньгах – академики, профессора, директора институтов. Они без особого труда выкупили ставшие ничьими квартиры, от которых были вынуждены отказаться действительно нуждающиеся в жилье ученые, много лет ожидавшие этого события. А спустя несколько лет, когда цены на недвижимость взлетели, соответственно ими распорядились.

Я понятия не имела, где мы возьмем деньги, но от своей очереди на трехкомнатную квартиру почти в 100 квадратных метров отказываться не стала.

Не буду описывать всех перипетий поиска денег, дальнейшего строительства и процедуры получения свидетельства о праве на жилье. Это было очень драматично и стоило больших нервов всем, кто в этом участвовал. Но, наконец, в 2006 году наша семья получила ключи от прекрасной (хотя и совершенно черновой) квартиры с видом на лесной массив и загородные дали.

И я не устаю благодарить мироздание, себя и своего мужа, что мы, пусть и с большим трудом, но справились с этой ситуацией.

### **Мечтать полезно**

Покидать стены Академии наук я вроде как не собиралась, но мечтать о другой жизни никому не возбраняется. Жаль, не попались мне на пути люди, которые могли бы подсказать, что и как можно сделать. А то мы всем семейством в годы перестройки просто ломали головы, каким бы бизнесом можно было бы заняться. Я тогда довольно долго находилась в декретном отпуске, вполне можно было помечтать о чем-то новом, и мы с родственниками даже проводили своего рода мозговой штурм на эту тему. Брат мой после развала СССР был вынужден уйти из армии, уехать из военного городка, где он служил на Дальнем Востоке и вернуться в родной город, оказавшись фактически в нулевой точке – ни работы, ни жилья. И у него тоже голова болела о том, где он может приложить свои навыки и умения.

Вот тогда у меня появились первые размышления о своем деле. Были попытки, правда, не слишком настойчивые, все же предложить мужу начать проводить свадьбы – как я это делала много раз совершенно бесплатно для своих подруг в качестве свидетельницы. Я бы все организовывала, а муж снимал бы счастливых женихов и невест и делал фотографии (он, будучи классным экспертом-криминалистом, делал качественные снимки не только на месте преступ-

лений). Но сотрудникам МВД было запрещено заниматься бизнесом, а уходить из этой структуры он не собирался в принципе. К тому же у него было, как сейчас говорят, ограничивающее убеждение, что во всех ЗАГСсах уже есть свои штатные фотографы, и соваться в их занятую нишу даже не стоит.

Ах, как он ошибался, однако!

А у меня, видимо, было мнение-сомнение – что я одна такой вид деятельности не потяну. Нечего и думать! Все, лавочка закрыта. Организатором свадеб и владелицей свадебного агентства я не стала, хотя все предпосылки для этого были.

### **Лирическое отступление четвертое, фотографическое**

Впервые с фотоаппаратом, а точнее, с процессом получения фотографий (их печати), я познакомилась еще в самом раннем детстве. Мой отец был владельцем фотоаппарата ФЭД (Феликс Эдмундович Дзержинский), а по тем временам такой аппарат у советских людей был еще редкостью! Отец очень любил фотографировать нашу семью и многочисленных родственников, кому потом он считал своим долгом напечатать и подарить все-все снимки, где они были запечатлены. Благодаря ему наша семейная история неплохо сохранилась в виде фотоальбомов.

Так вот я очень хорошо помню, как мы с папой, а потом и с братиком запирались в темной крохотной кладовке, которая была, помимо склада всякого-разного, еще и фотолабораторией с большим увеличителем и кучей ванночек. Где при свете красного фонаря начиналось твориться волшебство – после нескольких манипуляций с засветкой и проявкой фотобумаги на ней начинали проступать сначала просто пятна, а потом лица и фигуры людей. Это было очень увлекательно!

Позднее отец подарил нам фотоаппарат «Смена», и с тех пор я очень люблю фотографировать! Странно, что не купила себе профессиональный фотоаппарат, хотя временами мечтала о нем! Выполняя одно из упражнений очередного тренинга, где нужно было представить, кем бы я могла быть, если у меня не было никаких ограничений, одним из первых в списке оказался «детский фотограф». Это на меня так произвело впечатление одна очень удачная фотография моего первенца, сделанная фотографом в парке, что я нафантазировала себе и такой вид занятий.

Но все же только как фотограф-любитель. Камеру я, можно сказать, не выпускаю из рук, благо она все время в руках в виде крайне практичного приложения к телефону. Но делом жизни или хотя бы хобби, приносящим доход, я его делать так и не стала.

### **Когда же на пенсию?**

Вернемся ненадолго к теме работы в Академии наук.

Научно-организационная работа, общение с аспирантами, докторантами и преподавание в вузе нравились мне гораздо больше, чем исследовательская и аналитическая. Появилось, наконец, то самое моральное удовлетворение. И я, возможно, так и сидела бы в своем кабинете еще много лет. Как говорится, из стен Академии наук выносят, по большей части, «вперед ногами». Поскольку служение науке присуще исключительно преданным этому делу людям, случайные здесь не задерживаются (за редким исключением вроде меня). Так и сидела бы, если бы не очередная реорганизация в академической сфере. Академию наук с ее почти 300-летней историей зачем-то преобразовали в Федеральное агентство научных организаций, которым руководили уже не академики, а чиновники. Работа с бумагами, планами и бесконечными никому не нужными отчетами стала превалировать над всем остальным. И это уже было выше моих сил.

К счастью, эта структура (ФАНО) уже через 5 лет была ликвидирована, как совершенно не оправдавшая возложенных на нее надежд.

Но на тот момент свободный труд ученых, которые и так отдавали все свои силы науке, задерживаясь на работе допоздна, вдруг стал подконтрольным. Вплоть до внедрения пропускной системы и установки вертушки на входе, как на заводской проходной. С фиксацией времени прихода на работу. Время ухода, правда, никого не интересовало. Чтение лекций студентам в рабочее время и отлучки в связи с этим из лабораторий тоже оказались под запретом. Студентам разных вузов, где преподавали большинство наших докторов и кандидатов наук, приходилось самим приезжать в Академию в вечернее время.

К тому же я все чаще стала сталкиваться с ситуациями, когда лично мой труд стал обесцениваться руководством. Я стала всерьез подумывать о том, чтобы все-таки поменять сферу своей деятельности. Но так как мне было уже под 50, уходить просто так в никуда и пытаться открыть свое дело в этом возрасте я уже не видела особого смысла. Да и энергии мне тогда еще не хватало.

Я с нетерпением стала ждать наступления пенсионного возраста. Чтобы уходя из науки, иметь хоть и мизерную, но подпитку в виде пенсии. Конечно, я не сидела сложа руки, а активно искала сферы приложения своих сил. Благо для этого открывалось все больше возможностей.

Мир вокруг стал меняться, открывались все новые знания о развитии человека; двери в прошлую жизнь стали закрываться. Зато стали открываться новые – без ограничений. Желание изменить свою жизнь, сделать ее лучше, интереснее и упорная работа по преодолению ограничивающих убеждений, которых накопилось за всю жизнь целый воз, стали приносить свои плоды.

### **Лирическое отступление пятое, благодарственное**

В 1998 году у меня появился свой домашний компьютер, которым одарил меня мой муж, приурочив этот подарок к моменту начала оформления моей диссертационной работы.

По общепринятым меркам, я, даже как соискатель ученой степени, защитилась довольно поздно – в 39 лет, уже после рождения третьего ребенка.

В этот же год мы отмечали 70-летний юбилей моего отца. И когда наша семья готовилась к этому празднику, я, изучив папину биографию, вдруг обнаружила, что чуть ли не один в один повторила его жизненный путь.

Как и отец, я была членом КПСС (Коммунистической партии Советского Союза) и работала в аппарате райкома комсомола. Папа дошел до обкома партии, но я, правда, так высоко забраться не успела.

Отец долгое время работал в одном из институтов Башкирского филиала Академии наук, и я там провела все свои годы вплоть до пенсии, разве что в другом институте.

Отец защитил диссертацию в 39 лет. Мама дорогая – я тоже!

Отец преподавал в вузе, он был доцентом. Совпадения накапливаются – я тоже имею диплом доцента: в течение десяти лет читала студентам лекции, проводила семинары и практикумы по микробиологии в одном из уфимских университетов.

Отец трудился ученым секретарем. И меня эта стезя не минула тоже!

Помимо схожего пути по карьерной лестнице, многое совпадало и в других сферах.

Отец очень любил организовывать семейные праздники, и мне передалась эта любовь. Также, как и любовь к путешествиям.

Он уважал физкультуру и до последних дней активно делал утреннюю зарядку. Нас с братиком он научил плавать и играть в шахматы, поставил еще в детсадовском возрасте на лыжи, а в школьном – на коньки. Я пошла в деле занятий спортом еще дальше. И даже завершив юношескую спортивную карьеру, продолжала заниматься физкультурой уже в виде занятий

фитнесом. А после выхода на пенсию вернулась в спорт, теперь уже ветеранский и постоянно участвую в соревнованиях для старшего поколения. И даже нередко в них побеждаю!

Безусловно, я очень благодарна своим родителям за то, что они создавали мне условия для моего развития. Купили по моей просьбе пианино. Выделили деньги для покупки абонемента в бассейн, откуда я и попала в спортивную школу. Радовались моей самостоятельности с детского возраста.

От мамы мне передались любовь к пению и танцам – она постоянно участвовала в заводской самодеятельности. Хотя специально заниматься танцами мне было некогда, но на студенческих дискотеках я танцевала с удовольствием.

На всем этом благоприятном фоне детских лет как-то совершенно диссонансом звучат мои размышления о том, что уже в более взрослом возрасте, на пороге окончания школы, мне вдруг отказали в самостоятельном принятии решения по выбору дальнейшего жизненного пути.

Что это было? Почему отец не хотел отпускать от себя сначала меня, а потом и брата, который вознамерился ехать учиться в другую союзную республику в военное училище?

Честно сказать, я так и не нашла ответа. А спросить уже нет возможности.

## **ГЛАВА 4. В поиске своего пути**

### **Чем заниматься на пенсии**

Итак, я все еще продолжала работать в научном институте. Как ученый секретарь диссертационного совета получала все больше благодарностей от аспирантов и докторантов за активную помощь при подготовке к защите. В московских структурах Российской академии наук и Высшей аттестационной комиссии, куда я отправляла документы наших диссертантов, мои отчеты отмечали, как лучшие. Но голова моя уже была занята мыслями о том, чем я буду заниматься, когда напишу заявление об уходе с работы. Я была в полной уверенности, что не буду сидеть дома, а займусь интересной для себя, полезной для людей и приносящей мне доход деятельностью. Вот только какой?

Хотя муж на мое желание выйти на пенсию среагировал иронично: «Выходи. Прокор-мим!»

Где можно получить ответы на все вопросы и научиться новому? Конечно, в интернете.

Он-лайн и живые курсы по саморазвитию я начала проходить примерно с 40 лет.

Один из самых первых и весьма результативных тренингов «Раскрой в себе Богиню» я проходила в течение двух лет. Это была активная переписка с моим персональным консультантом Еленой Ф., которой я очень благодарна за помощь в решении многих моих вопросов. С ее поддержкой я начала постепенно преображаться как личность. Именно с ее вопросов начался мой поиск сфер приложения моих талантов. И меня понесло...

## Поиск своего призвания

*«В чем нет улады, в том и толку нет»  
У. Шекспир*

Первый тренинг в этом направлении я прошла в живую в своем городе у основателя сети школ лидеров проекта «Бизнес-молодость» Кристины М.

Буквально за два дня, отвечая на множество вопросов, анализируя каждый шаг, большинство из нас, кто был на тренинге, определились с тем, чем они могут успешно заниматься.

Вот эти вопросы. Попробуйте ответить на них, если эта тема для вас актуальна.

### **20 вопросов для поиска своего призвания /любимого дела**

1. О чем вы чаще всего думаете и говорите? Какие темы вас заботят больше всего?
2. Какие сферы деятельности вас вдохновляют?
3. В каком большом деле вы хотели бы принять участие?
4. Что вас раздражает в устройстве этого мира и что именно вы хотели бы исправить?
5. О чем вас постоянно просят другие люди?
6. Вспомните все свои увлечения с детского возраста
7. О чем вы мечтали и думали в детстве?
8. Чего вы хотите прямо сейчас и можете это сделать? Что дает вам энергию для действий?
9. Чего хотите, но не делаете? Что съедает вашу энергию?
10. Чего вы не хотите, но все же делаете?
11. Что вас делает счастливым?
12. Что вы умеете делать хорошо?
13. Без чего вам будет скучно жить?
14. Если бы вы были богаты настолько, что не нужно было бы думать о деньгах, то чем бы вы занялись тогда?
15. Если бы у вас было 100 миллионов рублей, на что бы вы их потратили? (кроме раздачи долгов, инвестиций, благотворительности, покупки квартиры и машины)
16. Чего хочет ваша душа?
17. В чем бы вы хотели быть номером один, круче всех?
18. Есть ли что-то, что побуждает вас вставать каждое утро?
19. Кем и каким вы хотите быть, чтобы вас запомнили в этой жизни?
20. За что вы благодарны своей жизни?

Важно – ваша тема должна волновать вас до глубины души и тогда вы захотите стать одним из лучших в своей сфере.

Запишите минимум пять дел, за которые вы бы взялись. То, которое требует вашего участия (а не праздные занятия вроде «лежать на берегу океана») и которая сделает вас счастливее.

И самый важный этап – действие. Выбирайте направление и ставьте конкретные цели.

Цели разбивайте на конкретные задачи. Всё, что требуется, это размеренная ежедневная работа, крохотные, но реальные шаги. И стараться каждый день быть немного лучше, опытнее и смелее, чем вчера.

Что мешает найти предназначение? Мешают ложные, ограничивающие и негативные убеждения, страхи, полученные различными путями. Работа над ними – дело непростое, и здесь есть много разных способов



### **Быть смелее и самостоятельнее**

Хочется отдельно остановиться на описании ситуации, возникшей после прохождения тренинга по поиску призвания. Оно воодушевило меня на то, чтобы и самой проводить такие же тренинги для студентов. Работала я в педагогическом вузе, я знала, что многие из заканчивавших учебу студентов совершенно не собираются быть учителями. Где угодно работать – только не в школе! Вот для них-то я и начала проводить мастер-классы по поиску дела своей жизни. И надо сказать, несколько человек после бесед со мной утвердились в своем желании пойти по другому пути.

## **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.