

Леа Ведынски



О Жизни, Смерти и Любви

Записи на полях в дневнике психолога

Леа Веденски
О Жизни, Смерти и
Любви. Записи на полях
в дневнике психолога

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=19041564

Аннотация

Книга израильской писательницы и психолога Леи Веденски посвящена вечным темам – Жизни, Смерти и Любви. Короткие сильные истории её персонажей иллюстрируют и раскрывают различные грани этих фундаментальных понятий. В книге приведены яркие случаи из личной жизни и психотерапевтической практики, где автор стремится всесторонне показать глубину переживаний человека в самых важных аспектах бытия. Потеря близких и встреча со Смертью, мучительные поиски себя и своего пути, одиночество и стремление к подлинной близости, трагические и созидательные стороны Любви – основной круг затрагиваемых тем. Через всё повествование проходит главный посыл автора – призыв любить Жизнь, выбирать Жизнь несмотря ни на что, ценить каждое её мгновение.

Леа Веденски



Леа Веденски
О Жизни,

Смерти и Любви
Записи на полях в дневнике

психолога



Тель-Авив
Издательство Mirai Art Studio

2016
Леа Веденски



Леа Веденски (Lea Wedensky) (1969) – израильтянка, психолог, писатель, ученый. Автор ряда психотерапевтических и развивающих мышление методик. Руководитель культурных проектов, автор книг культурологического и психотерапевтического направления. Занимается научными исследованиями в области работы сознания и особенностей лингвистического пространства человека, практикой в области

помощи людям, жертвам чрезвычайных ситуаций. Лектор и ведущая психотерапевтических групп различного формата. Проводит семейное и индивидуальное консультирование. Автор ряда методик по отбору управляющего персонала. Консультант и руководитель проектов в областях: корпоративной культуры, брендинга, найма и обучения персонала. Автор благодарит

Я хочу выразить огромную благодарность всем, кто помог мне в создании этой книги:

Гульнаре Сабрековой – литературному редактору, за терпение, предельно вдумчивое и бережное отношение к текстам, за то, что неустанно вдохновляла и поддерживала меня в работе.

Яне Габай – моей близкой подруге и переводчику этой книги на иврит, за несокрушимую веру в меня и огромную работу, сделанную ею за это время.

Тане Соколовской – дизайнеру книги, за высокий профессионализм, готовность находить интересные решения, за огромное удовольствие от совместной работы.

Маше Ройтман – художнику-иллюстратору, за тонкое чувство текстов и точность выражения идей книги в образах, за талант и готовность сотрудничать.

Участникам проекта «Живое Слово»: Родиону Копялу, Яне Габай, Марине Вуль, Татьяне Соколовской, Наталье Левитин, Елене Кон, Нильсу Датчу за то, что прошли вместе со мной этот нелегкий путь до конца, за помощь и поддерж-

ку, за готовность предоставить свои тексты для книги, за мужество и искренность, за горячее сердце и дружеское плечо рядом.

Предисловие

Попробуйте вспомнить, какие события, истории, встречи оказали на вас самое сильное влияние? Какие из них оставили неизгладимый след в памяти и заставили понять нечто важное? Уверяю вас, таких ярких и драгоценных событий не так уж и много в нашей жизни. Подобные истории, как вспышки света, озаряют наше темное «подземелье» неосознанности, навсегда меняя представления о мире и о себе. В них есть особая глубина, они сокровенны, а делимся мы ими только в моменты подлинной близости. Эти истории – живые сущности, они полны огромной энергии и силы. Облачившись в слово, они обретают свободу. Начав жить собственной жизнью как отдельные и самостоятельные сущности, они расходятся по свету и поселяются в сердцах и умах людей, которые готовы их услышать. Из таких историй-сущностей и состоит эта книга.

Профессия психолога – настоящий дар, это вход в сокровищницу драгоценных смыслов. Многие из рассказов, вошедших в эту книгу, были услышаны мной во время работы с людьми, находящимися в состояниях кризиса, острого горя, на пороге смерти или глобальных перемен. Разумеется, все имена в ней вымышленные, и события несколько видоизменены, но главные смыслы сохранены очень бережно.

Название книги «О Жизни, Смерти и Любви» неслучайно. В какой-то момент я осознала, что сильные истории всегда о «самом главном», они каждый раз раскрывают новые грани именно этих фундаментальных понятий. В зависимости от того, как мы относимся к ним, формируются наши ценности, верования, поведение, а это в конечном итоге влияет и на наше психологическое состояние, и на физическое здоровье.

Мой жизненный опыт, годы практики работы с людьми и размышления об этих вечных понятиях позволили прийти к следующему выводу:

Жизнь – это волшебство, великий дар и безусловная ценность, но именно скоротечность, именно Смерть делает её такой. Только в моменты конфронтации со Смертью человек способен осознать, что одна минута Жизни может вмещать в себя бесконечно много возможностей. Один совершенный поступок, одно слово за это короткое время, могут всё изменить, и лишь Любовь придает созидательный характер, глубину и высочайшее качество нашему действию, только она способна наполнить смыслом каждое мгновение Жизни...



Часть первая:
Вальсируя
со Смертью

Вечные влюбленные – Жизнь и Смерть

В одной из душевных бесед я спросила свою бабушку о том, как не ошибиться в принятии важного решения, ведь порой невозможно знать наверняка, как именно поступить.

Она ответила:

– Если не знаешь что делать, – спроси совета у Смерти.

– Как это? – обомлела я.

– А так: если хочешь решить что-то важное, представь себе, как бы ты поступила, если бы знала, что через минуту умрешь. Смерть – она очищает от всей шелухи, перед её бездной все голые. Она дает ясность. – ответила мне тогда бабушка.

Через некоторое время после того, как она умерла, мне стали сниться странные сны. В них я беседую с кем-то, кого не вижу, и этот «некто» отвечает на самые сложные мои вопросы, мы размышляем и философствуем. Так вот, однажды мне приснился сон, где этот самый «некто» рассказал, что Жизнь и Смерть – это две влюбленных друг в друга сущности. Они томятся в вечной тоске, но если повезет, то они смогут встретиться и выразить свои чувства друг к другу посредством душ людей, которые отважились любить по-настоящему...

– Потому что Любовь сильна как Смерть, – сказал мне «некто». – У того человека, в чьей душе они встретились, появляется возможность познать невероятные вещи, настоящие тайны мироздания...



В моей жизни был очень сложный период, когда я много времени проводила рядом с умирающими людьми в онкологическом отделении больницы, где лежала моя мама. В семнадцать лет такое обилие боли, страха, болезни и смерти очень трудно переварить.

Когда становилось невыносимо страшно и горько одной, я начинала мысленно разговаривать с бабушкой, вспомнила наши размышления о смерти и мои вопросы к ней. Именно в то время я каким-то непостижимым образом нашла в себе силы переступить через страх и начала пристально всматриваться в реальность.

В ходе своих наблюдений заметила, что сначала практически все люди испытывали шок, узнав о болезни, и в этом все они были похожи.

Потом отметила, как по-разному они относились к такому изменению в своей жизни. Кого-то это словно очищало и подталкивало к состоянию предельной ясности. Они торопились завершить все дела, успеть сказать своим близким о самом важном и сокровенном. Они становились спокойными и прозрачными.

Я буквально видела, как через них начинал струиться свет исцеляющей любви, любви Жизни и Смерти. И тогда я знала, что в душе этих людей «вечные влюбленные» наконец встретились. Некоторые чудесным образом выздоравливали, словно их обрызгали сначала мертвой, а потом живой водой, как в сказке.

Сколько таких людей я держала за руку за эти пять лет... Держала и слушала до самого конца, до самого последнего вздоха. Сколько невероятно глубокого и важного я услышала от них, от этих смельчаков. Сколько сделали они для моей юной души и разума... Не передать словами мою благодарность!

В тот период я увидела, как окружающие сторонились заболевших людей. Все словно боялись «заразиться» от них Смертью. Их мало кто слушал. Одни говорили с ними так, будто ничего не случилось и натянуто улыбались. Другие жалели себя даже больше, чем больного и плакали со скорбными лицами. Никто не замечал, что в этот момент они – их лица, глаза, души – словно окна в неведомый мир вечности, что очень важно, чтобы кто-то дал им возможность рассказать о своих чувствах, передать постижения и открытия, которые есть внутри. Но окружающие не хотели брать их бесценные дары...

Были и другие люди, у которых в душе не было Бога. Не было у них доверия к Жизни, а уж тем более, доверия к Смерти. По их разговорам я понимала, что и когда жили, они тоже были не «очень-то живые», всё время находились в плену тьмы, словно в дреме, вечно всем недовольные.

Вот ими овладевал жуткий, животный, липкий страх. Он тащил их в болото ненависти к живущим, жалости к себе, в огромную зияющую пустоту бессмысленности... Это по-настоящему страшное зрелище! Наверное, именно так вы-

глядит ад. Они буквально сгорали в огне своей собственной преисподней.

Эти люди, как правило, становились всё более мрачными, злобными и замкнутыми. Они увядали на глазах, создавая вокруг себя мрак безысходности. Глядя на них, я понимала, что в их душе сейчас царствует только Смерть, и она страшно тоскует от одиночества, в иступлении терзая их тела...

Спасибо за урок, полученный так рано. Возможно смогу воспользоваться им, когда наступит мой час. Надеюсь, вечные влюбленные выразят свою нежность и страсть на просторах моей души... Сохранить лицо перед лицом Смерти

– Какой самый ценный дар ты получила от своей матери, который пронесешь через всю свою жизнь? – спросила я, внимательно глядя на женщину.

Чувствовалось, что сейчас самое время спрашивать. Всё говорило об этом: её сосредоточенный взгляд, устремленный в самые глубины души, спокойное разгладившееся лицо, словно освещенное внутренним светом, сложенные на груди руки...

– Трудно так сразу сказать, много чего ценного было. Она научила меня смотреть жизни в лицо, – женщина помолчала немного. – Хотя, знаете, не только в лицо жизни, но и в лицо смерти.

Моя мама, да упокоится её душа с миром, была удивительная женщина: красивая, сильная, умная, властная, волевая. Сколько её помню, что бы ни происходило, какие бы пробле-

мы ни возникали, в каких бы состояниях она ни находилась, всегда у нее был маникюр, педикюр, укладка, утонченный макияж, безупречный наряд.

Мама тяжело умирала от сложной формы рака, страдала и меркла на глазах целых пять лет, её мучили страшные боли.



Она хотела, чтобы её похоронили рядом с нашими родственниками. Когда она почувствовала приближение смерти, мы переправили её к сестре, где она провела последнюю неделю своей жизни. Умерла ночью, во сне. Но перед этим произошло нечто удивительное. Мама была без сознания всю неделю, а поздним вечером, накануне смерти, внезапно пришла в себя и позвала сестру. «Я хочу, чтобы ты нарисовала мне и сделала маникюр», – попросила мама. Её сестра очень удивилась. Она сказала, что уже ночь, совсем поздно, да и незачем это делать, всё равно её никто не увидит. Мама ответила: «Прошу тебя, удели мне немного своего времени, я хочу сохранить свое лицо перед лицом смерти»...

В комнате повисла тишина. Женщина долго молчала. Молчала и я, не смея нарушить хрупкую интимность, возникшую между нами.

– Да, это был один из самых ценных её даров. Никогда об этом так не думала. Только сейчас поняла, как сильно я её люблю и восхищаюсь ею, – тихо сказала она. История про свечу

Будучи ребенком, я много времени прожила с бабушкой. Она была удивительным человеком, который способен подарить целый мир всего за несколько минут. И волшебные её миры обладали особым свойством – ими всегда очень хотелось поделиться...

Как-то вечером во всем районе отключили свет, такое частенько случалось. Бабушка зажгла большую свечу и поста-

вила на стол в кухне. Всё вокруг погрузилось в таинственные сумерки. Мне это очень понравилось, и я стала играть с пламенем, изображая всяких зверушек, забавляясь с тенью, отбрасываемой от моих рук на побеленную стену. Бабушка тихо наблюдала за мной какое-то время, а потом сказала:

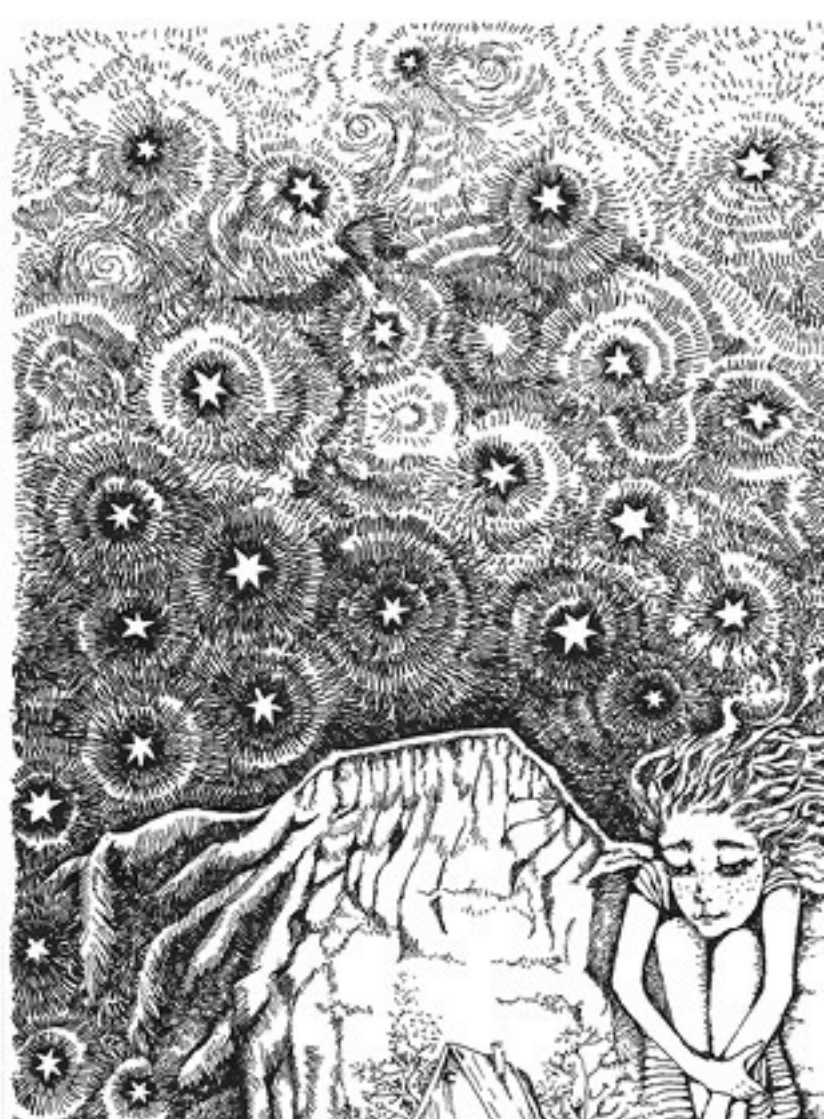
– Знаешь детка, а ведь и с людьми всё точно так же.

– Как так же, бабушка? – удивленно спросила я.

– Есть люди, которые живут очень близко к свету, а их тень – большая-большая и почти прозрачная, – она пододвинула мою руку ближе к пламени, и я увидела, как тень от нее стала огромная, покрыла всю стену и даже потолок.

– Иногда целые народы живут в тени одного такого человека, и для них его тень – как Свет! Такие люди проводят Свет сквозь себя, прикрывают душой и разумом обжигающие лучи истины, облачают их в любовь своего сердца и передают людям.

Я замороженно смотрела то на пламя свечи, то на огромную тень на стене и потолке.



– А есть люди, которые живут далеко от света, и их тень маленькая-маленькая и совсем черная, – сказав это, она взяла мою руку и стала отодвигать её всё дальше и дальше от пламени. Я перевела взгляд на стену и увидела, что тень от моей руки свернулась в комок и стала похожа на причудливую кляксу. – Эти люди живут словно во сне, не чувствуют полноты жизни, боятся перемен и питаются лишь крохами света.

– Рано или поздно каждому человеку приходится выбирать, где именно жить – близко или далеко от Света, – заключила она, поцеловала меня в темечко и тихо вышла...

Животная душа

В древнейшем из языков, иврите, есть два слова – «нефеш» и «нешамá», которые переводятся на русский язык как «душа». После некоторых выяснений мне удалось понять, в чем же между ними разница. Оказалось, что «нефеш» – это животная душа, та, что оживляет наше физическое тело, а «нешама» – высшая душа, питающая тело духовное... Эти знания в дальнейшем помогли мне взглянуть на некоторые события моей жизни под новым углом... Тобик и Лайка

Мы с мамой жили в пятиэтажном доме с большим двором, площадкой для игр и голубятней, которую построил и содержал хулиган и вожак местной шпаны, наш сосед Федяй. Сразу за двором шла полоса гаражей, а за ними – спуск к реке длиной в пару километров, весь покрытый высокими деревьями. За речкой – деревня. Огромный мир для детворы!

Осваивай – не хочу.

Как-то раз в деревне за рекой в одном доме случился пожар. Люди говорили, что все хозяева сгорели заживо, ничего не почувствовали – спали. У них во дворе жили две собаки. Первая – Лайка – породистая белая лайка, пушистая, хвост бубликом. А второй пес – овчарка, уши торчком и хвост пистолетом. В моем воображении он был – ну вылитый волк!

В детстве я всю животину опекала да кормила. Котят бездомных вечно домой таскала, птиц раненых, одним словом, всех, кто попадался мне на глаза. Вот и этих двух осиротевших собак пригрела я в нашем дружном дворе. И соседи их полюбили. Все носили им косточки и всякие вкусности. А собаки в благодарность за любовь охраняли наш двор от пьянчужек, которые вечно шатались по двору на пути из пивнушки за реку.

Так все к ним привязались, что даже наш бандюган Федяй загородил пространство между длинными «куриными ногами» своей голубятни, соорудив тем самым утепленную, комфортную конуру нашим любимцам.

Мы называли собак Лайка и Тобик.

Они были прекрасной парой – любо-дорого смотреть. Среди их щенков, которые появлялись два раза в год, всегда было два, а то и три беленьких. Щенки такие хорошенькие, и разбирали их быстро, иногда даже желающие спорили, кому они достанутся.

Какие смышленные это были собаки! Тобик встречал нас с

друзьями из школы и вел домой. Если хорошо попросить, то мог помочь донести тяжеленный портфель. Зимой они катали нас на санках, и мы смеялись и бесились вместе, валяясь в снегу.

Тобич, так я называла его, был моим самым близким другом. Он всё всегда понимал, только ему я плакалась в жилетку, а он тщательно вылизывал мое мокрое от слез лицо, слушал и порывкивал, и я понимала, что пес журит меня за то, что так раскисла. Тогда я обещала ему скоро исправиться и не хныкать...

Они привыкли жить во дворе, и затащить их в свой дом было практически невозможно. Их, видимо, так воспитали, что место собаки не в доме, а во дворе, и работа её – охранять. Одним словом, они прекрасно справлялись со своей службой и прожили в нашем дворе несколько лет.

Вся идиллия закончилась 22 января. (Эта дата стала во всей истории по-настоящему роковой, и к ней мы еще вернемся). Тем морозным вечером, когда совсем стемнело, я вышла проведать Лайку и побаловать вкусненьким. У нее тогда щенята были. В этот раз, почему-то, из четырех щенят ни один не был белым – все в Тобича пошли.

Подхожу к будке и вижу – кровь на снегу. Открыла дверцу, позвала тихонько: «Лайка, Лайка». Боялась напугать, а то ведь она щенят тогда кормила. Зову, а она лежит и не шелохнется. Тут я отважилась и вытащила её. Она оказалась мертвой. К её застывшему телу присосались голодные щенята. Я

стояла и смотрела на белую мою Лайку, которая лежала на белом снегу, вся в крови.

Потом выяснилось, что она слишком упорно лаяла на пьяных мужиков, которые шли к речке. Они её топором рубили, она, видимо, до конуры к детям доползла, там и умерла.



Тобика нигде не было. Что делать с телом Лайки в такую темень, я не знала. Сгребла всех кутят в охапку и потащила домой. Нашла в кладовой коробку, постелила тряпку, погладила, успокоила, покормила... Всё это как во сне. Вскоре пришла мама, она что-то спрашивала, я что-то отвечала. Я всё слышала, как через толстый слой ваты, и почти не понимала, о чем она говорит. Потом она дала мне выпить валерьянки. Не помню, как забылась тяжелым сном.

Проснулась утром, и на меня сразу навалилась тяжесть осознания произошедшего. Соседи уже похоронили Лайку. Весь двор был в шоке от этой неслыханной жестокости. А Тобич вернулся ближе к утру и так долго сидел и выл возле конуры, что под ним растаял снег, и стало видно зеленую траву...

Он страдал и скучал, словно человек, еще очень долго. Каждый раз, когда я называла имя Лайки, он скулил, сводил вместе брови, и на глазах его появлялись самые настоящие человеческие слезы. Я видела, как сильно он её любит и не хочет жить без нее. Он ничего не ел несколько дней. Мы долго беседовали с ним, я уговаривала его жить дальше, быть нашим другом, встречать из школы... Но он продолжал тосковать.

Щенята подросли, и их, как всегда, разобрали. А наш Тобик больше не был прежним – живым, игривым псом. Он стал всё чаще пропадать со двора. Иногда не появлялся по несколько дней. Потом приходил, худющий, весь в репьях.

В те времена городские власти периодически давали распоряжение очистить город от бродячих собак. Отстреливали их обычно в дневное время среди недели, когда основная масса детей находилась в школе.

У моей мамы была знакомая, которая регулярно сообщала нам о намечающихся «чистках», и мы прятали собак по домам. Лайка шла в дом к соседям довольно спокойно, а Тобича можно было затащить только к нам с мамой, ни в какое другое место он не шел. Так мы и берегли их несколько лет, и «чистка» обходила нас стороной.

Вторая беда случилась тоже 22 января, ровно через год после того, как убили нашу Лайку. Тобича не было уже несколько дней. Я болела страшной ангиной, и мама сидела со мной дома. В тот день мне стало чуть лучше, и она отпустила меня на полчаса – подышать свежим воздухом. Я, закутанная в шубу и пуховый платок, бесцельно слонялась по пустому, усыпанному свежим снегом двору. И вдруг увидела, что ко мне несется Тобик! Он был ужасно напуган, стал прятаться за меня и скулить. Я ничего не понимала, пока из-за угла дома не появился человек с ружьем в руках. Мне очень врезалось в память, что на ногах у него были унты – сапоги из собачьей шкуры. Тобич уткнулся мордой мне в ноги сзади, я схватила его и начала кричать, что это моя собака. Мужик поднял ружье и сказал мне, чтобы я отошла в сторону. Я не двигалась...

Сейчас я думаю, пес решил, что мне грозит опасность. Он

вырвался из рук и побежал прочь, прыгая через сугробы... Дальше всё было словно в замедленной съемке. Прямо на взлете пуля пробила его грудь, и я увидела, как брызнула кровь. Мой Тобич рухнул замертво на снег, не издав ни единого звука...

Не помню, как оказалась дома. Должно быть, мама, увидев происходящее из окна, затащила меня домой. Я вся словно окаменела. Мама что-то говорила, пыталась меня утешить, но я ничего не слышала, только смотрела в окно на место, где весь снег был красным... Подойдя ближе, посмотрела вниз и увидела, что вдоль подъездов едет грузовик-живодерка. Он был битком набит трупами собак, сверху лежало застывшее на морозе тело моего друга Тобича. Этот грузовик увозил его от меня навсегда, а вместе с ним уезжало и мое беззаботное детство и моя вера в мир добрых людей...

Все соседи ужасно тосковали по ним и были так шокированы жестокостью, что эта история даже появилась в местной газете.

После случая с Тобичем у меня всё как отрубилло. Я больше никогда не заводила собак, хоть и продолжаю их любить, больше никогда не привязывалась ни к одной из них.

Более двадцати лет прошло с тех пор, и я поделилась этой историей со своим другом. Мы сидели под ночным небом, я рассказывала, а он очень внимательно слушал. А когда закончила, он вдруг сказал: «Теперь я понимаю, почему всегда создается такое впечатление, будто ты оторвана от этого

мира и не особо стремишься к нему прикрепиться, словно в этих собаках Бог умертвил твою связь с животной душой, твою привязанность к телесному». Судьба собачья

Через некоторое время после истории с Тобиком и Лайкой со мной произошло еще одно знаковое событие, и оно тоже связано с судьбой собаки.

Это был период жизни, когда я, будучи подростком, внутренне томилась какой-то жадной неведомой мне природы, выражавшейся в потребности жадно наблюдать за людьми, да и вообще просто «глазеть» по сторонам.

В городке, где я росла, в самом его центре, был симпатичный скверик, окруженный низкой изгородью, на которой можно посидеть как на жердочке. Напротив, как в телевизоре, открывалась вся живая изнанка торговой площади, где я наблюдала множество ярких сцен: комедий, трагедий, драм. В них раскрывалась вся правда жизни. Там я и соприкоснулась с одной трагической «собачьей судьбой».

Под ступеньками старого хлебного магазина, что был на площади, жила весьма занятная псина. Она была простой бродячей собакой, категорически беспородной и настолько грязной, облезлой и жалкой, что вызывала смешанные чувства омерзения, жалости и раздражения.

И была у этой псины своеобразная манера поведения. Как только кто-то выходил из магазина, выскочив из-под ступенек, она бросалась лизать ноги, повизгивать, умоляюще смотреть в глаза, выпрашивая что-нибудь съедобное. У боль-

шинства она вызывала такую брезгливость, что люди шаркались в сторону. Подкармливать её никому не хотелось, а потому она была ужасно худая и всегда голодная. У мужиков, которые заходили в этот магазин в основном за четвертушками хлеба на закусь, псина вызывала сначала веселье, а потом почему-то дикую, звериную злобу. Каждый второй из них самозабвенно пинал несчастную, чтобы поскорее избавиться от нее.

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.