



ОБРЕТАЯ
ЭКРЫЛЬЯ
книга-дневник

Литт

Лидия Ястремская
Обретая крылья

«Автор»

2016

Ястремская Л. А.

Обретая крылья / Л. А. Ястремская — «Автор», 2016

Как человек, который прочитал пару сотен книг, могу отметить, что книгу-дневник «Обретая крылья» я прочла на одном дыхании. Легко, понятно, и что не мало важно — искреннее! Эта рукопись смогла вырвать меня из собственных домашних дел, в которых я погрязла с головой (я молодая мать, которая работает на дому). Мне наконец-то удалось поднять голову вверх и улыбнуться тому моменту, в котором я существую, ощутить тот аромат, который меня окружает, наконец-то обратить на него внимание! И мне стало так легко! Я вспомнила свои мечты и задумки которые лелеяла в голове при беременности, и никак не могла на них найти время... И вдруг — нашла! Я стала меньше обращать внимание на происходящее во внешнем суетливом мире, отдала себя маленькому сыночку и посвятила время мужу. Им уж точно эта книга принесла немалое удовольствие в виде моего внимания и трепетной любви. Поэтому, надеюсь, что Лилит не остановится на одном проекте пропитанном духом весны и своими глубокими мыслями, а подарит читателям еще возможность окунуться в ее мир и изменить свой к лучшему!

© Ястремская Л. А., 2016

© Автор, 2016

...Обретая крылья, мы теряем
Голову, землю из-под ног.
Обретая крылья, мы взлетаем
Выше неба, раньше ты не мог...

Внимание!

Эта книга полностью меняет мировоззрение.

Прочитав её, Вы рискуете стать другим человеком...

Предисловие

Одним из моих любимых фильмов является "Город ангелов" с Николасом Кейджем. В этом фильме раскрывается вся прелесть нашего земного пребывания. В детстве я жила на пятом этаже, выходя на балкон, смотрела на птиц и завидовала их свободе полёта, всегда мечтала летать подобно им, может, как раз поэтому книга имеет подобное название. Детские мечты и нынешнее мировоззрение создало меня именно такой.

Думаю, что этот дневник полезен не только женщинам, а и мужчинам. Благодаря душевным откровениям, им будет легче понять наш внутренний мир, подобрать правильный ключик, дабы стать желанным гостем в кругу близких.

Подарите любимой этот дневник, или прочитайте и заполните вместе, а я порадуюсь, если на одного счастливого человека станет больше.

ГЛАВА 1

Именно сейчас, когда вокруг тишина, соседние офисы опустели, а за окном ещё радуется глаз весеннее солнышко, за чашечкой вкусного кофе, я решила сделать это... На лице улыбка, в душе расцветает весна и кажется – более подходящего момента просто не может быть, чтобы делиться энергией, переполняющей тебя... Это не просто книга: я решила создать дневник, который станет Вашей настольной книгой, а Вы будете ее периодически заполнять, возвращаясь к записям через какое-то время и замечать изменения в себе. Хочу установить обратную связь с читателем, чтобы он провел анализ себя до и после прочтения, стал капельку счастливее. Мне очень нравится писать – стихи, тосты друзьям на праздники, либо просто для души. Но в этой книге хочу рассказать о своём перевоплощении, которое сама начала замечать недавно и благо, что это не пришло с ударом молнии и какой-то другой стрессовой ситуацией. Само отношение к жизни начало меняться постепенно и выражаться в обычных моментах в семье. Влияние общества, стандартов, обязательств, которые нам диктует окружающая среда, всё склоняет к тому, чтобы быть серой массой с банальными запросами – выучиться, найти работу, обеспечить семью, а если отвлечься от забот, то в основном выпивкой с друзьями. Почему мы не берём от жизни то, за что не нужно платить деньги, радоваться тому, что не нужно покупать??? Просто нас этому не учили, не приучали с детства. Основная задача наших родителей – заработать как можно больше денег, чтобы выжить в этом стремительно меняющемся мире. По телевидению не говорят "радуйся солнышку", только и слышно "купи, кури, пей"... Те, кто нам диктуют условия жизни, не заинтересованы, чтобы мы получали радость от бесплатных вещей, им удобно управлять несчастными, бедными людьми, скупыми на улыбку, которые тянутся за длинным рублём и счастливы, когда у ближнего неудачи. Сравним: младенец, ребёнок восьми лет и взрослый. Это совсем разные люди, если Вы поставите на это место себя. Ведь когда окунуться в воспоминания или посмотреть в глаза этих людей, понимаем, насколько они разные. Специально обратила внимание на свои фотографии, возьмите фото и Вы. Итак, младенец – абсолютно чистый лист бумаги с вырисовывающимися слабыми очертаниями окружающего мира, который он пытается изучать. Человек не озадачен банальными

заботами, чист и наивен... Он смотрит глазами, полными интереса и восторга от всего, что его окружает, впитывает, как губка, запахи, ощущения... Загляни в них – и увидишь вселенную... Этот возраст никогда не повторится, эти эмоции ты никогда не переживёшь заново, если не захочешь сам... Тот период заканчивается, когда начинает вмешиваться система банального поведения “ты обязан...” Обучающие программы, садик, школа. Всё делается для того, чтобы у ребёнка не было времени подумать, задержаться в этом ощущении безмятежности, наслаждаться жизнью в чистом виде... Мы готовим малыша ко взрослой жизни, забывая голову абсолютно ненужной информацией, которая в большей степени ему не пригодится, зато думаем, что наше чадо занято делом, не предоставлено само себе, лишая его этим самого ценного – вдыхать жизнь полной грудью.

Теперь посмотрите в глаза восьмилетнего ребёнка – печальная картина, ведь мы там увидим страх, который сами нагнетаем с каждым годом. Не выучил уроки, не помыл посуду, не убрал в комнате... Каждая встреча с нашим любимым ребёнком провоцирует конфликт, к которому он привыкает с детства, – постоянное чувство обязанности и страх быть наказанным: в детстве – родителями, во взрослой жизни – обществом. Вы спросите: “А что я делаю не так? Я живу, как все обычные семьи, воспитываю ребёнка, как и другие, прививаю ему всё, что нужно”. Кому нужно??? Вам, ребёнку или обществу? Почему Вы уверены, что Вашему наследнику крайне важно сидеть на уроке, как пришитому к парте, когда его энергия зашкаливает и он борется между “хочу” и “нельзя”? Почему он должен ходить на занятия, о которых Вы мечтали, но у Вас не было возможности на это? Почему свои нереализованные планы мы пытаемся воплотить в своём чаде, не спрашивая его мнения, уверенные в том, что ему так будет лучше? Почему Вы так решили? Этот период для детей – самый переломный, страшный и бесповоротный. Мы своими руками отбираем у ребёнка не только детство, а и не учим мечтать, не говоря о том, что отбираем мечту. Просто не учим: можно мечтать. Заливаем в голову кучу “важной” информации, но никак не развиваем способность к мечтанию, такому “бесполезному” занятию. Нам это говорили родители, мы говорим своим детям. Если ребёнок начинает бунтовать, его быстро приземляют, наказывают, делают изгоем, исключают с общества, изолируют. Делают всё, чтобы эта “зараза” не распространилась на “обычных” людей. Замкнутый круг, который не каждый может разорвать, если и бывают слабые попытки, так рядом идущие по жизни люди приземляют, доказывая, что у тебя ничего не получится, даже не пытайся.

Тридцатилетний человек. К этому возрасту мы уже много прошли испытаний жизнью, за спиной есть падения и подъёмы, все связанные с тем, чтобы занять достойную нишу в нашем обществе, быть лучшим из лучших по уровню финансовых доходов. Первый вопрос, который задают давно не видевшиеся приятели: “Чем занимаешься, где работаешь?” Никто не спросит: “С каким настроением сегодня проснулся, кто первый подарил улыбку?”, или: “Ты сегодня выглядишь особенно счастливым”... Мы не знаем, что такие вопросы существуют в природе, ведь живём ради статуса и радуемся только падениям другого и своим победам. “Выживает сильнейший”... Кто придумал эти слова, в чём сильнейший, за кого? И что этот человек чувствует? Радость победы? Нет, он чувствует пустоту, ведь цель достигнута. А дальше??? Посмотрите в глаза этого “обычного человека”. В большинстве случаев возникнет чувство жалости, ведь он столько прошел, сделал, а не может понять, к чему стремится, в чём суть его существования. Особенно, когда неудач больше, и чувство разочарования накрывает с головой. У 14-летнего мальчика возникает вопрос об неизведанном: откуда берутся галактики, как мы существуем в природе... У обывателя нет подобных проблем, у него одна дилемма – как заработать денег и побольше, побольше... Топим проблемы в алкоголе, других отвлекающих факторах, которые на время затуманивают разум, притупляют боль. Случаются просветы в сознании, когда стрессовая ситуация происходит в нашей жизни, если человек становится инвалидом и должен приспособливаться к новому себе. Тогда он обязан по-другому воспринимать окружающий мир, окунается в детские ощущения, всплывают те моменты, когда было хорошо, когда

изучал с жадностью окружение. Бывает, у человека открывается душа, и он начинает воспринимать мир по-другому. Говорят ”снял розовые очки”, а вот он, как раз, их, наконец-то, надел. Такие люди выделяются среди других, на них обращают повышенное внимание, но они более ничего, чем сочувствие, не вызывают, хотя им можно только позавидовать по-хорошему, кто знает секрет... Обычно другая категория впадает в депрессию и сливается с серой массой. Есть ещё одна категория людей, где тоже бывают “просветы”, – это пенсионеры. У них, наконец, появляется время на себя. Одни тоже впадают в депрессию, другие открывают для себя новые горизонты, хотя большинство считает: жизнь закончена, не стоит дергаться, что-то изобретать. Всем им можно только посочувствовать, ведь мы теряем самый главный ресурс – это время...

На одном дыхании открыла наболевшее наблюдение за людьми. Солнышко садится, и мне пора домой. Люблю гулять пешком, не идти, а гулять... Поймёт не каждый, ведь когда ты идёшь – наблюдаешь жизнь, впитываешь, радуешься, улыбаешься увиденному, когда едешь на машине – пролетаешь мимо тех наблюдений и теряешь время, не наоборот. Я обязательно поделюсь с Вами этой мыслью, если это интересно читателю. Мой совет: не читать всё залпом, а обдумать прочитанное, переспать с мыслями, потом начинать следующую главу.

А теперь ответьте себе на вопрос: с каким настроением Вы сели читать книгу, с каким закончили? В одиночестве, или кто-то отвлекал? Какие эмоции, переживания возникли во время прочтения? Узнал себя, в чём? Расстроился или улыбнулся? Напишите о себе: имя, пол, описание своего детства по возрастанию; детские яркие впечатления; юношеские мечты; вопросы, на которые не получали ответа; отношение родителей к Вам, на каких ценностях воспитывали Вас; детские обиды; проблемы детства; что, по Вашему мнению, повлияло на Вас в детстве, изменив сейчас; о чём мечтаете сейчас, как Вы просите вселенную о своих мечтах (дословно); какие струны души затронула эта глава?

ГЛАВА 2

Вчера провела мастер-класс, где зарядилась энергией таких же творческих людей, как сама, два общения в чате, очень устала, но безумно рада, что своей работой вдохновляю, делюсь собственными знаниями и опытом, заставляю задуматься – а не сделать бы своё хобби любимым делом? Большинству мастериц не хватает уверенности в себе, поддержки дома, финансовой стабильности, всё приземляет материальное обеспечение.

Задайте себе вопрос: без чего Вы не выйдете на улицу, чтобы чувствовать себя уверенно? Женщины – без макияжа, те и другие – без одежды, в которой удобно, на престижной машине... А если надеть то, что не стоит ни копейки, – улыбку, счастье, Вам будет “море по колено” и все равно, во что Вы одеты или как выглядите. Но мы не знаем, как это: быть искренне счастливым, радоваться жизни просто так... Мы думаем только материальных благ и преимуществах, хотим быть лучше других, выпендриваемся перед кем-то, не задумываясь о душевном состоянии, приносит нам это удовольствие или нет, главное, чтобы другие завидовали. Что происходит вокруг нас, в природе, не волнует. Печально... Когда со мною случается то, о чём так долго мечтала (сейчас улыбаюсь, думая об этом), я до сих пор говорю “не могу в это поверить”, но это и есть чудо, это жизнь, это настоящее счастье... Ведь как мы посылаем свои просьбы в космос, таков и результат. Мы должны научиться делать это правильно, спрашивать: что мне это даст и какую цену я готов заплатить???

Кому проще философствовать о жизни: бедному или богатому? Оба они помешаны на навязчивой идее побольше заработать, найти деньги. У богатого человека своё мнение о жизни, навязчивые стремления к цели, ему некогда философствовать, забывая голову “ерундой”. Он посещает тренинги о том, как зарабатывать ещё больше, ходит к психологу, чтобы научиться уделять больше времени семье. Появляется время от времени в храме, делает будто всё правильно, но при этом ничего не ощущает. Всё происходит механически, из-за чувства долга, что

так нужно и престижно. Его мысли наполнены тем, как скорее всё закончить, чтобы работать дальше, а душа в это время пуста... Он ставит галочку, но не наполняет душу ничем, поскольку считает это лишней тратой времени. В погоне за деньгами такой человек растерял все свои лучшие качества и забыл, а может, даже и не знал: он делает это, чтобы радоваться жизни. Ему подобное так и не станет знакомо, если не успеет понять секрет...

ГЛАВА 3

Проходя мимо площади по дороге на работу, до сих пор с восторгом любуюсь, не сдерживая улыбку на губах, когда стая голубей взмывает в небо от спугнувшего их шума. В такие моменты я лечу вместе с ними, и этого никто не замечает, я свободна, я летаю, а Вы?

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.