

The background of the entire page is a close-up photograph of autumn foliage. The leaves are in various stages of color change, ranging from bright yellow and orange to deep red and magenta. The branches are dark and woody, creating a complex, layered texture. The lighting is soft, highlighting the veins on the leaves.

Ирене Крекер

# Мой путь к счастью

Записки из Германии

**Ирене Крекер**  
**Мой путь к счастью.**  
**Записки из Германии**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=23140661](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23140661)*

*ISBN 9785448382383*

**Аннотация**

Эта книга о счастье. Немецкая писательница Ирене Крекер стремится помочь людям ощутить его в каждом дне. Каждый миг жизни – это счастье, и оно проявляется в каждом движении души. По мнению автора, человек должен понять простую истину, что он – творец счастья, потому что ему дано от Бога искать к счастью свой путь. И этот путь не в стенаниях о том, что жизнь не создала ему условий быть счастливым, а в каждом мгновении, которое нужно принимать как кусочек счастья, являющийся подарком судьбы.

# Содержание

От автора	5
На грани духовного возрождения	8
Откровение души	12
На пути к пониманию себя	15
Предсказание	20
Мысли, проверенные жизнью	26
На пути познания себя	28
Размышления о важных вопросах бытия	32
Декабрь 2000 года	32
Июль 2004 года	35
Февраль 2006 года	37
Что значит для меня быть счастливой?	42
Октябрь 2008 года	45
Конец ознакомительного фрагмента.	47

# Мой путь к счастью

## Записки из Германии

**Ирене Крекер**

*Редактор* Валентин Васильевич Кузнецов

*Корректор* Валентин Васильевич Кузнецов

*Дизайнер обложки* Бернхард Шлоттер

*Фотограф* Лео Крекер

© Ирене Крекер, 2017

© Бернхард Шлоттер, дизайн обложки, 2017

© Лео Крекер, фотографии, 2017

ISBN 978-5-4483-8238-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# От автора

Дорогой читатель!

Книга, которую я предлагаю твоему вниманию, является результатом многолетнего труда по вопросам моего развития и совершенствования. В течение десятилетий я шла к нему через трудности и потери, поиски и открытия, через внутренние колебания и бесконечные размышления.

С годами взрослея, начала присматриваться и прислушиваться к происходящему, знакомиться с высказываниями философов и психологов. Не сразу, но постепенно начала воспринимать неудачи, как уроки Вселенной, а радостные мгновения, как подарки судьбы.

Из каждой ситуации, которая раньше казалась непреодолимой, я выходила, обогатившись знаниями и пониманием того, что всё происходит в пределах разумного, и нужно только переждать, вернуться на исходную точку отсчёта, чтобы порой начать всё сначала.

Эту книгу я писала жизнью. Мне пришлось пройти через многое, чтобы открыть в себе главный источник жизненной энергии. Постепенно пришла к мысли, что всё не совсем

так, как я себе это представляла. Счастье оказалось совсем не там, где я его искала. Я поняла, что это внутреннее состояние, которое живёт в самом человеке, в его душе, являющейся храмом всего лучшего, что в нас есть. Нужно только вовремя понять это, уметь читать её откровения, почувствовать состояние внутреннего равновесия и проникнуться им.

Ещё прошу тебя, читатель, не суди меня строго и не удивляйся тому, что книга написана в форме отдельных фрагментов, взятых из жизни. Описанные в миниатюрах события важны для меня, как вехи на пути к осознанию и пониманию себя. Могу только сказать, что с того момента, как у меня появился компьютер и возможность осуществления мечты – написания книги на русском языке – началось моё духовное возрождение. Благодаря общению с авторами портала российских писателей Проза.ру, я постепенно создала свою теорию счастья, которая вывела меня из психологического кризиса, одним словом – спасла. В какой-то момент душа поднялась над обыденным, и в ней зазвучала музыка жизни.

Мне кажется, что то, о чём я пишу в книге «Мой путь к счастью», в каком-то роде перекликается с мистикой, так как многое из того, что управляет нашей жизнью, пока не изучено и потому не привычно для восприятия.

Об этом, и ещё о многом другом, говорится в моей кни-

ге, которая может помочь тебе, дорогой читатель, преодолеть трудности и познать счастье.

*Ирене Крекер*

# На грани духовного возрождения

Состояние души в момент борьбы разума и подсознания невозможно передать обычными словами.

Внутренний голос нашёптывает:

– Пиши о том, что чувствуешь, что наболело, что рвётся наружу. Не бойся потока чувств, дай выход им, уйди в них, проникнись ими. Не бойся оказаться смешным в глазах окружающих, слабым и жалким. Помоги людям облегчить боль души через свои страдания, сними их страхи, показав, что они не одиноки.

Разум вмещивается в работу сознания, начинает корректировать мысли, предлагает отбросить негативные впечатления, не забывая о том, что неприятности не закончились и расслабляться ещё рано. Тащить за собой хвост негатива тоже больше нет сил. Надо поставить на этом точку.

Разум диктует сознанию:

– Отступи... Не думай, не казни себя, не ищи в словах выхода душевным переживаниям, отпусти мысль на свободу. Думай и пиши только о хорошем, пусть даже невероятном, но предполагаемом ходе событий. Отпусти чувства на свободу, расслабься... Не комментируй события, просто позволь

им происходить. Заляг, замри, думай о позитивном и наблюдай за ходом событий и ходом мыслей. Попробуй внять моему голосу, голосу разума...

Сознание сопротивляется:

– Как я могу успокоиться, как я могу залечь: столько зла на земле, столько невзгод и потерь, страданий и слёз? Как я могу не видеть этого? Как я могу не реагировать на горе близких и друзей? Я чувствую, что душа замерла в ожидании новых волнений и тревог.

Разум не отступает, он заставляет уйти от событий прошлого, изгнать из сознания картины, печалющие душу:

– Посмотри вокруг. Ты видишь, как всё прекрасно. Природа внимает твоему настроению, вернее, настрою чувств и движению души. Погода за окном пасмурная. Только что начался дождь. Капли его орошают землю, питают её влагой. Дождь всё сильнее и сильнее. Тебе уже хочется выбежать из дому и вместе с каплями дождя в ритм мелодии льющихся струй станцевать на центральной улице перед глазами прохожих танец струящихся потоков воды.

Дождь омоет сейчас деревья, каждый ствол, стебелёк и зелёный листочек, каждый цветок и травинку. Послушай стук дождя по мостовой. Каждый камень почувствовал его лёгкое прикосновение. Посмотри в окно. Автомобили, омыва-

емые дождём, мчатся по улицам. Они снуют с одной стороны на другую, и всё больше наполняют её разноцветными яркими цветами своих корпусов. Жёлтые, красные, синие, белые, под металлик и серебро, автомобили придают уличному натюрморту необыкновенную яркость и самобытность. И вот оно – олицетворение всех начал: радуга, возникшая неизвестно откуда перед глазами. Как всё самобытно, жизненно и прекрасно!

Читатель, ты сейчас пережил вместе со мной преобразования в природе на уровне всего лишь прошедшего дождя. Это только микрочастичка радости, которую ты ощутил, которую можешь ощутить, которая ежедневно даруется тебе мирозданием. Ты должен это только вовремя заметить и постепенно начать жить настоящим, отпустив прошлое с его вечными тревогами и тенями.

Разум продолжает открытие радости жизни в настоящем, в море чудных, ни с чем не сравнимых запахов, бурлящих звуков и нестихающих шорохов, в движении щемящих и волнующих сознание струн души.

Я всё ещё слышу голос Разума и Сознания, слившихся в единое целое:

– Останови работу мысли, внутреннюю работу подсознания. Попробуй постичь мир со стороны прекрасных его дви-

жений. Проникни в глубины чудесного мира познания себя через погружение в природу, слияние с ней. Счастья тебе в постижении настоящего.

# Откровение души

Последний день зимы. Морозное солнечное утро, не предвещающее ничего нового или неожиданного: никаких тебе запланированных встреч, событий, отсюда вытекающих всплесков чувств и эмоций. Снежинки за окном неспешно сиротливо-одиноким плывут в объятьях холодного ветра. Голубое небо обещающе манит к себе и даёт надежду. Я тревожно замираю, находясь замурованной в глубинах, пряча в темнице молодое восприятие жизни, драгоценные мгновения неуловимого счастья.

Неужели, затаившись, я так и останусь сегодня в скромном молчании и одиночестве. Затворничество в четырёх стенах не удовлетворяет моё проснувшееся желание. Мне хочется вырваться на свободу. Так хочется чего-то яркого, светлого, солнечного.

Орхидеи на окне... Боже мой, как давно я не обращала внимания на эти цветы, стоящие на окне рабочего кабинета уже около года. Какой несравнимой красотой возрождающейся жизни веет от них. Цветы распустили свои бутоны, приветствуя открытостью и белизной, скромной нежностью и гармонией цветов, символизируя Обновление, Возрождение...

Известно, что это – цветы Любви и Верности.

Орхидеи подарили дети. С тех пор прошёл уже почти год. В какой-то момент показалось, что они не возродятся вновь: практически два голых тонких ствола выглядывали из-под земли цветочного горшка. Рука не поднялась убрать цветок с окна, выставить на улицу. Это значило для меня что-то светлое потерять, уничтожить, предать.

Животворные руки мужа поколдовали и над ним, по какому-то ему одному ведомому ритму оживления, прикосновения, поливания, и цветок ожил, продолжил своё существование, получил вторую жизнь.

Так и человек... Казалось бы, он лишился энергии, слаб, немощен, потерял ориентир в жизненной суете, но стоит обратить на него внимание, сказать доброе слово, похвалить за обычный поступок, и через минуту вы не узнаете в нём того первого, поникшего, потерявшегося, слабого и безвольного. Откуда только что возьмётся...

А если ещё солнышко прикоснулось к нему своими лучами, ветерок пробежался по телу, лаская и приветствуя, прохожий улыбнулся, заставив, почему-то неосознанно, волнуясь, улыбнуться в ответ и озорно, кокетливо поведя плечом, раствориться в толпе...

Такова прелюдия сегодняшнего утра. Продолжение пока непредсказуемо. Всё во власти настроения и волны свежего воздуха, зовущих ощутить жизнь, отдавшись полёту.

Я лечу к ним навстречу.

# На пути к пониманию себя

Как-то легче дышать стало. Отступила хандра, потонула в море последних дней и событий. Душа перестала стонать, ныть и болеть. Мрак отступил. Настала полоса света, любви и вдохновения.

Золотая осень причиной тому или процесс взросления, духовного совершенствования перерос в иную фазу? Всё вокруг осталось как будто прежним. Горя хватает, как и раньше. Стон и плач несётся над землёй. Действительность потрясает отсутствием равновесия в происходящем и взаимопонимания. Как ни странно, в этом бушующем, полном несправедливости и не вечном мире моя душа, как мне кажется, наконец-то обрела точку опоры и пытается в помощи другим найти пристань, понимание и спасение...

Мир не совершенен, но он создан для человека и всего живого в мироздании. Понять и принять его таким, каков он есть, означает умение подняться над земным, слияние мыслями и думами со Вселенной.

Помощь другим, проявляющаяся в малом и каждодневном, это уже своего рода поднятие над эгоизмом и приземлённостью, над тщеславием и завистью.

Страх отступил, уступив место свободе мысли и трезвости ума. Это может быть временным явлением, но само то, что это произошло, даёт надежду на выход из состояния покорности и безысходности, внутреннего копания и неуверенности.

Жажда жизни охватила меня. Хочется объять необъятное: отправиться в кругосветное путешествие, заняться изучением иностранных языков, расширить круг друзей, хочется любить и быть любимой.

Хочется... В самом этом слове таится неосознанное предубеждение в невозможности осуществления желаний. Мало хотеть, нужно делать. Пока моя деятельность ограничивается помощью детям, сестре, друзьям. Совет, участие, тёплое слово, вовремя протянутая рука помощи... Это немного, но это уже что-то, если находящийся рядом с тобой человек одинок, в депрессии, потерял дорогого сердцу родного человека, остался один на один в этом совсем непростом мире среди порой равнодушных людей.

В настоящее время я в отпуске. Две недели прошли в заботах о других. Кажется, наступил момент отдаться течению жизни и оставшиеся несколько дней посвятить себе и мужу, приблизиться к реальности происходящего и насладиться красотой окружающего мира.

Несколько дней для себя... Один из них прошёл в беседе после сауны в окружении друзей. Разговоры вокруг одной темы: поменять образ жизни, болезни, утраты и потери, горе близких и знакомых... Всё скорбное, печальное, мучающее, давящее и не дающее веры в сегодняшний день.

Следующий день, проведённый в кругу друзей в романтической обстановке у камина с бокалами вина, полутьмой, фотографиями и просмотром телевизионных передач, затрагивающих душу воспоминаниями о детских и юношеских годах, не много прибавил в плане поднятия настроения, вернее, жизненного тонуса. Душа осталась и в этот день холодной. Значит, ей это тоже было не нужно.

На завтра намечена прогулка на природу в кругу друзей: рыбалка, обед на свежем воздухе, возможно и продолжение встречи в домашней обстановке. Интересно, как душа откликнется на такого рода времяпрепровождение.

Что же нужно человеку для счастья? Что нужно мне?

А, может, это просто начало старости, когда уже человека ничем не удивишь, ничем не заинтересуешь? А, может быть, жить для себя в обстановке горя и страданий просто невозможно и даже кощунственно по отношению к другим?

Я знаю, что в четырёх километрах от моего дома сидят в безутешном горе муж и жена, мои лучшие друзья по жизни. Судьба одного из них предрешена. Два года борьбы с неизлечимой болезнью отняли у обоих надежду на его выздоровление. Они не способны больше бороться, понимают тщетность новой попытки борьбы за жизнь. Разочарование и тоска, горечь утраты и невозможность помочь остающейся на этой земле, в этой реальности, мучают обоих. Они смирились с совершающимся над ними судом, они покорились и приняли это решение Всевышнего. Я преклоняюсь перед этими людьми, поражаюсь их стойкости духа, выносливости и терпению.

Я преклоняюсь и перед другим другом детства. Несколько дней назад мы стояли у могилы его жены в окружении близких, родных и знакомых. Судьба этой женщины-матери была тоже год назад предрешена. Поверить в это было тогда трудно, но реальность не милосердна. Она не щадит никого: ни старого, ни молодого.

Творец знает, зачем он привёл нас в этот прекрасный замечательный мир света и добра. Он знает, и когда мы должны уйти из этого мира, полного неожиданностей и противоречий. Мёртвому – мёртвое, живому – живое, кажется, так сказано в Библии – Главной Книге Жизни. Мы не должны роптать и не должны пытаться понять помыслы Господни.

Всевышний знает, что он вершит и почему. Мы должны благодарить его и верить в правильность всего, что происходит с нами в этом мире. Но это так больно осознать, что недалеко от тебя, всего в четырёх километрах, сидят, прильнув друг к другу, два дорогих сердцу человека. Они больше молчат, потому что всё уже сказано, всё уже много раз прокручено в сознании, потому что души не могут смириться с происходящим, потому что скоро наступит последняя минута видения друг друга в этой жизни. А ты бессилён в этой ситуации. Попытаться поддержать словом и советом можешь, но смотреть в глаза беде и смерти – это выше сил и разума.

Сколько отпущено человеку терпеть? Сколько ему нужно вынести, чтобы пройти узким или широким путём к своему создателю?

Как же можно наслаждаться в этом мире его красотами, если за каждым углом подстерегает беда? Это тёмные силы пытаются увести человека с пути истинного. Жизнь в борьбе с тёмными её проявлениями – это наш удел, удел всего человечества. На этой грустной ноте я заканчиваю мой печальный рассказ о Жизни и Смерти, о жизни для себя и для других, о любви к людям и Всевышнему.

# Предсказание

Новая страница жизни открылась мне вчера. Не каждый в это поверит, но, благодаря одной встрече, я обрела веру в то, что ещё не всё потеряно, что у меня есть время, что многое для меня ещё впереди. Я не могу удержаться, чтобы не рассказать об этом всему миру.

Вчера я встретила человека, который, если не перевернул мою жизнь, то, по крайней мере, направил её в нужное русло. Если честно, то в последние месяцы, докатившись чуть ли не до депрессии, я пришла к выводу, что жизнь кончилась: осталось дотянуть до пенсии и на покой, то есть на заслуженный отдых или на погост.

Неожиданно, за один день, всё во мне резко изменилось. Причиной тому явилась простая женщина, проживающая в двухстах пятидесяти километрах от нас в небольшой деревеньке, как она поэтично выразилась, «на краю чужого гнезда». Судьба свела меня с этой женщиной, вероятно, не случайно. Её необыкновенность проявилась в умении увидеть меня насквозь, с первого взгляда понять мою внутреннюю сущность, состояние души, в умении читать мои мысли, в умении определять недуги и способности их исцелять.

Судьба женщины обычна. Родилась она на Урале. С детства видела, как родители, не разгибая спины, трудятся для пропитания. Они были подстать друг другу, ласковые и добрые. В любви и ласке в многодетной семье прошли её детские годы.

Женщина не помнит, когда она ощутила силу исцеления в своих руках и свою необычность. Когда я спросила её, как она это определила, она вдруг резко ответила: «Если Бог тебе эту силу даст, то поймёшь». Через несколько минут уже спокойным ровным голосом, одновременно исцеляя руками недуги, она рассказывала мне, что однажды, ещё в детские годы, у неё страшно разболелась голова. Она приложила к ней руку, и боль прошла. Она как-то забыла об этом случае, но потом случайно определила, что может снимать боль у других, даже больных неизлечимо...

Она нигде ничему не училась, но что бы ни делала, всё у неё получалось, всё что ни говорила – сбывалось. Однажды её пригласили помочь одной старушке. Через три сеанса она, уходя, сказала родственникам: «Чего вы её лечите? Она умрёт через четыре дня». Бабушка действительно через четыре дня умерла. Так женщина начала пророчествовать. Она сама не понимает, то ли при этом говорит она, то ли кто-то внутри неё помогает ей в этом. Помогая людям, она сразу предупреждает: «Я – не Бог, я попробую полечить, может

быть, получится».

Не буду подробно рассказывать о чудесах, которые творит эта удивительная женщина, хочу только отметить, что она такая же, как и мы: занимается хозяйством, убаживает своего мужа, который грешит, а потом ходит в церковь грехи замазывать. Она – не фанатка, говорит, что Бог – один и не обязательно поклоняться ему в церкви. Он внутри каждого человека, он в душе каждого. Нужно в него верить и обязательно благодарить за каждый прожитый день, каждое событие в этот день. Нужно радоваться каждому утру: солнышку, восходящему на небушке, и говорить ему: «Здравствуй». Нужно сделать для себя правилом гулять утром и вечером, по возможности, по просёлочным дорогам, вдыхать аромат трав и цветов, аромат воздуха, ощущать его, нужно уметь видеть красоту, восхищаться и наслаждаться ею. Ведь всё вокруг создано для нас Всевышним. Мы должны это понимать и не забывать благодарить его за его творения.

Тоскует женщина по Родине. Ей сейчас уже за семьдесят, но душа – молода, сердце бьётся задорно, мыслям тесно, душе приятно. Судьба свела нас с ней неожиданно-негаданно, но, я думаю, что эта встреча была предопределена, то есть состоялась неслучайно. Нас направляло навстречу прошлое, настоящее и будущее.

Во время последнего сеанса, не прикасаясь ко мне, но отдавая тепло своего тела и пропуская через себя всю мою боль и заразу, быстрым неожиданным движением она подняла мою левую руку, взглянула на линии ладони и сказала, чётко отделяя одну фразу от другой: «Всё у тебя будет хорошо. Когда придет твой последний час, ты не будешь мучиться, уйдёшь тихо и спокойно. Ты проживёшь долго и со своим одним единственным мужем пройдёшь до конца вам отведённый жизненный путь. Вы прожили хорошую жизнь. Два события были, которые нарушили её спокойное течение, вы их преодолели. Всё у вас будет хорошо».

Её откровение, вернее, предсказание было для меня неожиданным. На несколько минут я потеряла дар речи. Это были очень важные слова, наполненные живительным соком. Они были сказаны в нужное время и потрясли меня до глубины души.

Я ощущаю и сейчас руки этой необыкновенной женщины на отдельных участках моего тела. Я слышу её сдавленное прерывистое дыхание, всхлипы, вздохи и стоны. Я вижу её слёзы, ощущаю тепло, исходящее от её рук и тела. Руки её очень сильные и невероятно чувствительные. Они горят, покрываясь волдырями, когда она дотрагивается до моих больных участков тела. Мне кажется, что руки её излучают потоки энергии, одновременно вбирая в себя заразу

и нечисть из организма. Может, я это себе так нафантазировала, но знаю точно, что мысли основаны на реальных чувствах и ощущениях.

Во время первой встречи женщина сказала мне: «На тебе зависть. Кто-то очень завидует вам с мужем, кто-то близкий». После первого сеанса она спросила меня как бы нечаянно: «Кто же это так сильно тебя ненавидит? Кто же так подорвал твоё здоровье? Но ничего, мы поправим, я обещаю».

\* \* \*

Боже! Боже! Я благодарю тебя за встречу с этой необыкновенной женщиной. Она вдохнула в меня новую жизнь. «Значит, мне рано ещё на покой? – пело внутри меня. – Значит, всё ещё впереди? Значит, можно планировать, создавать программу на долгие годы моей дальнейшей жизни?»

Смешно, но без программы, без конкретно поставленных целей я себе не представляю жизнь. Такое уж воспитание получила в социалистическом обществе. Впрочем, в этом есть и доля положительного.

\*\*\*

Итак, я буду жить долго...

Что же мне предстоит ещё в жизни? В чём её смысл?

Боже, дай мне ответ на этот вопрос, дай мне знак. Как мне

жить дальше? Что изменить в жизни? Как изменить себя?

# Мысли, проверенные жизнью

Недавно, перебирая тетради с дневниковыми записями за многие годы, я наткнулась на интересные мысли, которые живут во мне, но в словесную форму были облечены семь лет назад, о чём свидетельствуют черновые наброски тех лет. Сразу хочу заметить, что память не сохранила, что легло в их основу. Может, чьи-то философские рассуждения? А, может, я пришла к этим выводам сама на основе какой-то прочитанной книги? Не знаю. Если кто-то знаком с этими мыслями, то это ещё раз доказывает, что они – не плод моей одинокой фантазии:

- Любите себя, каждую клеточку своего организма – это ваш микрокосмос, это Божье начало.
- Ваша сила и защита – во всепрощении.
- Не нарушайте равновесия между мужским и женским началом, это равновесие – путь к гармонии.
- Не засоряйте пространство омрачённым настроением.
- Помните о силе слова, ничто так не притягивает людей как сказанное слово.
- Наше сознание говорит: «Я думаю», наше подсознание говорит: «Я знаю».
- Когда чувственность прорастает в сознание – это путь к гармонии, путь вверх.

- Страх – это зажатие души.
- Не позволяйте подавлять себя.
- Если недовольны собой, причину ищите в себе.
- Уныние приводит к болезням.

Из всего вышесказанного я поставила перед собой задачу: снять закомплексованность, расслабиться, освободиться от предрассудков, уважать и любить себя как личность.

Мысли эти впоследствии были проверены и подтверждены жизнью. А тогда я поняла, что подсознание постоянно совершает свою работу. Оно непрестанно меняет человека, ведёт его по пути совершенствования.

# На пути познания себя

Седьмой год пребывания на новой родине в вечнозелёной Германии. Седьмой год адаптации в зарубежную культуру европейского содружества. Седьмой год интеграции в местную среду и окружающее нас общество.

Эти годы для нас, переселенцев по немецким корням, не прошли даром. Практически это была жизнь, наполненная до краёв новым содержанием, которое помогло нам в этот период постичь новое и заложить фундамент для дальнейшего существования в материально развитой стране чуждого ещё пока для нас мира. Этот период изучения и познания новой культуры, традиций и обычаев продолжается до сегодняшнего дня.

Главным же достижением этого времени явилось для нас объединение в группу русскоязычных по происхождению на основе в чем-то похожих взглядов и интересов. Впоследствии мы стали хорошими друзьями. Время, проведённое вместе, согревает наши сердца, помогает в преодолении душевного дискомфорта и трудностей. Мы встречаемся часто семьями, делимся новыми впечатлениями, проводим вместе свободное время и отмечаем праздники. Нам хорошо вместе.

Сегодня мы с мужем приглашены на день рождения к другу в его семейное окружение. Я всегда с удовольствием провожу время с этими интеллигентными и интересными людьми.

Моё место за столом оказалось рядом с мамой именинника. Мы общались с ней в течение всего вечера. Я чувствовала её уважение и заботу обо мне: то салат подвинет поближе, то чайку подольёт, то конфетку положит. Мы говорили с ней об имениннике, об Урале, где он родился, о сибирской тайге, о здоровье, погоде, плате за квартиру, о государственном пособии...

Я не вступаю в разговор за столом. В последнее время стараюсь больше слушать, чем высказывать своё мнение. В разговоры мужчин вообще не вмешиваюсь. Они мыслят другими категориями и считают себя правыми почти во всех вопросах бытия. У них вообще отличающаяся от нас, женщин, логика мышления.

Мне было хорошо и уютно у наших друзей. Жена хозяйки принесла и прокомментировала фотографии, сделанные в России, на Урале, во время летнего отпуска. Хозяин испытывал в большой степени чувство ностальгии. Это очень непросто вернуться на Родину на пару недель и снова рас-

статься с ней, чтобы, может быть, никогда больше не вернуться обратно. Знаю по себе, когда приходит это чувство тоски по Родине, его нужно сразу изгонять, давить в зародыше, иначе оно тебя давить будет с двойной силой ещё сильнее в течение всей последующей жизни. А там недалеко и до депрессии, суицида.

В конце вечера на какое-то время ушла в свои мысли, ослабилась, по-прежнему не принимая участие в общем разговоре. Это не прошло незамеченным. Время было позднее. Мы уже начали прощаться с хозяевами, и вдруг брат жены именинника задал несколько вопросов, которые не оставили меня равнодушной, затронули за живое.

Первый вопрос касался чувств собственника после приобретения дома в частную собственность: почувствовали ли мы, что что-нибудь в нас самих изменилось? На этот вопрос мы с мужем ответили отрицательно. Следующий относился к моей новой профессии, полученной в новой жизни: испытываю ли я особое удовлетворение от нового рода деятельности? Положительно я не смогла на него сразу ответить.

Потом был задан, как мне показалось, главный вопрос, интересующий собеседника: что же тогда со мной за год произошло, что оказало влияние на изменение моей личности? Без всякой взаимосвязи с предыдущими вопросами знако-

мый пытался вслух разобраться во мне, проанализировать моё поведение в течение вечера в сравнении с тем, какой он меня знал в предыдущие годы.

Сегодня я была в его глазах человеком, поднявшимся над бытом, для которого не представляет интереса всё, о чём здесь говорилось. Я слушала других, по его словам, так, как будто всё давно знаю, и всё, о чём присутствующие здесь говорят, кажется мне ничтожным и даже больше – чересчур земным. Он пытался понять, что же я такое знаю, чего другие не знают?

Это был первый человек в моей жизни, который вообще попытался меня проанализировать, понять или разгадать. Частично ему это удалось. Он только не смог сделать правильный вывод, найти ответ на свой главный вопрос. Я его пока тоже, к сожалению, сделать не могу...

# Размышления о важных вопросах бытия

## Декабрь 2000 года

Сегодня работала во вторую смену. Пришла домой уставшая, вымотанная психически и физически, но ещё способная к написанию этих строк, к анализу увиденного и услышанного.

Большую тревогу вызывает у нас в отделении один новый пациент. Он смертельно болен. Оперативным путём у него была удалена злокачественная опухоль, но возникли осложнения. Больной находится между жизнью и смертью. Мы, обслуживающий персонал, не чувствуем этой боли, но по выражению его лица, по проводимым процедурам и названиям медикаментов понимаем, что человек глубоко страдает.

Эти страдания находят отклик в моей душе. Я не знаю, какими словами его успокоить, и стоит ли в этом случае искать слова успокоения. Сейчас для него уже не имеет значения, как и что ему говорят, главное, что кто-то находится рядом. Я просто смотрю в глаза этому сорокадевятилет-

нему мужчине, жму ему руку, читаю, написанные его рукой на маленькой доске слова: «...капли... больно... не закройте двери... не могу дышать... помогите...»

В моей новой профессии главное, чтобы ты сумел почувствовать ту границу, где ты должен остановиться в соперничестве, иначе не выдержишь. Ты ведь не камень, ты не можешь выдержать больше того, чем тебе отпущено... Ты должен сам найти, вернее, определить свой предел возможностей, не должен перешагивать через невидимую черту.

Я смотрю в глаза этому человеку, жму ему руку и говорю ничего не значащие слова: «Всё будет хорошо. Мы должны оба иметь терпение, учиться терпению. Я дам Вам сейчас капель, Вам будет не так больно...» Я пересаживаю его в коляску. Везу в столовую к знакомым и друзьям, в надежде таким образом скрасить минуты боли.

Через час моя смена закончилась... Привычным путём – сначала на велосипеде до вокзала, потом несколько остановок на электричке – я добираюсь до дому. По дороге пытаюсь отключиться от увиденного, услышанного и пережитого на работе...

Мои родные уже спят, так и не дождавшись меня... На столе лежат листочки бумаги, исписанные неровным по-

черком девятилетнего сына. Он тоже пытался описать для меня события сегодняшнего дня, им прочувствованные и пережитые.

«Всё будет хорошо, мой мальчик, – подумала я. – Ты пройдёшь по жизни свой путь, отмеренный только тебе тем, кто вершит наши судьбы. Спи спокойно, мой мальчик. Всё будет хорошо. Всё будет хорошо».

## Июль 2004 года

«Надо просить у Бога Его разума, чтобы мыслить не о том, что видят ваши глаза, а о том, что видит Его. Чтобы Его мысли стали вашими, и тогда вам будет доступно правильное понимание ценностей на земле. Тогда вы сможете прожить эту жизнь достойно».

Эти строки, прочитанные случайно в интернете, явились для меня каким-то откровением, заставляли читать и перечитывать их, не оставляли в покое.

«Что же для меня является важным и главным в жизни? – размышляла я в свободные минуты, оставаясь на время наедине со своим внутренним «я». – Вовремя помочь человеку встать на ноги, своему ли, чужому, принести пользу, вселить надежду, дать веру, обогреть любовью, защитить от нападков, уберечь от беды? Этим я занималась и занимаюсь всю мою сознательную жизнь.

Двадцать лет работы в советской школе: учителем, методистом, директором... Это ли ни деятельность, в которой я сознательно или бессознательно помогала людям различного возраста в самосовершенствовании, решении жизненных вопросов. Значит, получается, что я выполняю мою миссию

в течение многих лет, не осознавая этого разумом. Подсознание вело меня по этому пути, рассчитывая на то, что когда-нибудь придёт ко мне осознание того, что жизнь прожита не напрасно. Шаг за шагом моё внутреннее «я» выполняет свою миссию, предопределённую природой.

Меня неожиданно обожгло мыслью: «Я всё время, всю мою сознательную жизнь пыталась найти своё предназначение, а сама давно его выполняю. Так, может, в том, что я начала этот откровенный разговор с собой, пусть даже на бумаге, и есть выход на следующий виток развития моего самосознания, реализации моего предназначения».

Подсознание подсказало эту мысль... верю ему, иду за ним в мир познания себя и истины через погружение в себя.

## Февраль 2006 года

Что же является для меня самым ценным в жизни?

Вопрос очень трудный, на него нельзя ответить сразу, но он требует немедленного ответа. Иначе это будет не искренний ответ, а что-то надуманное, вычурное, чужое.

Что для меня самое ценное в жизни? Свобода в высшем смысле этого слова. Я хочу быть свободной в моих действиях, мыслях и чувствах, честной и открытой в общении с людьми, с друзьями и близкими.

Большую ценность в моей жизни играют и взаимоотношения между людьми. Чувство праздника рождается в душе при общении с интересными людьми. Возникновение какого-то внутреннего беспокойства, беспокойства в покое от разговора с ними. Это чувство, по-моему, необходимо человеку, чтобы он не погрузился в заботы о материальных ценностях, не погряз в бытовых хлопотах.

Праздник человек несёт в себе сам, приносит с собой к друзьям и близким, сам создаёт вокруг себя своими положительными эмоциями атмосферу любви и взаимопонимания. Для меня важно, чтобы окружающие люди понимали это, чтобы состояние праздника при общении со мной по-

могало им в создании праздничной духовной атмосферы вокруг себя.

Это стремление к самовыражению – созвучно нашему времени. В настоящее время я пытаюсь своими положительными эмоциями перекрывать негативную энергетику, которая даже в очень близких мне людях является основополагающей. Я только не пойму, почему раньше этого не замечала и не видела, не пыталась каким-либо образом бороться, чтобы перекрыть этот клапан отрицательных эмоций, с целью сохранить свой положительный потенциал и свободу духа.

Наверное, это прерогатива старости: анализировать, осмысливать, менять, выносить приговор, но не рубить с плеча, а, разобравшись в понятном, попытаться спасти ситуацию, меняя, разрушая, в конце концов, уничтожая сложившиеся стереотипы. Помочь себе и другим выйти из осознанного без потерь, но обновившимся изнутри и стремящимся изменить вокруг себя годами сложившуюся обстановку – эта задача по плечу зрелому человеку, имеющему багаж жизненного опыта.

Мою мыслительную деятельность определяет в последние два десятилетия, с момента рождения сына, материнская любовь. На основе личного жизненного опыта знаю, что ценнее детей для матери ничего нет. Это серьёзная и большая тема,

но, если быть до конца правдивой, она перекрывает для меня, как матери, в настоящее время все ценности. Это могут понять только женщины-матери, поэтому не заостряю сейчас внимание на этих чувствах, так как пытаюсь разобраться в общечеловеческих ценностях.

После того как я написала эти строки, почувствовала внутренний протест. Сознание не захотело принять мысль в целом. Оно встало на сторону мужчин и спросило: «А отцовская любовь? Значит, правильнее говорить о чувстве любви к детям – в общем и в частности – к своим детям?»

Когда я пишу, я пытаюсь слышать внутренний голос, не дающий уплыть в мир общепринятых суждений и понятий. Я слеую за внутренним голосом, иначе не было бы смысла начинать мои откровения, и это тоже имеет для меня большую ценность.

Всё, чего я пытаюсь добиться в жизни – это внутреннего творческого удовлетворения. В тот момент, когда меня перестаёт интересовать задуманное, перестаёт устраивать результат, я прощаюсь со своими начинаниями. Может быть, поэтому, прожив большой отрезок времени, я ещё ничем себя не проявила?

Но жизнь продолжается. Думаю, что с годами важным для

меня становится и признание, нет не заслуг, а признание и уважение со стороны близких и знакомых людей, понимание, что я не зря прожила эти годы.

К этой мысли я пришла недавно, когда получила через интернет послание бывшей ученицы. Я сохранила его и привожу дословно:

«Ирэна Ивановна, дорогая, здравствуйте! Как же я Вам рада! Только ради одного этого стоило пойти на сайт „Одноклассники“. О себе: Я закончила филфак в 1986 году (не без вашего огромного влияния), о чём нисколько не жалею и до сих пор считаю это образование лучшим и единственно возможным для себя. Более того – моя 21-летняя дочь читает много и с удовольствием и уже влияет на мой выбор в современной литературе. Это не громкие слова, а действительно – Ваша огромная заслуга. Такая сильная, что передаётся даже через поколения... Как вы? Мне так не хватало Вас тогда, сразу после школы. Пожалуй, это была моя самая большая потеря в школе. Мне действительно интересно всё, что связано с Вами. Вы оказали на мою жизнь, пожалуй, самое огромное влияние. Мы Вас просто фанатично абсолютно все любили. Я не помню больше в своей жизни такого авторитета. Я вообще мало склонна к поклонению... но Вы вне этого...»

А вот ещё послания учеников той же школы, но другого выпуска:

«Ирэна Ивановна, огромный привет от Вашего ученика. От нашей школы у меня остались прекрасные и волнующие воспоминания и чувства от общения с той прекрасной Дамой, моей наставницей на путь истинный, которая в меня втиснула любовь к литературе! Храни Вас Господь и будьте счастливы на многие лета».

«Любимые учителя никогда не забываются... Я тоже далеко от системы народного образования не ушла: закончив университет, попыталась сначала устроиться в школу, а потом случайно попала в городское управление образования. В настоящее время работаю в областном департаменте общего образования. Очень хотелось бы Вас увидеть, наверное, Вы всё такая же привлекательная, эффектная».

Когда я перечитываю эти строки моих учеников, мне не верится, что они обращены ко мне и написаны обо мне. Годы, события и расстояние разделяют нас, но память жива. В конечном итоге ценно то, что остаётся в воспоминаниях у тебя, о тебе...

# Что значит для меня быть счастливой?

Счастье... О нём так много сказано в литературных и музыкальных произведениях, казалось бы, что можно сказать нового... А я и частично не могу ответить на вопросы: Что такое счастье? Счастлива ли я?

Сегодня я прочитала притчу, смысл которой в словах: «У самых счастливых людей нет ничего лучшего, но они извлекают лучшее из того, что у них есть. Счастье в том, чтобы хотеть то, что в тебе есть, а не в том, чтобы хотеть то, что ты хочешь».

А вот и сама притча: «Выпускники жаловались на многочисленные трудности и жизненные проблемы. Предложив своим гостям кофе, профессор пошёл на кухню и вернулся с кофейником и подносом, уставленным самыми разными чашками – фарфоровыми, стеклянными, пластиковыми, хрустальными и простыми, и дорогими, и изысканными. Когда выпускники разобрали чашки, профессор сказал: «Если вы заметили, все дорогие чашки разобраны. Никто не выбрал чашки простые и дешёвые. Желание иметь для себя только лучшее и есть источник ваших проблем. Поймите, что чашка сама по себе не делает кофе лучше. Иногда она

просто дороже, а иногда даже скрывает то, что мы пьём. То, что вы действительно хотели, было – кофе, а не чашка. Но вы сознательно выбрали лучшие чашки. А затем разглядывали, кому какая чашка досталась. А теперь подумайте: жизнь – это кофе, а работа, деньги, положение, общество – это чашки. Это всего лишь инструменты для хранения Жизни. То, какую чашку мы имеем, не определяет и не меняет качества нашей Жизни. Иногда, концентрируясь только на чашке, мы забываем насладиться вкусом самого кофе. Наслаждайтесь своим кофе!»

Где-то недавно я прочитала: «У самых счастливых людей нет всего лучшего. Но они извлекают всё лучшее из того, что есть. Счастье в том, чтобы хотеть то, что у тебя есть. А не в том, чтобы иметь то, что хочешь. Жизнь коротка – нарушай правила – Прощай быстро – Целуй медленно – Люби искренно – Смейся неудержимо. И никогда не сожалей о том, что заставило тебя улыбнуться».

Заставило меня задуматься и письмо, прочитанное в русскоязычном журнале «Контакт – Шанс»: «Уважаемая редакция! Хочется с вами поделиться. Нам с мужем по 79 лет, в таком возрасте вряд ли кто стихи пишет. А мне всё хочется писать – поэмы, стихотворения, юморески. Может, потому что у меня очень хороший муж? Мы с ним живём вместе пятьдесят шесть лет, пятерых детей вырастили. И жизнь та-

кой хорошей кажется, что жить бы ещё и жить».

Да, счастье, когда ты не один, когда есть о чём вспомнить, есть ради кого и чего жить, когда можешь радоваться всему, что Бог даёт нам, каждому дуновению ветерка, каждому лучику солнца. Нельзя жалеть, что жизнь проходит, нельзя грустить, а надо жить, пока живётся, и пока сердце бьётся надо благодарить Всевышнего за судьбу.

Я благодарю Всевышнего и свою судьбу за мою жизнь: со взлётами и падениями, с сомнениями и тревогами, страхами и искушениями. Я благодарю и принимаю судьбу такой, какая она есть, и не откажусь никогда от того, что мне довелось в жизни пережить и испытать.

## Октябрь 2008 года

Готовых ответов и готовых рецептов на вопросы, поставленные жизнью, нет. Каждый человек на них отвечает сам и в меру своих способностей, своего жизненного опыта, в определённое время, когда его мозг способен выдавать только для него одного правильный ответ и направлять дальше в житейские страсти. В этом и заключается жизненный процесс – достигать и ставить перед собой новые вопросы, новые задачи, потом искать на них новые ответы и новые решения.

Недавно мне попала на глаза книга, название которой предвещало многое. Автор пытался открыть для себя и человечества искусство стать счастливым. Он пытался показать, как сам человек может решать проблемы, поставленные перед ним жизнью.

Название книги отвечало моим прежним романтическим взглядам на жизнь, поискам истины в мире добра и зла. Позже, когда я вникла в её содержание, то подумала: «Если бы я прочитала эту книгу лет десять назад, может быть, она перевернула бы мою жизнь».

В тот день я отложила её в сторону, не хотела беречь ду-

шу ненужными и никчемными разочарованиями. Я оставила книгу на столе в комнате отдыха для моих коллег. В течение нескольких недель она пролежала на видном месте, но при мне ни один из сотрудников даже ради любопытства не взял её в руки, не открыл, не перевернул ни одной страницы.

Ещё через несколько дней я не выдержала, положила книгу в свой рабочий рюкзак с мыслью: в свободное время в ожидании, например, поезда, которым я ежедневно приезжаю на работу и возвращаюсь домой, прочитать её на скорую руку. Так и читала урывками, отрывками, возвращаясь к одним и тем же строкам по нескольку раз, поражаясь, что нашёлся ещё один человек, который мыслит моими категориями, думает моими мыслями.

# 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.