

МАРКИТАНОВ

АЛЕКСАНДР

ALEKSANDR MARKITANOV

Технология жизни



БОЛЕЕ
1000000
ЧИТАТЕЛЕЙ

... и при этом быть детьми?

Формула жизни - Любовь

Формула жизни – Любовь

Александр Маркитанов

**Технология жизни ...
и при чем тут дети?**

«Свет»

2010

УДК 159.96
ББК 88.5

Маркитанов А.

Технология жизни ...и при чем тут дети? / А. Маркитанов —
«Свет», 2010 — (Формула жизни – Любовь)

Чтобы быть счастливым и самодостаточным, приносить своими мыслями, эмоциями и действиями радость себе и своим близким, надо выстраивать свою жизнь по определенным правилам, соответствующим законам Вселенной, – в этом и заключается технология жизни. Человек осваивает ее, преодолевая собственные слабости и невежество, избавляясь от ложных ценностей, развивая осознанный взгляд на мир. Это путь ученичества, а главными учителями на этом пути могут стать для нас наши дети... Автор предлагает родителям взглянуть на своего ребенка совершенно с иной стороны – увидеть в нем дар Небес, присланный помогать им не только в личном духовном росте (воспитании себя), но и в создании достойных традиций для будущих поколений.

УДК 159.96
ББК 88.5

© Маркитанов А., 2010
© Свет, 2010

Содержание

К читателю	6
Глава 1. Зеркальный мир и дети... для чего?	8
Глава 2. Дети – наши воспитатели	13
Глава 3. Зрелые, молодые и дети	18
Глава 4. Дети в театре абсурда	27
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Александр Маркитанов

Технология жизни ...и при чем тут дети?

© Маркитанов А., 2010

©Оформление ООО «Свет», 2014

* * *

Посвящаю моей дочурке Стефании

К читателю

Наши дети – наши учителя. На некотором жизненном этапе эта формула для меня стала настолько же очевидной, как и тот факт, что колесо круглое.

Колумб открыл Америку – естественно, что это открытие стало объектом наблюдения, и вполне нормально, что люди стали этим открытием пользоваться. Круглая форма колеса – не мое изобретение, а результат наблюдения. Вполне естественно и нормально, что я пользуюсь этим древним открытием и современным результатом своего наблюдения. А еще мне довелось пронаблюдать главную природную, божественную роль детей. И в течение многих лет наблюдений, исследовав эту сторону жизни, не претендуя на первенство, теперь утверждаю: *«Дети приходят в судьбу взрослых как учителя»*. Нахожу это утверждение верным и метким, а попытку поразмышлять по этому поводу весьма полезной. Итогом размышлений, как правило, становится какой-то вывод. Если мысли текут (или скачут) в верном направлении, то за ними следует верный вывод. Когда имеется верный вывод, остается малость – последовать ему. Последовать своему собственному верному выводу – значит совершить действие, создать намерение и начать учиться... с помощью своих маленьких наставников – учителей. Пришел ребенок в вашу жизнь – возникла новая фаза обучающего процесса в школе под названием «Жизнь». Началось интенсивное обучение таким дисциплинам, как терпение, гибкость, находчивость, ответственность, чувство юмора, система жизненных ценностей, мудрость.

При этом понимаю, что, даже сделав усилие и поразмыслив, идею *учиться* примет не каждый. Из тех, кто примет, не каждый сможет осмыслить то, что он принял. Из тех, кто осмыслит, не каждый готов будет совершить переворот в своей традиционной позиции родителя – кормильца и деспота (несомненно, любящего при этом). Этим «не каждым» был и я когда-то. Теперь, благодаря упорному обучению в школе «Жизнь», моя позиция на этот счет прочная, как никогда ранее. И каждое «случайное» мелкое событие в жизни показывает, что свою близкую к безупречной позицию еще предстоит осмысливать и осмысливать, вживаться и вживаться в нее.

Об этом данная книга. В ней я хочу поделиться своими наблюдениями, размышлениями, выводами исследователя, тренера-преподавателя, проводящего в год более пятидесяти тренингов, семинаров и столько же публичных встреч с разными аудиториями, людьми в разных уголках мира уже более десяти лет. Переписка, которую я веду с выпускниками моих тренингов и читателями моих книг, в сочетании с живым соприкосновением с судьбами людей разных в разных городах и странах мира, дают мне целостную картину бытия и информационную базу для определения неизвестных и подтверждения как малоизвестных, так и весьма известных закономерностей.

Картина мира на сегодняшний день такова – бытие протекает по законам, установленным обществом. То есть тем законам, которые установлены в конкретном обществе для тех, кто его, общество, составляет. Где-то законы более разумные, где-то менее, где-то абсурдные, а где-то, какими бы эти законы ни были, обществом они не соблюдаются. Но и в первом, и во втором, и в остальных случаях эти законы несовершенны и существенно отличаются от законов Вселенной. То, что существуют законы, установленные Творцом этого мира, – не секрет. Но этот «не секрет» мало интересует общество. Интерес среднестатистического представителя социума к изучению данных закономерностей довольно слаб. Поэтому космические законы игнорируются и, соответственно, не соблюдаются как отдельно взятым среднестатистическим индивидуумом, так и обществом в целом. В этом несоблюдении и кроются причины множества проблем человека.

Свои выводы я обосновываю, а наблюдения, на основании которых они сделаны, обязательно сопровождаю примерами. Примеры, которые я привожу, подлинные. Их такое великое множество, что нет нужды что-то выдумывать.

Итак, к делу! Читайте, размышляйте, сопоставляйте, ломайте при необходимости стереотипные общественные представления о многих привычках и традициях, делайте выводы. Как только вывод сделан, остается малость – сделать выбор, воспользоваться. Для чего это нужно? Для того чтобы убрать ту боль, которая возникает в отношениях с детьми и не только. Для того чтобы через исправление собственных ошибок наполнять свою жизнь радостью.

Если у вас или у кого-то из ваших близких так уж складывается, что радости в жизни маловато, а огорчений больше, чем хотелось бы, значит есть смысл задуматься о коррекции своих привычек. Если жизнь течет не так, как хочется, значит причиной тому привычное мировосприятие, привычное мышление. Что делать? Революцию... собственного сознания. При этом ничего не надо крушить и объявлять войну кому бы то ни было внутри себя. Просто нужно обрести подходящую технологию бытия, ведущую вас к желанному качеству жизни. На эту тему существует великое множество трудов. Предлагаю вам соприкоснуться с еще одной точкой зрения, которая, возможно, вам поможет более точно определиться в технологии построения собственной качественной жизни. Наличие технологии при любом строительстве – это обязательное условие... чтобы действие было легким и эффективным, а итог приложения усилий получился надежным и качественным. Владение правильной технологией бытия – великое богатство. Не видите смысла отказывать себе в возможности приобретения богатства? Интересного вам прочтения.

Глава 1. Зеркальный мир и дети... для чего?

Человек – это не ответ.

Человек – это вопрос.

П. Тиллих

Как-то в московском метрополитене остановились мы с супругой возле одного из ларьков в длинном торговом ряду, и пока она выбирала в нем какую-то необходимую вещь, я с малюткой-дочкой на руках разглядывал сувениры в другом, соседнем. Любопытный ребенок, проявляя огромный интерес к незнакомым предметам, хлопал маленькой ладошкой по толстому стеклу, которое мешало их потрогать. Продавщица этого ларька была не особо занята делами и, обратив внимание на дитя, проявляющее интерес к ее товару, заулыбалась.

– Ой, какая у вас игрушка! – пропела она игриво (имея в виду ребенка). – Отдайте ее мне.

– Самим нужна, – отвечаю.

– Зачем она вам? Одни расходы.

– Как зачем? – подыграл я собеседнице. – Это же наш воспитатель. Она же делает из нас людей.

Продавщица не нашлась что ответить на столь веский аргумент, только закивала головой: мол, да, убедительный довод – какой нормальный человек упустит шанс сделаться человеком (в смысле развитым, гармоничным человеком). Мы пошли дальше своей дорогой, а чуть позже в памяти всплыл этот короткий разговор. И я прочувствовал как никогда ранее то, что сам сказал несколько минут назад, а мысль начала вить философский узор: *«Дети приходят в этот мир для того, чтобы сделать из нас настоящих людей. Приходят не как пророки, учителя или мастера, ведущие за собой своим авторитетом и мастерством. Но приходят как потрясающая возможность научиться всем существующим добродетелям – любви, терпению, наблюдательности, раскрытию внутренней силы, умению властвовать над своими желаниями и слабостями. Очень важно эту возможность не упустить»*.

Меня потрясла эта череда мыслей, за которой последовало яркое ощущение истинности жизненной позиции с таким восприятием детей. Может быть, отсутствие такой жизненной позиции как **традиции** в нашем обществе и объясняет обилие проблем в отношениях «отцов и детей», да и вообще обилие жизненных проблем?! Ведь их действительно множество. И наверняка у этого множества есть причины. Где или в чем они могут содержаться? Наверное, в самом человеке. Что же есть человек?

Жан-Поль Шарль Эмáр Сартр (1905–1980) – французский философ, писатель, драматург и педагог – выразился так: *«Для экзистенциалиста человек потому не поддается определению, что первоначально ничего собой не представляет. Человеком он становится лишь впоследствии, причем таким человеком, каким он делает себя сам»*. Пожалуй, верно. Человек представляет собой то, что он из себя сделал. То есть тот, кто себя не делает, может так и остаться ничем из себя не представляющим. Homo sapiens (человек разумный) в сегодняшнем среднестатистическом варианте – это человек весьма условный. Условный человек (тот, кто себя не сделал) полон несовершенств. По этому поводу нет необходимости переживать. Все люди несовершенны. Это нормально. Ненормально не совершенствоваться. Ненормально не делать себя. Не делать себя – большая роскошь, которую без ущерба для качества собственной жизни могут позволить себе единицы. Ведь часто несовершенства причиняют своему хозяину сильную боль. От своих несовершенств человек страдает сам и заставляет страдать тех, кто рядом. Можно так и остаться человеком условным, а можно двигаться к истинному качеству жизни – гармонии.

Не каждый *разумный* догадывается сделать выбор в пользу очевидного – совершать такие действия, которые позволят ему перемещаться от категории *условный* к качеству *настоящий*. То есть, выбрав одну из множества технологий саморазвития, раскрывать свой богатейший природный потенциал. Нет бесталанных людей. Есть разная глубина залегания таланта. Организм человека, как и его сущность, раскрывает свои сокровищницы, только если человек становится дерзким и ищущим. Эти сокровищницы раскрываются тем, кто встал на путь развития своих качеств, раскрытия своих талантов и способностей. На этом пути человек делает себя и, становясь настоящим, пожинает сладкие плоды своего благодарного труда. Дерзнуть в данном контексте – это значит раздвинуть для себя границы своих возможностей. Сначала намерением, затем действием.

Человек настоящий – это развитая личность. Развитой личности открыты двери в состояние гармонии. В мире действительно разумных людей не смогут прижиться грубые и вредные **традиции**, какими бы высококлассными мастерами подмен они ни навязывались. Навязать вредный образ мыслей и вредные приоритеты можно только людям, которые пока еще находятся в стадии *неразумных*. В мире действительно разумных людей не может быть такого количества войн, злобы и ненависти. В мире действительно разумных людей не могут разрушаться две трети заключенных браков. **В мире действительно разумных людей поведенческие нормы не могут соблюдаться на основе страха перед наказанием за их несоблюдение.**

В настоящее время мы можем констатировать лишь тот факт, что большая часть человечества занята в театре абсурда своими абсурдными ролями. Смыслом жизни большинства является добыча корма для питания тела, а тело нужно для того, чтобы добывать корм. Получается бессмысленный замкнутый круг. Такая проза бытия является распространенным явлением в театре абсурда и приносит очень мало радости исполнителю этой абсурдной роли. Но, тем не менее, число мыслящих людей на планете увеличивается по мере приближения к эпохе Водолея. Под давлением вызревшего мирового опыта и при поддержке космических процессов мы все же качественно и количественно начали движение в сторону разумности, в сторону исполнения задачи души, в сторону гармонии.

Для удобства развития человека, эволюции его сознания, этот мир создан зеркальным. Почему? Чтобы получать обратную связь от зеркал. Для того чтобы каждый заинтересованный мог обнаружить ту затененную, и потому не заметную для самого себя, часть собственной натуры, над которой есть необходимость потрудиться. Для того чтобы каждый мог обнаружить с помощью зеркал в себе тормозящие факторы, что мешает ему прийти к гармонии.

Бывают люди, гармоничные от рождения. Представители этой категории (как и их абсолютная противоположность) исполняют свое предназначение – играют свои роли зеркал для всех остальных. Тот, кто гармоничен от природы, дан всем другим для примера, образца. Любой взглянувший на такого человека – как в зеркале может увидеть и свой, глубоко запрятанный, божественный потенциал. Увидел красоту и безмятежность, которыми «светится» гармоничный человек – возникла заинтересованность, мотивация к собственному внутреннему преображению. Есть заинтересованность, есть мотивация! Можно приступить к созданию, воспитанию в себе недостающих для гармонии элементов, качеств.

Также для примера нам дана их диаметрально противоположность – грустные, скорбные, грубые, агрессивные, злобные «зеркала». Нам необходимы ориентиры, образцы: они весьма полезны всем – для оперативного получения обратной связи, чтобы, взглянув на «зеркало», человек мог обнаружить в себе мешающие или недостающие помогающие качества и проявления. Когда человек встал на путь личностного преображения, ему необходимо определить точно объекты внутренней работы. Когда знаешь, над чем работать, остается, выбрав технологию по душе, лишь регулярно прикладывать усилия – и дело пойдет к увеличению радости в жизни. Итог приложения усилий в направлении собственного внутреннего преобразования – созерцание красоты вокруг. Это созерцание дает путнику чувство удовлетворения от пони-

мания, что красота вовне, зеркально отражает его внутреннюю красоту. Приходит понимание того, что красота эта была всегда, путник всеголишь приложил усилия по очистке этой красоты от шелухи. Также приходит понимание, что эта внутренняя красота есть практически у всех. Есть различие в объеме шелухи и в желании собственного преображения. так или иначе зеркала вокруг на каждом шагу «отсвечивают», давая обратную связь, призывая воспринять каждую необычную жизненную ситуацию как тренажерную.

Но, поскольку в обществе пока еще отсутствует **традиция** такого восприятия окружающего мира, то мало кто верно использует эти примеры, эту возможность, эту обратную связь. Верно использовать – это значит с помощью окружающих вас примеров сориентироваться в выборе своего пути, в выборе своих действий или бездействия. Эти примеры нужны для того, чтобы человек, посмотрев в каждый из них как в зеркало, использовал собственное священное право выбора – оставаться (безучастно плыть по течению) или сделать усилие и начать движение. Мотивирующие «зеркала» помогают точно определить нужное направление движения.

Направление движения помогают выбрать и точно определить мотивирующие «зеркала». Например, вы идете по улице, а навстречу вам – человек с хмурым лицом. Вы тут же вспоминаете строчки из басни Крылова «Зеркало и обезьяна»: «...я удавилась бы с тоски, когда бы на нее хоть чуть была похожа...» Этот встречный не вызывает у вас ни вдохновения, ни симпатии, он неприятен или жалок. Вы, мельком глянув на него как на зеркало, переносите внимание от него (зеркала) на себя (отражение) и задаетесь вопросом: «А что у меня на лице? Неужели и у меня такая же пасмурная физиономия? Я также хожу, свечу серым светом тоски в своем же пространстве? Хм-м-м! Точно! Так и есть. Моя физиономия точно этого встречного отражение. Фу!» Вы спохватываетесь, обнаружив аналогичную гримасу-маску. Вы отдадите себе отчет в том, что вовсе не хотите выглядеть так же. Легким движением воли вы меняете положение мимических мышц лица, создав улыбку, и тут же замечаете, как слегка улучшается ваше настроение. Заметив это внутреннее положительное движение, вы понимаете, что нет ни повода, ни пользы носить эту маску серьезности и грусти, что это всего лишь... привычка. Дурная привычка – **традиция**.

Идете дальше, вам попался сгорбленный человек. Вы замечаете, как его портит, старит такая осанка. Вы тут же поправляете свой мышечный корсет, размышляя: «Я-то чего согнулся?!» Сделать исправляющее действие помогло вам «зеркало» – персонаж этого театра.

Вы зашли в магазин купить огурцов, и там театр – из-за сущей мелочи какой-то покупатель нагрубил продавцу. Вы подумали: «А я бываю груб? Случается. Некрасиво, нехорошо! Не хочу быть таким. Я осознанно выбираю иную модель поведения». Благодаря «зеркалу» у вас возникло здоровое намерение, порыв, движение души и разума.

Подумайте, ведь кто-то вам помог сделать верный вывод, и даже появилось желание ему следовать. Это «зеркало» – грубая личность. Данный грубиян – актер, вольнонаемный невольник, играющий в театре абсурда свою роль именно для вас, чтобы благодаря его демонстративной игре вы могли сделать выбор – участвовать, играя аналогичную роль в этом театре, или воздерживаться от участия, осознанно выбирая другую роль – противоположную и на других подмостках. «Вольнонаемный» – потому что никто его не принуждал играть эту роль, это его собственный выбор. «Невольник» – потому что он в рабстве у своих нелучших качеств и проявлений. Вольнонаемный невольник, как и все люди, в своей жизни хочет избежать боли и получать много радости. Но, ведомый своими не лучшими качествами и проявлениями, он вынужден получать то, что сеет, – серость. Данный персонаж при желании может разорвать оковы, которыми связан, и открыть тем самым канал получения радости вместо серости, но... он этого не делает. Почему? Причин не так уж много: либо не осведомлен, либо ленив, либо не любит себя.

Идете дальше. В общественном месте ваше внимание привлек родитель, который в ответ на непослушание раздраженно и грубо одергивает свое трехлетнее дитя, кричит на

него, малыш начинает плакать. Эта сцена вызывает у вас протест: «Ну это вообще никуда не годится! Безобразие какое-то! Заводят детей, а потом раздражаются, мучают их». Вы возмущены, готовы сделать замечание, но тут вовремя здравый смысл заставляет вас повернуться лицом к собственной действительности – вспомнить, как вы себя ведете со своими детьми: «А-а-а-ф-ф, и со мной такое бывает... редко, но проскакивает... иногда. Да еще вдобавок и родителя этого пытался осудить, поддавшись эмоциям. Ведь сказано: не „суди“...» Вам помогло обратить внимание на свои ошибки «зеркало». Раз так, значит оно функционально. Раз так, значит оно полезно. Значит, оно исполняет свое назначение – дает обратную связь – отражение. Эту обратную связь можно получить на каждом шагу, но обнаружить, заметить ее способны только зрячие – люди, ведущие осознанную жизнь. Спящие видят лишь сон, вводящий их в иллюзии о том, что этот мир плох. Поэтому у спящих плохое настроение, поэтому у них не клеятся дела. Дела не клеются из-за несоблюдения технологии успеха, которая предусматривает управление своим настроением при выполнении любого дела.

Но проще погрузиться в иллюзию, что настроение, привязанное к обстоятельствам – это норма.

Если вы решили встать на путь познания собственного предназначения и раскрытия собственных возможностей, то одно из условий успешного движения – это наблюдательность. Вы наблюдаете, как проявляет себя внешний мир и что происходит в вашем мире внутреннем. Вы принимаете решение отслеживать свои мысли, помыслы, эмоции и действия, заботясь об их чистоте.

Отслеживаете. Заботитесь. Постепенно начинает получаться. Вы становитесь терпимее, гибче, жизнерадостнее. Вы замечаете, что в вас растёт ценнейшая из добродетелей – великодушие. Ваша действительность постепенно изменяется к лучшему. Вы замечаете, что вам все реже попадаются грубые и хмурые и все чаще – светлые и жизнерадостные личности. Однажды вам встречается человек, излучающий свет. Этот свет исходит от его доброжелательной улыбки. При одном взгляде на него у вас поднимается настроение, и вам тоже хочется улыбаться. Этот человек показал вам положительный пример, оказал на вас положительное влияние. Он пробудил в вас чувство прекрасного. Он ничего не делает, просто идет и доброжелательно улыбается, а у вас стало тепло на душе.

До вас доходит, что вам следует выработать в себе навык улыбаться – независимо от того, есть повод или нет. *Без повода улыбаться не принято. Без повода принято носить маску серьезности и грусти.* Это не очень хорошая **традиция**. Разумно ее упразднить, заменить на другую, хорошую, – улыбаться. Сначала улыбка может быть натянутой, искусственной. Но даже искусственная улыбка оказывает положительное влияние на настроение и на внутренний химизм. По мере практики улыбка становится естественной, она чаще возникает, и дольше держится хорошее настроение.

Навык носить улыбку на лице положительно влияет на здоровье и состояние дел в любой сфере жизни.

Мир зеркален, и люди вокруг нас являются «зеркалами», а в определенных случаях и «тренажерами». Благодаря им мы можем обратить внимание на себя, осознать свои проявления и сделать выбор: преобразовать в себе какие-то качества или оставить как есть.

Всем заинтересованным дана возможность использовать время жизни на путь к гармонии. А кто остается незаинтересованным? Для тех, кто выбрал пассивный путь неучастия в раскрытии своих способностей, для тех, кто сузил свои цели исключительно до потребления благ, жизнь превращается в извилистую реку с множеством поворотов и порогов. А безучастная личность превращается в бревно, которое плывет исключительно туда, куда несет его поток закономерных обстоятельств.

Какой бы выбор человек ни сделал, на жизненном пути взрослых именно детям выпала роль помощника. ***Именно детей сама божественная природа наделила способностью помогать взрослым – рассеивать туман неведения, непонимания смысла жизни.***

Глава 2. Дети – наши воспитатели

Дети делают из нас людей... только мы трудно поддаемся.

Приведу вам личный пример того, как нас воспитывают собственные ангелы-хранители, помогая не застрять на пути развития личностных качеств и раскрытия божественных способностей. Сразу поясню, что стоит за этими словами. Развитые личностные качества – это умение концентрироваться на необходимых предметах и состояниях, это внутренняя сила, это умение отказаться от мешающих проявлений, усиливая тем самым помогающие, это умение из минуса делать плюс. А божественные способности – это творчество, это способность к созиданию, в основе которого – любовь.

Какое-то время назад я понял: чтобы избегать проблем, боли, потерь, необходимо избавляться от главных своих врагов, внутренних врагов человека, – гордыни и агрессии. Поскольку агрессия – это защитная реакция слабости, а гордыня – это проявление управляющего эго, то необходимо обрести власть своего истинного «Я» над всеми собственными проявлениями. Для этого нужна сила. Следовательно, нужно культивировать в себе любовь и накапливать силу. Движение к состоянию любви само по себе дает силу. А в тотальном состоянии любви как качества личности человек предельно силен, несокрушим и неуязвим. Значит, нужно возвращать, развивать свои добродетели – помогающие качества и способности. И в заключительный период Эры Рыб, когда время сжимается, делать это нужно довольно динамично.

В этом движении, в этой работе над собой, как и во всем этом мире, имеются два полюса. С одной стороны, понимание необходимости преобразований и стремление к ним. С другой – приличные накопления ментальной шелухи, собственные слабости и среда, представители которой периодически стремятся «поиграть» на этих слабостях (рождая реакции отрицательного свойства). Если реакции на протяжении лет не меняются, значит они (раздражители) вместо воспитательной роли оказывают помощь в накоплении мусора. Выбор за личностью – изменять собственные болезненные реакции, преображая свой мир, или продолжать считать, что окружающий мир не таков, как надо.

При поддержке твердого знания вектора своего развития и чистого намерения очиститься от шелухи *тот же социум, среда, помогает обрести необходимое внутреннее качество*. При хорошем оснащении разума тот же социум помогает стать лучше, чище, мотивирует к возвращению в себе любви как внутреннего состояния. Этот внутренний рост позволяет уютно себя чувствовать в социуме и еще дает возможность оказывать положительное влияние на сам социум, в свою очередь помогая ему измениться в лучшую сторону.

Подчеркиваю: одна и та же среда действует на разных людей по-разному. Разница заключается в том, чем (какими правилами) у человека оснащен разум и каков показатель его внутренней силы. Кто-то предпочитает озлобляться в ответ на трудности, которые создаются средой (как кажется), а другой использует эти трудности для внутреннего роста. Как сказал один мой знакомый «самурай» – тренер по киокушинкай карате – о себе и о себе подобных: *«Нам чем хуже, тем лучше»*. Такой вот внутренний лозунг, организующий мысли, настроение и действия. Это не означает, что человек мазохист, что ему нравятся проблемы и трудности и он их намеренно к себе притягивает. Вовсе нет! Ему хватает спаррингов, тренерской деятельности и сложностей на основной работе. Просто данная личность никогда не унывает. Если довелось соприкоснуться с неприятностями, он принимает вызов, который ему бросили обстоятельства, сознательным движением мысли – своим лозунгом. Поэтому я прозвал своего товарища самураем. Благодаря такой своей жизненной позиции он преодолевает трудности, сложности с юмором и улыбкой – и в итоге становится сильнее, мудрее, чище.

Бывают трудности, а бывает кризис. Трудности – это регулярное, изменяющееся по силе *сопротивление* внешней среды, помогающее человеку расширять свою зону комфорта. Если личность не использует в полной мере сопротивление внешней среды для внутреннего роста, тогда приходит личностный кризис. Кризис – это предельно суженная зона комфорта, сжатая прочными (с виду) границами, и одновременно это принудительная мера, призывающая к основательной глубокой ревизии своей системы ценностей, ревизии набора личностных качеств. Кризис – мощный катализатор личностного роста. Мотив для внутреннего роста возникает, как правило, тогда, когда в место ниже спины болезненно клюет фольклорный персонаж – «жареная птица». Потребность культивировать в себе добродетели и состояние любви возникает у человека тогда, когда некое нежелательное событие («жареный петух») выталкивает его из зоны комфорта. ***Кризис заставляет напрягаться, мыслить, переосмысливать, настраивать свой мыслительный аппарат, пересматривать, перестраивать свою систему ценностей.*** Кто-то опускает руки из-за нехватки сил, от нелюбви к себе, от неуверенности в себе и застревает в кризисе надолго, бывает – навсегда. Кто-то делает ставку на исключительно личностные качества, иногда на такие, как цинизм, жесткость, эгоизм, не ведая, что эти качества помогают в жизни комфортно устроиться только временно. Надолго удастся устроиться только тем, кто попал в разряд исключений. Таких не более пяти процентов от общего числа жестоких, эгоистичных циников.

Но некоторых людей кризис, или внешнее напряжение, заставляет не только накапливать внутреннюю силу, а еще и выращивать в себе любовь как качество, как устойчивое состояние. Первые всходы (итог этих внутренних преобразований) проявляются в виде накатывающих волн благодати как внутреннего ощущения, а также в виде встреч с благодатными событиями – закономерной реакции мира.

Для того чтобы состояние любви – благодати укреплялось по прочности и удлинялось по продолжительности, нужно прикладывать ежедневное усилие. Усилие заключается в контроле над состоянием. Если состояние исчезает надолго, значит недостаточно прикладывается усилий для правильной организации своего мыслительного процесса и управления своими чувствами. Как правило, мешает ментальная шелуха. Раз не смог закрепить это состояние, значит есть еще над чем работать. Работать, как правило, лень. Чтобы работать, нужен мотив. Мотив всегда закономерно предоставляется самим Небом (в виде «жареной птицы»). Когда человек встал на путь раскрытия в себе главной добродетели – любви как внутреннего состояния, – важно не упустить ни одной ситуации, ни одной возможности для роста.

Вывод: *Эффективное использование каждой неординарной жизненной ситуации как урока весьма полезно и функционально, ибо является профилактикой возможных неприятностей в будущем.*

Представьте, что вы отправились с маленьким ребенком по размашистому маршруту, совмещающая приятное с полезным – дела с отдыхом, – через всю страну, а потом за ее пределы. Представили? Романтика. Но вот в первый день по прибытии в другое государство у малыша обнаруживается повышенная температура. Неприятно. Повод для расстройств. Повод для волнений. Повод пожалеть о том, что рискнули – решили попутешествовать с годовалым ребенком. Повод, но не более. Весь вопрос в том, к чему вы готовы на данный момент. Какое к этой событийно-временной точке вы успели создать качество внутри себя?

Это и есть тот личный пример, о котором я хотел вам рассказать. За несколько месяцев до данного события у нас с женой возникла идея-мечта посетить греческие Метеоры (что в переводе означает «парящие в воздухе») – старинные монастыри на скалах-столбах. Не намечали никаких планов и сроков, просто создали совместное намерение. Обстоятельства сложились удачно, чтобы это устроилось. А поскольку мы имеем определенный навык управления

обстоятельствами, то еще создали намерение поплавать в Эгейском море и заодно провести творческие встречи для местного русскоязычного населения.

И вот, с женой в положении и ребенком, которому только исполнился годик, мы прибыли в Афины. В день прибытия у малышки обнаружилась повышенная температура. Померили – 38,9. Те полумеры, которые я вначале предпринял, результата не принесли. Температура к вечеру повысилась. Сначала сработал когда-то давно выработанный рефлекс – по мозгам и телу проскочил страх. Нормальный повод для страха и досады: не успели приехать – уже навалились проблемы. Когда такое случается в пределах родного государства, приятного мало. Но в чужой стране это крайне неприятно – это, как говорят, «случай застал врасплох». Благо, что на данный жизненный момент мне удалось обрести некую власть над своими мыслями и чувствами. И даже не абсолютной, но относительной власти хватило, чтобы воспользоваться богатством – знаниями, опытом и интуицией, имеющимися в моем арсенале. Всего через пару минут пришло успокоение.

И тут же – анализ. *Страх возник как будто за ребенка, за его здоровье. Но этот страх имеет незамысловатые корни и составляющие. В этом чувстве есть страх собственной душевной боли от страдания любимого чада. В этом чувстве есть страх того, что болезнь ребенка нарушит намеченные планы на отдых, деловые и культурно-исследовательские мероприятия. В этом чувстве есть страх испытывать жалость к беззащитному маленькому любимому человечку. Чувство жалости обладает деструктивным влиянием, поэтому человек подсознательно страшится испытывать это чувство. Подсознательно человек стремится избежать боли от жалости к близким. Жалости часто сопутствует тягостное чувство беспомощности. Поэтому человек склонен тяготиться еще только от возникновения предпосылок для жалости. Есть ли у меня страх перед беспомощностью в этой ситуации? Не такие уж мы беспомощные родители. Кое-что знаем и умеем.*

Когда я прогнал в своем сознании эту ленту мыслей, осознал две вещи: во-первых, данная ситуация – это урок из тех, коих до сего момента было пройдено множество, во-вторых, присутствует еще во мне эта традиционная житейская программа, что называют ментальностью. В этой программе есть автоматом срабатывающие неправильные реакции, готовые увести человека (в данном случае меня) в сторону от верного действия и благоприятного разрешения проблемы. Раз так, вот урок и пришел мне на помощь. Нужно эту программу удалить. Нужно от нее полностью отказаться как от непригодной, ведущей к типичным распространенным житейским проблемам. Эти проблемы закономерно возникают как следствие моих собственных ошибок. Программа и собственное пассивное отношение к такому положению дел заставляют делать ошибки. В тех же традициях – ментальных программах – есть прочно укоренившаяся иллюзия, что исправлять следствие должны врачи, священники, прокуроры и адвокаты.

Но мне теперь значительно легче, чем раньше, когда я был обывателем – плывущим по течению бревном. Теперь я обладаю полезными знаниями, имею способность осознания, концентрации и умение управлять своими состояниями, а значит и событиями. Внимание, справка: ***внутреннее состояние человека способно влиять на обстоятельства. Способность грамотно использовать собственный мыслительный аппарат дает возможность управления своими состояниями.***

У меня был выбор: действовать на своем материальном потенциале (своих ногах, чтобы бежать в аптеку, своей сообразительности, чтобы придумать, как в этих условиях найти детского врача, своих деньгах, чтобы все это оплатить) или... Или оторваться своим сознанием от поверхности земли и вознестись к звездам, создав более тесный контакт с Вселенной. При всем этом использовать свою главную, божественную силу человека – способность проявлять любовь. Сделать это бывает сложно лишь только по одной причине – это непривычно, нетрадиционно. Чтобы делать что-то непривычное, нужно прикладывать усилие, нужно включать осознанность.

Когда уверен в правильности приложения усилия, остается сделать нажим на свой собственный ум. Сначала необходимо провести ревизию арсенала своих возможностей, а потом успокоить мысли и эмоции, чтобы дать себе возможность услышать голос интуиции. Прodelав все это, я утвердился в своем решении. Я попросил жену не волноваться о врачах и аптеках, уверив ее, что справлюсь сам. Она доверилась мне и, чувствуя мою уверенность в положительном результате моих действий, спокойно уснула.

В этот момент – момент выбора – я отчетливо ощутил себя ведомым моими ангелами и также прочувствовал эту ситуацию, которая решается наверняка, при условии выполнения одного из принципиальных пунктов технологии бытия – соблюдения законов доверия Вселенной, умение с ней взаимодействовать. Внимание, справка: ***Вселенная призывает людей – нас, детей Бога – к чистоте мыслей, помыслов и действий, к умению любить, к служению ближнему и дому нашему, планете Земля.***

Законы Вселенной построены с учетом необходимости выполнения ее призывов. Причинно-следственный механизм бытия закономерно приносит заблуждающимся проблемы, *помогающие* в поиске истины. Повторяю: проблемы закономерно приходят к нарушающим законы и *помогают* им осознать свое бытие. Также проблемы *помогают* искателям закрепить навык управления своей действительностью. Тот же причинно-следственный механизм приносит благие события, решение проблем и задач людям, осознающим ошибки и исправляющим их, повышающим свое внутреннее качество, людям, осознающим ошибки и исправляющим их.

Я отчетливо понимал, что проблема пришла ко мне закономерно для повышения моего внутреннего качества. Проблема решаемая и несложная. Главное, не допускать страха и усиливать веру. Надо потрудиться – управляя своими чувствами, создать нужное состояние и решить взятую на себя задачу.

Я отчетливо понимал, что повышением температуры организм сам борется с возникшей проблемой. Опасной температура становится тогда, когда приближается к критической отметке, за которой начинает разрушаться белок. Это страшно. Этого допускать нельзя. Поэтому люди боятся и сбивают температуру. Обратился к себе. Страх нет. Есть понимание необходимости выхода за пределы своих сегодняшних возможностей в сложившейся ситуации. Есть понимание, что я непременно сделаю то, чего требует от меня ситуация. Есть вера. Вера в созидательную силу любви, которую я взращиваю в своем внутреннем мире уже несколько лет. Вера в поддержку Вселенной. Вера в свою способность взаимодействия с Вселенной. Вселенная поддержит меня. Я открыт для ее поддержки. В этом качестве, в этом альянсе мне остается только лишь дать поддержку детскому организму, и он справится.

Я положил ребенка на грудь и, сосредоточив внимание на «центральной сердце» – области за грудиной, сделал движение своей души к душе крошки – дочурки, и отчетливо ощутил связь наших душ. Я стал потихоньку напевать мантру «*Ом намах шивайя*». Повторение этой мантры с чувством позволяет повысить собственные положительные энергетические вибрации. Мозг, тело превращается в генератор энергии созидания. Запускаю этот генератор – чистое намерение, движение мысли, движение чувств. Созидающий звук мантры помогает повышать мощность этого генератора. Переживая чувство огромной любви и передавая это чувство от своей души к душе моей маленькой дочери, я ощутил поток, который нисходит на нас свыше. Я принял этот поток, растворился в состоянии любви и какое-то время находился в прострации. Время как будто исчезло. Присутствовало тотальное состояние любви. Едва ли я припомню такое высокое качество состояния.

Спустя час или несколько минут (невозможно было определить) ко мне вернулось чувство времени, и я осознал, что эта возникшая проблема (повышенная температура) – способ и возможность для моего «Я» пробиться к собственной душе. Или наоборот – моей души к управляющему «Я», чтобы оно стало истинным. Так ребенок, или мои ангелы-кураторы через ребенка, помогли мне сделать шаг к совершенству (коих еще нужно сделать множество). Я пре-

бывал в абсолютной уверенности, что нет повода переживать, бояться, страшиться и жалеть. Есть повод углубиться в состояние чистоты и любви. Я точно знал, что ребенок выздоровеет, несомненно, и для этого нужно держать состояние, управляя своими чувствами через движение разума, и повышать вибрации с помощью мантры.

Я то засыпал, то просыпался, трогая губами горячий лобик, делал усилие, чтобы войти в тотальное состояние любви, входил в него и ощущал легкое щекотание, когда прикасался своей душой к душе ребенка. Ум ни разу не усомнился в правильности моих действий. Ум был заряжен на результат – выздоровление ребенка. У моего интеллекта, который я изначально «зарядил» на мысли определенного свойства, была одна забота – повышать вибрации, усиливать яркость внутреннего состояния любви и чистоты. В этих усилиях прошла ночь.

Наутро, сквозь тягучий, обволакивающий сон, услышав, что дочка проснулась, я с трудом разомкнул глаза и увидел, как, усевшись у меня на животе, широко зевая, она разглядывает, изучает новое место – гостиничный номер. Тут же припал губами ко лбу. Норма! Лобик прохладный, как обычно.

Я откинулся на подушку и погрузился в состояние благодати, переживая чувство удовлетворения от своих правильных мыслей и действий и огромную благодарность моим ангелам и дочке за этот урок. Мое решение пойти на этот риск оказалось правильным? Да не было никакого риска. Внутреннее «вооружение» было достаточно мощным, чтобы справиться с этой несложной проблемой. Я вздохнул и на выдохе облегченно произнес: «Слава Богу». Я пребывал в безмятежности и благодати. Это и есть состояние счастья. А что для этого потребовалось?! Неожиданно возникшая проблема – повышенная температура ребенка... умение... действие... и решение проблемы. Если человек нуждается в проблеме, она приходит. Не страшна проблема тому, кто подготовлен к встрече с ней. Из проблемы можно извлечь благо.

Вывод сделайте самостоятельно, уважаемый читатель.

Если ответ на вопрос: «Для чего вам дети?» – более или менее ясен, можно приступать к делу – создавать новую жизнь. Правда, желательно прочесть еще хотя бы пару глав. Возможно, вас это заинтересует – вы соприкоснетесь с технологией построения собственного счастья.

Глава 3. Зрелые, молодые и дети

Родители дают жизнь – очень важно, чтобы они объяснили своим детям, для чего.

Беременность

Этот период протекает у всех женщин по-разному, но общая тенденция такова: на основе гормональных изменений возможны эмоциональные всплески. Да, психика многих будущих мамочек неустойчива. В связи с этим могут появляться капризы, скандалы, претензии, паника, страхи, слезы, истерики. Все эти проявления создают напряжение во внешнем и внутреннем пространстве. С одной стороны, капризы, скандалы, претензии, слезы, истерики испытывают на прочность терпимость мужчины, закладывая при этом порой труднообратимые и трудно-растворимые накопления в его памяти. Не всегда итог испытаний бывает положительным. С другой стороны, нервное поведение будущей мамы оказывает неблагоприятное воздействие на растущий плод, на его нервную систему, психическую устойчивость, характер.

О чем речь? О том, что, объективно оценивая свой характер, находя в нем то нелучшее, что трудно будет контролировать в период беременности и что сможет вырваться наружу, будущая мама должна заблаговременно (до зачатия) поработать над собой.

Справиться со своими несовершенствами помогает работа над системой ценностей. Новая или скорректированная привычная жизненная позиция оказывает существенное влияние на проявление мешающих, разрушительных эмоциональных порывов. Нужно определиться в том, что для вас первично, что второстепенно. Если на первом месте – готовность позволить себе роскошь быть собой, невзирая на последствия, тогда нет необходимости над чем-то работать, что-то менять. Но если для вас первично ваше собственное счастье, если вам первостепенно важно, чтобы ваш малыш рос в атмосфере гармонии, которую можно создать лишь благодаря гармоничным отношениям с вашим мужем, тогда получается, что заботу об отношениях с мужем следует соответственно вывести на первое место. Нужно действовать и вести себя так, чтобы ничего в этих отношениях не испортить. Нужно заботиться об укреплении и развитии отношений.

Об этом важно заботиться не ради благополучия мужа, а прежде всего ради собственного счастья. Мотив необходимости самовоспитания простой – возможность избежать неприятностей, фундамент которых может быть заложен в ответственный период беременности и гормональной неустойчивости после родов в течение 6–8 месяцев. Очень важно знать: надо не подавлять свой характер, не бороться с недостатками, а тренировать лучшие качества. Это нужно, чтобы не вредить мужу, собственному ребенку и главное – себе.

С мужчины не меньший спрос. Даже больший. Мужу тоже следует основательно готовиться к беременности своей половинки. Он должен быть ознакомлен со всем, с чем он реально может столкнуться в сложный для психики жены период. Обидчивость, капризность, претенциозность – все это может возникать и испытывать на прочность характер представителя сильного (как принято считать) пола. Этот период – проверка силы мужчины и одновременно закалка его характера. Мужчина должен отчетливо понимать: женщина в своих проявлениях не виновата, гормоны в период беременности – вещь непредсказуемая. Гормоны оказывают мощное влияние на психику женщины, и в итоге на ее поведение. Мужчине как никогда потребуется терпимость.

Чтобы мужчине легче было терпеть «заскоки» супруги в положении, в помощь ему предлагаю маленький экскурс в «шкуру» беременной женщины. Для чего? Для того! Чтобы понять другого человека поверхностно, достаточно поставить себя на его место, а вот чтобы глубоко проникнуть в его положение, необходимо вжиться в его роль. Это не так сложно, если есть

желание. Зато когда мужчина проникнется состоянием своей беременной жены, ему значительно легче будет терпеливо относиться к ее капризам, легче будет избегать претензий, легче будет проявлять ценнейшее человеческое качество – великодушие. Ведь мужчине, с головой погрузившемуся в образ беременной женщины, становится понятно, что это такое – быть беременной... становится понятно лишь на один ноготок. Но и этого вполне достаточно, чтобы при каждом женском капризе мужчина испытывал облегчение оттого, что это не его состояние, что матушка-природа освободила его от этой доли – вынашивать под сердцем дитя.

Материал называется *«Ликбез для будущего папы»* (интернет-журнал «9 месяцев», 2008 год):

Когда женщина ждет ребенка, она становится ужасно капризной. Она начинает вести себя как дитя: ноет и жалуется на то, что муж невнимателен. У нее появляются странные прихоти, которые почему-то непременно нужно очень быстро выполнять. Она делается эгоцентричной и постоянно сетует на всякие диковинные недомогания. Объяснить ей, что ее состояние – естественно и что миллионы женщин рожали миллионы раз – невозможно. Понять, что происходит с женой, можно только одним способом: попытаться вжиться в ее шкуру. Выполняйте предложенные нами упражнения аккуратно, все то время, что супруга ждет ребенка, и ваша любимая перестанет быть для вас загадкой. Удачи!

1–3 месяца

1. Каждый вечер устраивайте себе отравление – например, пейте водку с пивом без закуски.
2. На следующее утро встаньте, выпейте снотворного и идите на работу. Если сильно тошнит – оставайтесь дома, но извольте прибраться и приготовить обед.
3. Перед выходом положите в нагрудный карман рубашки дохлую мышь и не вынимайте ее больше никогда.
4. К ногам привяжите мешочки с песком – по полтора килограмма.
5. Это не ешьте, вам нельзя. Это – тоже. И это. Лучшие – яблочко.
6. Бросьте сигарету, вы что?
7. Прилягте и съешьте йогурт. Если не хочется – по чуть-чуть.
8. Вытирайте, раз стошнило. Не зовите жену – она занята.
9. Сходите в поликлинику и сдайте кровь из вены на СПИД и сифилис.
10. Трижды в месяц проходите осмотр у проктолога.

3–6 месяцев

1. К животу спереди привяжите матрац с водой.
2. Когда обуваетесь – не отвязывайте его, так и плятьте на себя ботинки.
3. Спать – тоже с матрацем. Как-как?! На боку!
4. Не забудьте выпить снотворного с утра!
5. А перед уходом на работу – литр воды.
6. На ночь же выпейте литр воды и мочегонного.
7. В нос вставьте ватку – так, чтобы воздух проходил, но была легкая одышка. Ватку носите постоянно. Тяжело дышать? Проветривайте чаще – некоторым помогает.
9. Сходите в поликлинику и сдайте кровь из вены. Как на что? На СПИД и сифилис. Неважно, что уже сдавали.
10. Трижды в месяц проходите осмотр у проктолога. Матрац не отвязывайте.

6–9 месяцев

Каждое утро садитесь на вертящийся стул и крутитесь 10 минут. Когда вестибулярный аппарат окончательно откажется с вами сотрудничать – вставайте и собирайтесь на работу. Ах, вас качает? Сочувствую, это пройдет.

1. Матрац накачайте посильнее.

2. Выпейте мочегонного, а на работе пейте по стакану воды каждый час.

3. Постарайтесь не отлучаться с рабочего места слишком часто. Будьте бодрым и работоспособным в течение всего дня. Если у вас это получается слишком легко – увеличьте свою ежедневную дозу снотворного.

4. Увеличьте также вес мешочков с песком, которые вы привязываете к ногам: пусть будут теперь по два кило – каждый.

5. Вечером, не отвязывая матраца, ложитесь в постель и будьте потрясающим любовником!

6. Если же вам кажется, что у жены появился другой мужчина – будьте снисходительны.

7. Уделяйте любимой больше вашего времени и внимания. Представьте – ведь и ей тоже тяжело!

8. Сходите в поликлинику и сдайте кровь из вены. Как на что? Да все на то же – на СПИД и сифилис.

9. Трижды в месяц проходите осмотр у проктолога. Конечно, с матрацем, что за вопрос?

The End

В роды играть не будем, это все равно невозможно. Просто посетите в двадцатый раз вашего знакомого проктолога и пускай он вставит вам... куда-нибудь апельсин. Теперь дышите глубже. Удалось освободиться? Отлично.

Можете избавиться от дохлой мыши и отвязать свой матрац.

Эта рекомендация рассчитана на здоровое мужское чувство юмора. Если мужчине стало радостно оттого, что ему не надо испытывать всего того, что чувствует беременная женщина, – значит, порядок. Если у мужчины возникло чувство снисходительности – это уже неплохо. А если возникло чувство великодушия – это то, что надо. Это замечательно. Напоминаю: юмор – универсальное средство в разрешении любых конфликтов, споров, непонимания, а великодушие – это показатель силы.

Нежность к желанному малышу увеличивает силу мужчины. Очень важно разговаривать с маленьким, слушать и чувствовать его. Один из пап услышав и почувствовав, сочинил замечательный стишок.

Папочка, не спишь? Говорит с тобой малыш.

Я здесь рядом, в темноте – у мамули в животе.

У меня твой нос и глазки. Чувствую твои я ласки,

Смех мой заструится скоро.

Плач, верней, но не от горя.

А пока я подрастаю, маму ты оберегаешь.

Я вас всех уже люблю. Ждите, скоро к вам приду!

Думаю, что *так* услышать своего сыночка мог сильный человек, хороший папа и муж.

Итак, в период беременности жены, мужчине как никогда потребуются терпимость. Терпимость – это показатель силы. Сильной половине как никогда потребуются сила, способность

сглаживать острые углы, умело гасить гормонально-эмоциональные всплески мамы своего будущего сыночка или доченьки. Гасить юмором, нежностью, деликатностью, мягкой властью. Вот такие задачи.

Обратите внимание на очень важный философский элемент бытия. Заметьте – ребенок еще не пришел (не проявился в полной мере), а уже призывает будущих родителей к работе над собой. Если вы проследите всю хронологическую цепочку влияния ребенка на взрослых (от готовности к зачатию дитя до его зрелости), то наверняка заметите, как все разумно устроено в человеческой божественной природе. Новая жизнь еще только «в проекте», а уже призывает к внутреннему росту. Будущий ребенок призывает своих потенциальных родителей к внутренним преобразованиям уже тогда, когда даже еще не зачат!

В этом гениальность Творца этого мира, Творца человека – Бога. Творец предложил человеку не просто *быть*, а развиваться – работать над собой, чтобы проявить в себе божественные свойства. Для этого важного дела Всевышний дал человеку в помощники ребенка. Важная функция детей – продолжение рода – заметна «невооруженным глазом», посему нет смысла обсуждать очевидное. Но прошу вас обратить внимание на ту часть миссии ребенка, которая не лежит на поверхности. ***Ребенок приходит в помощь родителям, чтобы помочь им улучшить свои личностные, духовные и душевные качества. Именно через эти преобразования человек обретает состояние хронического счастья – состояние гармонии.***

Чтобы эти качества поднять на более высокий уровень, придется потрудиться. Эта работа необходима каждому. Выполнение этой работы непереносимое условие для построения своей счастливой жизни. Когда очевидна потребность проделать какую-то работу, для ее качественного исполнения и результата одной необходимостью мало. Нужна еще мотивация. Будущий ребенок дает эту мотивацию. В этом его божественное предназначение – делать двух людей лучше еще до своего появления, в виде эмбриона, когда о его приставии могут сказать только полоски на тесте.

Выводы:

1. Ребенок дает возможность каждому человеку развивать свои добродетели.
2. Готовясь к встрече с малышом и помогая ему расти, человек имеет возможность стать ближе к Богу. Благословен тот, кто использует эту возможность.
3. Беременность в семье – это важный период вложений в собственное счастье, как для женщины, так и для мужчины. Необходимо позаботиться о щедрых инвестициях.

Роды

Для большинства заинтересованных родителей это судьбоносный момент. Появление долгожданного малыша – праздник. Праздники имеют одну особенность – за ними наступают будни. Чтобы маленький окреп и стал самостоятельным, надо изрядно «поплясать» вокруг крошки и кое в чем себя ограничить. Придется пережить множество бессонных ночей. Придется не одну сотню раз слышать его плач. Придется содрогаться и хвататься за сердце, когда он впервые свалится с дивана или родительской кровати, на которую его положили, чтобы перепеленать, и отвернулись буквально на секунду. Потом это явление станет более или менее привычным, но вы уже будете предусмотрительно подкладывать на место возможного «приземления» неразумного дитя подушки и матрасики. Таким образом, чтобы за сердце не хвататься, нужно быть предусмотрительным, то есть подготовленным, – сколько бы ни было месяцев или лет вашей кровиночке.

Однако вернемся к родам. Каждая пара имеет возможность не упустить ценность этого уникального дня. Двое имеют возможность совершить скачок, рывок в своем развитии. Я говорю о том варианте, когда жена рождает вместе с мужем. К этому дню пара готовится заблаговременно, настраивается. Роды – это не только физиологический процесс. Роды – это мисти-

ческий опыт. К моменту появления новой жизни нужно отнестись как к сакральному действию! Подготовленные морально и условившиеся заранее с врачом-специалистом о способе, возможных вариантах и импровизациях, без пяти минут родители знают точно, что в этом действе первичны интересы дитя и мамы. Действия мужа и акушерки направлены исключительно на главное. Обстановка должна быть торжественная, позитивная, умиротворенная. В период схваток будущая мамочка получает максимум поддержки от любящего супруга и доброжелательного грамотного врача или повитухи. И в момент, когда начались роды, мама и папа вместе, сообщая, с переполненными любовью сердцами помогают новому крохотному родному человечку проходить родовые пути. А врач (повитуха), держа процесс под контролем, наготове.

В США, в Канаде существует институт акушерок (*midwives*), который представляет собой своего рода альтернативу ортодоксальной медицине. Нередко акушерки принимают роды на дому у роженицы по согласованному с ней заранее сценарию, что может включать в себя роды в воде, вертикальные роды и тому подобное. Несмотря на кажущуюся неформальность такого метода ведения родов акушерки обладают серьезной профессиональной подготовкой, которая обеспечивается обязательным лицензированием и сдачей экзаменов. В Европе не везде официально разрешена практика родов на дому, но присутствие супруга при родах во всем западном мире – обычное явление.

Когда роды намечены дома, в функции ассистента акушерки входит готовность к оказанию медицинской помощи отцу новорожденного. Во время схваток, в процессе родов или уже после появления на свет малыша с папами иногда случаются сердечные приступы, обмороки и другие неприятности. Поэтому ассистент следит в двух направлениях. Для мужчины участие в родах – это стресс. Насколько стресс окажется сильным – может показать лишь опыт. Далеко не каждый знает, как его психика отреагирует на этот необычный опыт. Поэтому не каждый муж решится на участие. Не каждому это по силам. Тем не менее, если отцу морально и экзистенциально подготовиться к участию в родах, то этот стресс может стать управляемым. Управляемый стресс способен положительно встряхнуть мужчину. Благодаря этой встряске человек способен подняться на более высокий личностный и духовный уровень. Этот стресс – преодоление. Любое преодоление дает новую порцию силы. Человек, который сознательно делает шаг навстречу стрессу, расширяет границы возможного для себя и становится более устойчивым в жизни. В этом случае стресс становится управляемым и созидательным.

Хочу обратить ваше внимание: это не рекомендация, а только лишь информация к размышлению. Если мужчина слишком привязан к форме, если его жена ассоциируется у него больше с телом, чем с душой, если он с трудом переносит положение своей супруги, то, что во время беременности она потеряла очертания фигуры, за которую он ее полюбил, – возможно, и не стоит участвовать. У мужчины с таким ассоциативным восприятием это может вызвать реакцию безразличия.

Поэтому, прежде чем решиться, нужно определиться в статусе отношений и в том, что и кого вы видите и цените в своей половинке – внешность (тело) или внутренний мир (душу). Первый вариант – союз телесных отношений – непрочен и неперспективен. В семьях с подобными изначальными привязанностями обычно много конфликтов и боли. По мере увеличения стажа совместной жизни трепетность, возвышенность, наслаждение от компании друг друга в таких семьях, как правило, исчезает. Такая совместная жизнь бывает скучна. Пути в гармонию у такой пары обычно закрыты. Пути реализации внутреннего потенциала каждого из участников пары в альянсе с такими отношениями предельно сложны. Эта пара выбрала обывательское бытие, которому сопутствуют скука, болезни, ранняя старость. А вот союз, основанный на родстве душ, на смещении внимания в процессе совместной жизни от тела к душе, от потребления к дарению, от претензий к поддержке, от ограничений к свободе, имеет необъятные перспективы в открытии как личных, так и совместных путей. ***Только в паре возможно познать свое высшее духовное качество, раскрыть таинства бытия.***

Вспоминая первый свой пережитый опыт таких родов, теперь могу сказать точно: это была незабываемая, потрясающая по своей мощи духовная практика. Мы оба с супругой поднялись над своими несовершенствами. Каждый из нас встал на ступеньку выше, приблизившись к совершенству. Мы стали сильнее. Мы стали сплоченнее. Наш союз стал крепче. Конечно же, мы были оба подготовлены, и не только морально. Жена готовилась, выполняя различные комплексы йоги для беременных, которым обучалась в Индии и Канаде. Нам посчастливилось познакомиться с интересными людьми – учителями.

На момент родов мы находились в канадской Британской Колумбии. Там судьба нас свела с *midwife* по имени Джейн – человеком редкой душевной красоты. При первом же общении моя жена полюбила будущую повитуху и прониклась к ней доверием. Джейн, являясь весьма грамотным специалистом, придерживается прогрессивных взглядов на способы родов. Одним из ее авторитетов и учителей в области акушерства и гинекологии является русский ученый, врач, профессор Игорь Чарковский, передовой русский физиолог, основатель «русского метода водных родов».

Когда нашей дочурке исполнилось две недели, Джейн прислала нам текст с просьбой дать согласие на то, чтобы поместить его на своем сайте: *«...удивительно, но я впервые чувствовала себя лишней в этом процессе. Пара редкая по своей самостоятельности. Схватки продолжались около суток. Роды длились два часа. Будущие родители между схватками с блаженными лицами пели, танцевали, делали какие-то движения, упражнения. Во время схваток мама прикрывала глаза и произносила мантрические протяжные звуки. Когда муж приготовил ванну, молодые совершили обряд – прочитали над водой мантру. Когда начались роды, мои русские клиенты – роженица и ее супруг – заключили друг друга в объятия, как будто слились в единое целое, они что-то вдвоем шептали по-русски, обращаясь к ребенку идущему по родовым путям. Иногда шутили между собой на английском языке, чтобы и мне было понятно. Они были в состоянии не только поддерживать друг друга и готовящегося появиться малыша, прекрасная пара давала и мне необычайное чувство уверенности и комфорта. Когда вышла головка ребенка, приехала моя припозднившаяся ассистентка и стала звонить во входную дверь парадного. Без пяти минут отец, улучив момент, сбегал открыть ей дверь. Ребенок ждал и продолжил движение только тогда, когда папа вернулся.*

Ребенок природно подготовлен к рождению. Ребенок знает свой путь, который ему необходимо пройти. Проблемы часто создает неподготовленная роженица. Иногда случается так, что тотальная паника приводит к спазмическим сокращениям различных участков, сопредельных с родовыми путями. Очень важно для будущей мамы основательно подготовиться. Я увидела идеал подготовленности.

За свою практику на этот момент я приняла более пятисот родов, но данный опыт был уникален, он был для меня впервые. Это был идеальный вариант родов. Такими должны быть роды. В идеале желательно, чтобы родители были вместе в этот судьбоносный момент. В идеале желательно, чтобы родители были всесторонне подготовлены к родам и были вместе в этот судьбоносный момент. Благодаря этой паре я приобрела великолепный урок. Удивительный опыт».

Для нас это был еще более удивительный опыт. На тот момент он был первым. Когда я увидел ребенка на руках Джейн, которая счастливо улыбалась, глядя на новорожденное дитя, я пережил необычайные чувства, я был растроган, потрясен. Малюсенькие пальчики, ручки, ножки... только что его еще не было здесь... несколько минут назад он был еще там... ему еще только предстояло родиться, проделав нелегкий путь по родовым лабиринтам... и теперь он здесь, с нами... вот он, появившийся волею законов Божьих, благодаря объединенным усилиям нескольких заинтересованных любящих людей.

«*Girl*», – очарованно улыбаясь, прошептала Джейн. «*Дочка*», – волнительным эхом отозвалось внутри. Я был растроган. Я переживал волной накатившее состояние счастья. Перерезав пуповину, я расчувствовался и не мог скрыть своих чувств, по моему телу текли волны благодати, нежности, умиления. Переполненный благодарностью, я целовал руки Джейн, я был переполнен чувствами к своей жене и понимал, что до меня полностью не доходит, что на самом деле произошло.

Наша квартирка в трехэтажном доме на Селкирк-стрит, в которой происходили роды, стала для нас как храм. Я понял главное: что рожать вдвоем, вместе – это возможность, которую важно не упустить.

Следующие роды проходили довольно прозаично, отсутствовал эффект неожиданности, обстановка постсоветского роддома не располагала к такому покою и торжественности, как домашняя. С небольшими элементами экстрима, она стала для нас проверкой на устойчивость.

Поскольку моя жизнь состоит из экспериментов, я решился еще на один. Эти эксперименты дают мне как исследователю бесценный опыт, которым я с удовольствием делюсь с участниками моих тренингов и с вами, уважаемый читатель.

На всякий случай мы с женой сделали несколько не очень настойчивых попыток найти повитуху. Наблюдаем. Что происходит? Не складывается. Не идет этот вариант в наше пространство. Ладно. У нас с женой была готовность родить самостоятельно, дома, вдвоем. Рассматривали этот вариант как реальный – как звезды встанут, как будет настроение. Запасной вариант банальный – роддом. Можно было заранее договориться с какой-то бригадой, чтобы все прошло гарантированно успешно. Но, занятые текущими делами, мы позволили себе проявить беспечность, решили отпустить ситуацию – пусть идет, так идет.

Опыт оказался полезным, и мы о нем не жалеем. Теперь я знаю – для того чтобы рожать в общем порядке в обыкновенном роддоме, очень важно иметь хорошее чувство юмора. И в этой ситуации умение с юмором смотреть на вещи нас выручало и защищало от неминуемого стресса.

Прежде я убедился в том, что для мужчины очень важно не упустить шанс рожать вместе, поскольку это возможность стать внутренне сильнее и богаче. Теперь же я не только укрепился в этой уверенности, но еще и понял практическую необходимость присутствия. В связи с этим дам всем заинтересованным инструкцию: *в постсоветский роддом без чувства юмора входить воспрещено!* Муж обязательно должен быть рядом, чтобы помочь жене поддерживать это спасительное чувство (юмора) и своим присутствием призывать к порядку разбуженных ночью сотрудников.

Не утверждаю, что роды в присутствии мужа – это одинаковое благо для каждого. Все мы разные. Прежде всего у нас разные жизненные ценности. А вот для жены – без пяти минут мамочки присутствие мужа играет неоценимую роль. Участие мужа дает паре хотя бы относительную защиту от возможного беспредела и грубости, которые иногда еще случаются в роддомах. Муж способен не только оказать моральную поддержку рожаящей жене, но и поддержать голову во время схваток, помочь повернуться, переместиться с кушетки на кресло. В присутствии мужа будущая мамочка на порядок спокойней, чем будучи один на один с бригадой. Это присутствие особенно важно, если роды начались ночью или в праздник.

Остается порадоваться тому, что в России отменена одна из невежественных **традиций**: недопущение мужа к участию в родах. Отмена это грубой **традиции** открыла российскому человеку – родителям и детям – новые горизонты, новые возможности расширения сознания. Мамочка получает от мужа такую поддержку, которую едва ли кто-то может дать в роддомовской бригаде. Эта поддержка дает роженице возможность быстрой реабилитироваться после родового стресса.

Младенец

Молодая пара обзавелась ребенком. Теперь в альянсе любящих сердец уже трое участников. Каждый из участников имеет существенное влияние на остальных. Малыш оказывает влияние на взрослых родителей – пару, объединившуюся для построения счастливого пространства. Ребенок находится в зоне влияния среды своего обитания, созданной взрослыми. Пара делает первые шаги по семейной жизни, неся на руках ребенка, который пока еще не может ходить. Пара делает первые шаги, неся на плечах ответственность за настоящее и будущее нового человека, которому они дали жизнь. Эта ответственность напрямую связана с настоящим и будущим самих родителей. Об этом важно знать.

Сработали видимые законы природы – биологические. Это далеко не все. Сработали и будут работать далее законы Вселенной. Важно их соблюдать. Необходимо избегать космических правонарушений. Каким станет будущее малыша, зависит от того, что вложит в отношения с ним родитель в настоящем. Причем важны все отношения: с ребенком, с самим собой, с другим представителем пары – любимым человеком, с окружающим миром. От того, каким станет будущее малыша, зависит и будущее родителя.

Это ответственность, и прежде всего – перед самим собой. Каждый несет свою ответственность, как может. Случаются ошибки. Ошибки свойственны всем людям, это нормально, нет повода переживать – совершая ошибки, мы приобретаем опыт. Только вот дети иногда становятся невольными участниками на полигоне экспериментов взрослых. Не всегда эти эксперименты проходят безболезненно для детей. Часто родители нечаянно, по ошибке, по незнанию, неумению, неподготовленности закладывают причины неприятных последствий, от которых дети будут страдать, когда повзрослеют.

Многие взрослые люди страдают. Можно выразиться так: страдают повзрослевшие дети. Ведь все взрослые были когда-то детьми. Корни страданий взрослых, как правило, в их детстве. Что там было – в детстве? Какой опыт довелось пережить? Что мучило, что тяготило? Может быть, что-то подавляло, угнетало? Насколько родители были внимательны или безразличны? Насколько родители были мудры, гибки или категоричны, жестки? Насколько они были уместно строги или лояльны (что повлияло на присутствие или отсутствие самодисциплины)? Детское страдание могло восприниматься родителями как банальный каприз, что на самом деле являлось защитной реакцией против подавления раскрытия детских талантов и способностей.

Потом – спустя годы, когда страдают от нереализованности и неудач взрослые (чьи-то дети), испытывают боль и их родители. Причина страдания выросших детей – ошибки родителей. Подавление каких-то сторон личности ребенка, равно как и попустительство не лучшим его проявлениям, оборачивается для него нереализованностью в каком-то секторе бытия. Отсюда боль, страдание. Поэтому нужно сделать все возможное, чтобы ошибок избежать.

Идеальным является положение, когда молодые мама и папа подготовлены своими родителями (или с помощью других источников) к выстраиванию отношений между собой и со своим малышом. В двух словах, готовность заключается в следующем: с одной стороны, родителям необходимо сделать все возможное, чтобы помочь ребенку стать устойчивым и самостоятельным в жизни; с другой стороны, нужно сделать все возможное, чтобы с помощью ребенка самим научиться всем существующим добродетелям по максимуму.

Речь не идет о тотальном удовлетворении желаний ребенка. Вовсе нет. Даже наоборот, нужны разумные ограничения. Речь о терпеливом и благодарном труде, когда родители помогают ребенку вырасти здоровым и стать счастливым. Одно из условий – дисциплина и самодисциплина. Мотив самодисциплины – уважение и любовь к себе, желание себе счастья. Счастье в обывательском мире – это короткий период жизни, наполненный радостью, который сменяется обыденностью (серыми буднями). Гармония – это состояние хронического счастья, на которое не способны оказать существенного влияния никакие обстоятельства. Условие гармонии –

служению. Необходимо в меру сил искать возможность служить родителям, супругу (супруге), обществу, любя себя и радуясь при этом. Ребенок как никто другой помогает научиться любви и служению.

Важно не упустить ни одного из этапов взросления маленького человека. Когда молодая мамочка с нежностью заботится о крохе, которую она выносила и родила, – это обычное дело. Эта забота раскрашивает в яркие цвета те уголки внутреннего мира женщины, которые ей самой ранее не были известны. Забота и любовь делает человека сильнее и чище. И чрезвычайно полезным является участие папы в заботе о ребенке, когда тот еще маленький. Очень важно, чтобы молодой родитель был предупрежден, что его маленькое дитя – не просто объект заботы. Ясно, что **забота о детях – святая обязанность родителей**, это само собой: выполнение этой обязанности поручено нам самой природой. Но есть более важный аспект во взаимоотношениях «отцов и детей». Очень важно, чтобы взрослый допустил в свой разум некоторые идеи:

- *Ребенок – это его воспитатель.*
- *Ребенок больше нужен взрослым, чем взрослые ребенку.*
- *Ребенок – это возможность стать лучше, чище, сильнее.*
- *Период младенчества и взросления ребенка – это возможность для эволюции личности и духа старших.*
- *Воспитание ребенка – это возможность через правильно расставленные акценты своего внимания, через тренировку своих добродетелей проделать динамичный путь к своему совершенству.*

Если взрослый в этом находит смысл жизни и смысл воспитания ребенка, то закономерно формируются благоприятные события, в делах сопутствует успех, и сама собой появляется возможность передачи главного семейного богатства – потрясающий пример пути для своих повзрослевших детей. Очень важно, чтобы у молодого родителя еще до рождения ребенка в разуме и сознании укоренилась идея: **весь период от подготовки к зачатию до полной самостоятельности будущего своего дитя – это возможность собственной эволюции, которую нельзя упускать.**

Вывод: *Правильное отношение к своему природному божественному предназначению открывает человеку сокровищницу его возможностей и укрепляет иммунитет против неприятностей и проблем.*

Глава 4. Дети в театре абсурда

Ваши дети – это не ваши дети. Они сыновья и дочери Жизни, заботящейся о самой себе. Они появляются через вас, но не из вас. И, хотя они принадлежат вам, вы не хозяева им.

Халиль Джебран

В этом мире много света, чистоты и доброты, а также тьмы, грязи и боли. Это не хорошо, не плохо, таков этот мир, он не может существовать без двух полюсов – добра и зла, света и тьмы. Каждый свободен в выборе источника: от чего ему брать – от света или от тьмы. Каждый свободен в том, что ему сеять вокруг тебя – улыбки или скорбь. Каждый свободен в том, чем наполнять свою жизнь – чистотой или болью.

От тьмы берут по глупости. Боль никто не выбирает добровольно, она приходит к тем, кто по незнанию технологии жизни нечаянно сам позвал ее в гости. Боль, которую испытывает человек, имеет свои причины. Подавляющее большинство этих причин находятся в самом человеке. Конкретнее – в его чертах характера. Еще конкретнее – в дефиците помогающих черт и качеств и в обилии мешающих. Любой человек может себя создать таким, каким он пожелает. Для этого нужны три вещи: *мотивация, сила и технология*. Имея в арсенале эти три компонента, вы можете беспрепятственно перейти в высокое качество жизни, это дело времени. Другими словами – если сегодня все не так, как хочется, можно сделать выбор – продолжать страдать дальше или начать преображаться внутренне.

Три вещи. Технология – это самое простое, благо есть из чего выбирать. Бывают сложности с мотивацией и внутренней силой. Вот тут-то матушка-природа обращает наше внимание на детей. Дети дают и силу, и мотивацию. Главное, верно воспринимать детей – как учителей. Без фанатизма, конечно. Дело в том, что жизнь – это школа, а у детей и через детей всегда есть чему поучиться и научиться.

На определенном этапе исследований и размышлений до меня дошло, что в руки всему человечеству много веков тому назад был дан этот незамысловатый ключ от дверей, за которыми открывается прямой путь в гармонию и совершенство – через правильное восприятие детей. За этими дверями – то, к чему стремятся все нормальные люди: радость. Но человечество не пользуется этой возможностью, этим ключом. Свидетельством тому является факт, что по прошествии прожитого времени гармония и счастье остаются привилегией единиц. А раз люди не приходят к этому состоянию, имея ключи, значит совершают какую-то ошибку, и, как показывает исследовательский опыт, – не одну.

Иногда я вспоминал диалог у ларька в метро. Та продавщица назвала ребенка игрушкой шутя. Но в каждой шутке есть только доля шутки... Для кого-то так и есть, ребенок – дорогая игрушка, требующая напряжения сил за возможность ее иметь. Дорогое удовольствие. Нужно напрягаться, чтобы игрушку накормить, одеть, защитить. А повзрослев, она (игрушка) еще и норовит причинить неприятности своими желаниями и идеями, которые не совпадают с родительскими. И все равно, невзирая на риск, люди заводят детей, словно играют в рулетку, в расчете на то, что повезет, что ребенок, который создает столько хлопот вначале, будет вызывать гордость и приносить радость потом. Обычно родитель ждет компенсации за труды и неудобства, которые приносит «игрушка». Подобное положение дел – распространенное явление, проза жизни. Воспитание ребенка часто сводится к использованию его в качестве игрушки, чтобы радоваться, и к эксплуатации его слабости, чтобы реализовать свои скрытые или проявленные черты деспота. Это может происходить неосознанно, автоматически, самопроизвольно – по **традиции**.

Традиционно, к сожалению, «умудренные» зрелые родители пренебрегают обучению тонкостям построения отношений в семье своих взрослеющих детей, тонкостями построения отношений в семье. И вот повзрослевшие дети готовятся к созданию новой жизни и становятся счастливыми мамами и папами, как правило, так и не узнав многих нюансов бытия. Дилетантский подход к воспитанию детей в части случаев проходит без особых осложнений. Но только в части случаев. Замысловатый сортировочный механизм Вселенной пропускает многих к выигрышу в этой лотерее, но ровно настолько, чтобы человек не впал в иллюзию, что дилетантство – это норма. Иллюзии имеют некую привлекательность. Для большинства людей привлекательно все, что не требует приложения усилий. Данная привлекательность регулярно доказывает свою обманчивость – она оборачивается проблемами. Несмотря на очевидность вреда иллюзий, история повторяется снова и снова. Из-за несостоятельности родителей как воспитателей у них происходят неприятности с детьми и различные курьезы, как в анекдоте:

Второклассница спрашивает маму:

– Мама, а если я забеременею, то я в школу не пойду?

– Что-о-о-о?

– Ну да, не пойду. А то еще получу плохую отметку, расстроюсь и, чего доброго, ребеночка потеряю...

Если у вас развито образное мышление, вы живо представили, как вытянулось лицо у этой мамы, когда ее озадачила девочка. Как засуетился ее ум: то ли сразу бежать искать корвалол, то ли сначала придумать, что ответить малышке, чтобы поставить ее на место. Не каждая мама с ходу найдет в такой ситуации. Особенно если мамочка пребывает в глубоких иллюзиях относительно того, чем живет ее дочь. Вот тут и выясняется, чем одарен родитель от природы и как он подготовился к воспитанию ребенком.

В данном сюжете ребенок воспитывает в маме гибкость ума, выдержку, находчивость, умение понять близкого человека, а главное – чувство юмора. Все как в жизни. Но мало кто готов воспитываться. Для большинства эта идея – новость, и достаточно сомнительная. Многие родители (прародители) ленивы к непривычному обучению, поэтому часто действуют грубо, а порой примитивно. От такой линии поведения трудно удержаться, мощное влияние оказывают общественные **традиции**. Воспринимая ребенка не как воспитателя, а как объект воспитания, который свалился им на голову, взрослые упускают возможность динамичного внутреннего роста и подавляют индивидуальность ребенка ненужными ограничениями и запретами. Спасают ребенка обычно от таких родителей наличие природной внутренней пружинки и его собственные ангелы-хранители, которые могут влиять на события.

Поезд Таллин – Москва. Вагон полупустой – пассажиров не более десяти человек. Попутчики в купе мне достались такие: женщина средних лет с равнодушным лицом и ребенок, мальчик лет четырех с потухшими глазами. Женщина читала книгу, а мальчик, у которого был такой вид, словно он либо был нездоров, либо изрядно устал, вяло передвигался в пределах пространства купе.

Я поздоровался, разложил свои вещи, достал журнал и, удобно устроившись, стал читать. Вернее, попытался. Ситуация создалась нелепая, как в плохой комедии. Через каждую минуту или две в ответ на любое шевеление ребенка женщина, на мгновение отрываясь от книги, равнодушным тоном отпускала команды: «Саша, не трогай... Саша, перестань... Саша, отстань... Саша, не бери... Саша, убери» – и тому подобное.

Я понимаю, что не имею права вмешиваться в жизнь других людей, поэтому помалкивал, являясь невольным свидетелем этого насилия над невинным мальцом. Я старался проявлять терпимость и абстрагироваться от явлений вокруг меня, но это было нелегко. В конце концов я сказал себе: «Я ведь не мебель, а живой человек. Меня не может не трогать такое издевательство над ребенком. Я отдаю себе отчет в том, что случайностей не существует. Я

отдаю себе отчет в том, что эта ситуация закономерно предоставляет мне возможность для развития собственных добродетелей. Я отдаю себе отчет в том, что эта ситуация мне дана с определенной целью, чтобы тренировать мою терпимость, доброжелательность ко всем, даже к тем, кто ее (на мой субъективный взгляд несовершенного человека) не заслуживает. Я принимаю эту ситуацию и людей в этой ситуации. Принимая эту ситуацию, я тренируюсь на ней. Однако пора сделать перерыв в тренировке. Я уже довольно долго – целых полчаса – держу состояние относительного спокойствия, поэтому можно себе позволить слегка вмешаться».

И я обратился к своей попутчице:

– Не дает сыночек книжку спокойно почитать?

– Это внук.

– А-а. Хорошо бы вам было в дорогу прихватить наручники, пристегнули бы сейчас его, вон как раз труба под столом, и читали бы себе спокойно, внук бы и не отвлекал.

– Как это? Разве можно детей наручниками пристегивать? – голосом без выражения каких-либо эмоций отреагировала молодая бабушка, давая мне понять, что придерживается гуманных методов обращения с детьми.

Потрясающая броня. Она в упор не заметила моего неприкрытого юмора и ярко выраженного сарказма. Надо отдохнуть от созерцания этого беспредела бабушки-гуманиста. Пойду, думаю, постою в коридоре у окна в противоположном конце вагона. Поднялся и, перед тем как выйти из купе, совершил ужасную выходку. Наклонившись к мальчику, я шепнул ему так, чтобы и бабушке было слышно: «Саш, не слушайся ты бабушку».

Реакция малыша последовала мгновенно: «Да-а-а?» Глаза его широко раскрылись, в них загорелся огонь жизни. Ребенок посмотрел на меня с удивлением и надеждой, как бы требуя подтверждения его новых полномочий. Видно, нечасто в своей жизни он получал такой карт-бланш. Я моргнул ему обоими глазами, подтверждая: советую. И шагнул за порог. Маленький Саша выскочил из купе и с криком «А-а-а-а!» принялся бегать взад-вперед по коридору вагона. Началась нормальная детская жизнь маленького человека, вырвавшегося из клетки. Подбежит ко мне, схватится за перила, подтянется поближе и спросит, чтоб удостовериться:

– Галищку можно ни слусаца?

– Не слушайся, Санек.

– А-а-а-а-а!

И, взрываясь радостным криком, – бегом по коридору. А бабушка с интервалом в минуту или две выглядывает из дверного проема и негромко штампует: «Саша, не кричи». И исчезает в купе. Спустя пару минут: «Саша, не бегай». И опять прячется. Потом снова: «Саша, не мешай людям».

Мне стало смешно: баба Галечка удивительно напоминала деревянную кукушку в часах. Не каждый артист-комик смог бы так точно изобразить неодушевленную кукующую деревяшку. Только этот вагон не был декорацией к юмористическому шоу. Это была реальная жизнь, и она такова.

Вот почему я склонен утверждать и повторять: этот мир – театр абсурда. Этот абсурд никем не навязан, сознательно или несознательно он выбран каждым участником добровольно. Выбор каждого – играть в этом театре абсурдные роли, выпавшие ему согласно обстоятельствам, или выстраивать свою жизнь по своему разумному сценарию. Но чтобы пользоваться своим разумным сценарием, нужно уметь мыслить и осмысливать свое бытие – отслеживать собственные мысли и поступки.

Кому в полупустом вагоне может помешать ребенок, который живет своей нормальной детской жизнью? Если и найдется такой, то это его проблема, причиной которой не ребенок, а его собственная (взрослого) нетерпимость, занудство, нелюбовь к детям. Нелюбовь к воспи-

тателям, нежелание воспитываться. Это его право. Священного права выбора – воспитываться или нет, любить или нет – никто на планете Земля не отменял.

Однако набор не лучших черт взрослого не должен стать проблемой ребенка. Ребенок ни при чем. Если малыша регулярно заставлять подстраиваться под зануд, ограничивая процесс его естественного развития, то у него большие шансы вырасти аналогичным занудой – закрытым, зажатым, не реализовавшим свои мечты, раздраженным и претенциозным неудачником. Когда дитя шумит, срабатывает естественный закон бытия: возникает, с одной стороны, учебный, с другой – судьбоносный момент, дающий очередную возможность взрослому в этот самый момент выбрать себе любой сценарий дальнейшей своей судьбы. Ребенок – это законный раздражитель, а реакция взрослого – это область владения личности. Если не терпит, ругается – уклонился от обучения и автоматом выбрал худший сценарий своей судьбы. Терпит, но раздраженно морщится – сценарий чуть получше, но не ведущий к осуществлению желаний и прогрессу короткой дорогой. Поймал свое раздражение «за хвост» и сознательно сделал усилие и проявил терпимость и нежность – лучший сценарий судьбы, открывающий путь в состояние гармонии.

Жизнь – это школа, и каждый раздражающий эпизод по большому счету является уроком (уроки бывают усвоенными, бывают – нет). Кто-то уроки замечает, кто-то – нет. Не замечающему уроков невозможно их усвоить. Не замечающий уроков ничего не может изменить в своей судьбе, он во власти обстоятельств. Тот, кто извлекает уроки, быстро учится и приобретает квалификацию. А квалификация, которую в этой школе предложено обрести, – устойчивый, здоровый, реализованный, гармоничный человек. В состоянии устойчивости человека ничего не раздражает, потому что ему комфортно на душе, а в состоянии гармонии – тем более, потому что он счастлив. Несколько таких усилий для обретения квалификации – и человек может наблюдать, как изменяется его характер, и как следствие, изменяется его жизнь, наполняясь благими событиями.

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.