

# ТЫ ЛУЧШЕ

Книга для подруги



*Валентина Мовилло*

Валентина Мовилло

**Ты лучше. Книга для подруги**

«Издательские решения»

**Мовилло В.**

Ты лучше. Книга для подруги / В. Мовилло — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-740007-1

Что на самом деле знают о тебе люди, которые полагают, что знают тебя? Насколько хорошо ты сама себя знаешь? Интересно ли тебе выяснять, какие способности у тебя есть и какие возможности они тебе открывают? Мешает или помогает тебе осознание принадлежности к женскому полу? Эта книга — возможность для содержательного диалога. О женственности и мужестве, о свободе и правилах, о творчестве и будничной работе над собой... Она посвящена женщине, которая хочет сегодня быть лучше себя вчерашней.

ISBN 978-5-44-740007-1

© Мовилло В.  
© Издательские решения

## Содержание

|  |    |
|--|----|
| ВВЕДЕНИЕ   | 6  |
| Глава 1. БАБА, ЖЕНЩИНА, ЛИЧНОСТЬ                                   | 8  |
| Небольшой тест: определи, сколько в тебе бабского                  | 14 |
| Теперь уделим немного внимания женственности                       | 15 |
| 10 признаков уверенной в себе женщины                              | 23 |
| Глава 2. ВЕДУНЬЯ   | 25 |
| Поговорим о магии как таковой                                      | 27 |
| Как мы воспринимаем реальность. Отступление в стиле «науч-<br>поп» | 29 |
| Экскурс в историю  | 33 |
| Кто же такая ведунья?  | 41 |
| Как усилить свои способности                                       | 47 |
| Индивидуальные упражнения  | 50 |
| Совместные упражнения  | 54 |
| Глава 3. ВОИН  | 57 |
| О теории конфликта   | 59 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                                  | 67 |

# **Ты лучше Книга для подруги**

**Валентина Мовилло**

© Валентина Мовилло, 2020

ISBN 978-5-4474-0007-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## ВВЕДЕНИЕ

Что на самом деле знают о тебе люди, которые полагают, что знают тебя? Насколько хорошо ты сама себя знаешь? Интересно ли тебе выяснять, какие способности у тебя есть, и какие возможности они тебе открывают? Мешает или помогает тебе осознание принадлежности к женскому полу?

Предлагаю тебе вместе со мной найти ответы на множество подобных вопросов в этой книге. Я писала её годами. А обдумывала, по-видимому, всю свою сознательную жизнь. Правда, с какого момента она начала становиться сознательной, не очень ясно...

Дело в том, что я долгое время работала (да и сейчас то и дело работаю) журналистом. Ключевым свойством журналистов называют инстинкт передачи информации. Видимо, он у меня развит. Не в том смысле, чтобы сплетничать, а в том, что я всё время стремлюсь написать что-нибудь практически полезное. Однако согласись, одного инстинкта недостаточно для того, чтобы осмелиться в письменной форме рассуждать о жизни. Тут нужно ощущение внутреннего права. И я, как честная девушка, постоянно спрашивала себя: есть ли мне что сказать от первого лица и чему научить других?

Пока внятного ответа не было, мне жизнь преподала много уроков и дала возможность обрести довольно жестокий опыт. Зато благодаря этому опыту я знаю, что такое мучительный поиск собственного пути и ответов на собственные вопросы. Не правда ли, когда у нас есть выбор, мы предпочитаем получать информацию не от тех, кто сам её берёт из учебников (даже если они вещают с профессорской кафедры), а от практиков? И пусть я не являюсь практиком и экспертом буквально во всех областях, о которых повествую в этой книге, рассуждения мои не голословны. Несколько лет мне потребовалось именно на то, чтобы каждую заявленную тему осмыслить и каждый бит информации пропустить через себя.

Когда эта книга была еще в зачаточном состоянии, я создала сайт «Ты лучше» – женский журнал по адресу [youbetter.ru](http://youbetter.ru), который должен был служить дополнительным информационным ресурсом. За время существования этого ресурса я убедилась, что даже в отсутствие серьёзных мер по его раскрутке он постепенно набирает популярность. Оказалось, что материалы, которые я пишу на основе личного опыта, наблюдений и размышлений, интересны очень многим людям. А раз интересны материалы, то уж книга, в которую я столько вложила, будет интересна и подавно – решила я и теперь предлагаю книгу твоему вниманию.

И сайт, и книга были задуманы как возможность диалога с подругой. Я верю, что где-то живет моя неузнанная, но близкая подруга, которой мне очень не хватает. Она:

- умная, добрая и красивая (во всяком случае, стремится к этому сочетанию);
- не заиклена на себе и текущих проблемах своей жизни, а открыта любой информации, которая позволяет ей с интересом наблюдать и воспринимать каждый момент;
- обладает тем качеством тонкого понимания и сопереживания, которое даёт ей понимание, что она – неотъемлемая часть этого мира, а нам – возможности для бесконечного диалога;
- много думала и много страдала. Задавала себе много вопросов и искала ответов, почерпнутых не из книг. Вообще много искала и долго ждала, сама не зная чего;
- обладает сильным внутренним стержнем, но достаточно гибким для того, чтобы не сломаться под ударами судьбы;
- никогда не удовлетворялась тем, что предложила ей жизнь на начальном этапе. Особенно если жизнь ей мало что отрадного на этом этапе предложила. Ценя то, что есть, всегда искала возможности сделать жизнь настолько наполненной и богатой, насколько это представлялось ей в подростковых мечтах;
- обладает несомненными способностями и талантами, которые ещё ждут своего признания;

– мало заботится о том, как воспринимают её жизнь другие люди, если речь идет о реализации её внутренней свободы, внутренних потребностей и внутреннего зова (он же призвание), который она слышит;

– обладает качествами настоящей женщины-подруги. То есть она: предана, лояльна, надёжна, доброжелательна, доступна для общения, не мерит людей меркой материального и социального успеха, способна бескорыстно заботиться о других;

– всегда имеет что сказать по тому или иному поводу, если её спросят, и её мнение независимо и никем не продиктовано;

– постоянно хочет «знать больше и быть лучше», как это было сформулировано в слогане одного почившего в бозе журнала.

Честно, я верю, что такая подруга буквально ходит где-то рядом со мной. Может быть, это ты? Тогда всё проще. Нам с тобой остается лишь вступить в диалог. Я его начну, а ты подтянешься, внутренне говоря, соглашаясь или дискутируя со мной, с любого места. Ведь эту книжку можно читать с любой главы.

Задумывая её, я вовсе не хотела писать «пособие по личностному развитию». Скорее наоборот, если чего и хотела, так это предложить альтернативный вариант многочисленным пособиям из серии «Как стать успешной». Поэтому предупреждаю, что все мои рассуждения носят частный характер. Однако я не могу претендовать на то, что мысли, сформулированные мной, больше никому в голову не приходили. Более того, я и сама не всегда осознаю, где моя личная мысль, а где мысль, инспирированная каким-то умным человеком. Просто не помню. Но там, где помню, всё-таки стараюсь сослаться, пусть даже это и выглядит наподобие: «кто-то умный сказал однажды...»

Название «Ты лучше» никогда не вызывало у меня сомнений. Ты лучше не потому, что лучше кого-то там. Для меня смысл жизни в том, чтобы сегодня быть лучше себя вчерашней. Мудрее, опытней, талантливей и даже красивей. Потому что красота – это не столько соответствие параметрам и канонам, сколько качество личности. Жаль, если в юности ты этого не понимаешь. И печально, если, оставаясь молодой в душе, ты теряешь силы, но так и не обретаешь мудрость. Однако я совершенно уверена, что для мыслящей женщины главное достоинство – это она сама. Ты лучше, чем ты о себе думаешь. Поверь на слово. И попробуй рассмотреть те грани собственной личности, на которые я постаралась направить твоё внимание. Это, конечно, не все грани из существующих, и нельзя гарантировать, что их шлифовка сделает из тебя «бриллиант». Но если уж допускать это сравнение, для огранки алмаза они совершенно необходимы.

Ну что, поехали!

## Глава 1. БАБА, ЖЕНЩИНА, ЛИЧНОСТЬ

Как-то в программе «Школа злословия» ведущие задали вопрос одному известному журналисту и телеведущему, сформулировав его предельно доходчиво: «Баба лучше, чем мужик?» На что герой программы ответил: «Я считаю, что баба хуже, чем мужик. А вот женщина прекрасна, и она безусловно лучше». Я очень люблю женщин и искренне считаю, что по ряду человеческих качеств и проявлений они лучше. Но при этом очень плохо отношусь к бабам или, точнее сказать, бабью. Каждый, кто общался с женщиной, видел от неё в этой жизни немало доброты, искренности, бескорыстной симпатии, купался в энергетике её личности, получал бесценные уроки – всё то, что дает силы радоваться жизни и позволяет вспоминать с улыбкой в самую тяжёлую минуту.

От бабья же мы видим и получаем столько негатива, что этого вполне достаточно для опаски и формирования психологических комплексов. В этой связи бабского начала справедливо опасаются представители обоих полов. Но, нравится нам это или нет, мы живём в мире, в котором рулят мужчины. А кто рулит, тому многое прощается. Мужчин будут ценить независимо от их дурных характеров и неприятных личностных качеств – желающие всегда найдутся.

Женщина же, которая нуждается в любви и признании не меньше, находится в парадоксальной ситуации. Вроде бы, социум признал её права и свободы, поставив вровень с мужчиной. Вроде, она и сама осознала, что обладает всеми необходимыми качествами и навыками. Так почему же, получив свободу самовыражения, она автоматически не становится от этого счастливее и страдает, может быть, больше, чем еще полвека назад, когда этой свободы не было? Почему она зачастую чувствует себя жертвой собственной победы в антагонизме полов?

В свое время (то есть в 1949 году) писательница и философ Симона де Бовуар написала книгу «Второй пол», вызвавшую очень сильный общественный резонанс. Книга весьма достойна внимания, хоть по сегодняшним меркам и многословна. Приведу небольшую цитату, поскольку мнение Симоны де Бовуар авторитетно и до сих пор актуально, не только для феминисток: «Женщина всегда была если не рабом мужчины, то по крайней мере его вассалом. Мир никогда не принадлежал в равной степени обоим полам. И даже сегодня положение женщины еще очень невыгодно, хоть оно и меняется. Почти нет стран, где бы она по закону имела одинаковый статус с мужчиной; часто мужчина существенно ущемляет её интересы. Но даже тогда, когда права её абстрактно признаются, устоявшиеся, привычные нравы не дают им обрести конкретного воплощения в повседневной жизни. <...> За настоящим проступает прошлое, а в прошлом историю творили исключительно мужчины. В тот момент, когда женщины начинают принимать участие в освоении мира, мир этот еще всецело принадлежит мужчинам – в этом абсолютно уверены мужчины и почти уверены женщины».

Вот за фразу «принимать участие в освоении мира» хотелось бы зацепиться. Что имеет в виду Симона де Бовуар? Допустим, в прошлом женщина должна была исходить из соображений своей зависимости и неполноценности, что, спору нет, было выгодно мужчинам и зачастую удобно ей. Признаем, что многие женщины и сейчас хотят переложить ответственность за свою жизнь на кого-то, они выбирают подчинённое положение как в отношениях с мужчиной, так и в делах. Но если полагать, что в устройстве общества многое поменялось, то давай подумаем, насколько. Далеко ли мы продвинулись в борьбе за равноправие? И чего на данном этапе добились? Путём долгой борьбы мы получили право выполнять мужскую работу и мужские обязанности. Мужчины, соответственно, получили право на инфантильность и деградацию. Многие этим правом охотно воспользовались.

В связи с этим возникает ряд вопросов. Например, можно ли гармонично сочетать социальное равноправие, мужественность одних и женственность других? Увеличилась ли в совре-



менных рыночных условиях ценность женщины, которая не хочет быть ничьим «вассалом», а хочет прав, свобод, возможностей – всего того, что способствует не только освоению этого мира, но созиданию в нём? Когда женщина понимает, что её недостаточно уважают и ценят, не дают дороги, по-моему, ей не до глобального равноправия. Допустим, хорошо бы всем в мире иметь равные права. Но нельзя всем иметь одинаковый статус, потому что люди разные. И если у неё не такой статус, какого она хочет, это от чего-то зависит. Если она считает, что именно к ней жизнь несправедлива, и она достойна лучшего, то хочет персонального «рассмотрения своего дела». Но в этом случае придется разобраться, есть ли для этого основания. И вот тут хочется вернуться к началу главы, к диалогу о бабе и женщине. В чём разница между этими понятиями?

Спроси мнения какого-нибудь ортодокса (коих у нас опять развелось, как партийных в советскую эпоху), и он тебе на полном серьёзе скажет, что всё это блажь, начнёт накатанный монолог про то, как всё должно быть по Домострою, и как надо относиться к тем, кто этого мнения не разделяет.

Допустим, ортодоксы и прочие люди ограниченного мышления нас не волнуют, и не они определяют нашу жизнь. Но ведь на самом деле существует некое явление, которое я бы обозначила как «хтоническое мракобесие». (Хтоническое, на всякий случай, означает низменное, приземлённое, буквально «происходящее из подземного мира»). Вне зависимости от того, какую религию человек исповедует, он вполне может при этом быть хтоническим мракобесом. И если интеллект требует от человека усилий, то мракобесие существует в нём как бы само собой. Расцветает буйными огнями, сочится запахами, пускает метастазы... Оно напрямую влияет на формирование тех установок, которые не дают людям относиться друг к другу с изначальным уважением. И оно правит не только в заброшенной провинции, но и там, где яркие огни, большой город.

Например, современный мужчина может не видеть никакой разницы между бабой и женщиной, и всерьёз считать, что:

– Все беды – от баб.

– Есть бабы хорошие, а есть плохие. Хорошая – послушная, набожная, безропотная и недалёкая. Плохая – умная, красивая, своенравная и сексуальная.

– Сочетание красоты, ума и опыта для незамужней женщины непростительно, потому что это сочетание сулит бесовское искушение.

– Если женщина красивая, умная и опытная, то её можно сделать своей любовницей и тем обуздать. А если не обуздывается, так и поколотить не грех.

– Мне можно поступать как я сейчас считаю нужным, потому что я мужик. А что дано мужику, то бабе не дано и никогда дано не будет.

– Но главное, что простить никак нельзя – это когда женщина умнее тебя. И если ты в её присутствии не хозяином себя чувствуешь, а придурковатым самозванцем, то надо мгновенно устранить сам источник этого ощущения. Оскорбить, унижить, осмеять, поднять руку, изгнать, ликвидировать – любое средство подойдёт. Лишь бы она поняла, кто тут главный, и знала своё место, а место её – в хате, под контролем и в страхе за завтрашний день, собственный и детей.

Ну неужели эти, с позволения сказать, императивы не узнаваемы? Лично я угрюмые их отблески угадываю в поведении не только мужчин, но и женщин. Иначе откуда бы взялось агрессивное неприятие женщины женщиной на пустом месте, в отсутствие прямой конкуренции за самца? Конечно, если стоять на позиции, что люди, как правило, друг друга недолюбливают и они в принципе недалеко ушли от животных, то всё легко объясняется. Но не в этом видится мне корень проблемы.

Возможно, прежде чем за что-то бороться и чего-то добиваться в этом мире, который «никогда не принадлежал в равной степени обоим полам», нам стоит разобраться в себе? И для

начала выяснить, каковы наши внутренние свойства, что нас ограничивает и ставит внутренний заслон любым позитивным изменениям, а что достойно уважения и любви.

Есть такой учёный термин «амбивалентность», то есть двойственность. Она может проявляться по-разному, но сейчас мы говорим об основной двойственности женской личности. Давай, как говорится, пойдём логическим путем и предположим, что в нас есть два начала: женственное и бабское. Бабское начало означает всё, что мы можем причислить к понятию бабье, и что мешает другим уважать нас и ценить.

Ведь кто такая баба, если иметь в виду не простонародный, а более современный смысл слова? Это женщина с дурным характером. Прилагательное «дурной» в этом определении считаю ключевым, потому что дурость – корень всех проблем. Она, конечно, присуща всем людям независимо от пола. Но если мы почитаем разум как ценность и основу основ, то должны посмотреть на свой пол чуть более критично.

Поэтому возьму на себя смелость перечислить основные бабские черты.

**Тупость.** Задумавшись, выносить эту черту в начало или в конец списка, я поняла, что раз уж считаю её основой всех проблем, то надо с неё и начать. Однако должна объяснить, что я имею в виду. Интеллектуальные возможности даны людям в разной степени. Я ни в коем случае не хочу обидеть тех, у кого они в силу разных причин ограничены. Если, например, ты полагаешь, что туповата (медленно соображаешь) по клиническим показаниям, то я прошу у тебя прощения. Но всё же говорю о другом, и считаю основой проблем тупость женщины, у которой есть все возможности *не быть тупой*. Полагаю, что если женщина тупа, то и все остальные её недостатки неминуемо проявятся.

Где проходят разделы между тупостью, глупостью и умом? Я думаю, что баланс между природной глупостью (она же наивность и отсутствие знаний) и природным умом (он же личностный потенциал) – это наиболее естественное для человека состояние. Никто из нас, находясь в состоянии покоя, не глуп и не умён. Эти свойства проявляются и обретают оценочные характеристики только в ходе мыслительного процесса.

Тупость же, по моему мнению – это такое свойство, при котором человек от природы может, но либо не приучен, либо злостно не использует способность думать своей головой. На «жёстком диске» в этой голове прочно записаны базисные инстинкты и представления о мире, которые складываются у любого человеческого существа в раннем возрасте. «Софт» предполагает кое-какие пользовательские возможности, но они имеют свойство регулярно «глючить» и «подвисать». Для того чтобы башка соображала и выдавала качественную мыслительную продукцию, этому «софту» необходимо постоянное пользование, обновление и установка новых программ. Но какие операции возможны на компьютере, если его системный блок устроен примитивно, объём памяти минимален, всё это ни разу не совершенствовалось, программы стоят левые, вирусов полно, да еще и внутри всё пылью заросло? Это ж мучение, а не работа!

Вот такова же и попытка построить плодотворные отношения с тупым человеком. Причём по моему мнению, с безнадежно тормозным компьютером строить коммуникацию всё-таки легче, потому что компьютер никакого мнения о себе не имеет и не переводит коммуникацию в область выяснения отношений. Человеческая же тупость, как правило, идёт рука об руку с самодовольством и стремлением распространяться на всё. Оставим пока без внимания мужскую тупость, признаем лишь факт наличия женской.

Женщина может (и имеет право) быть «преlestь какой глупенькой», поскольку, повторюсь, это довольно естественное для нас состояние. Но если она патологически не хочет развивать свой интеллект и душевные качества, при этом высокого о себе мнения, напориста и упряма, то рано или поздно она приходит в состояние «ужас какая дура». Сочетание дурости и уверенности, что наличие женского полового органа само по себе даёт право бесконечно что-

то требовать и получать от мужчин порождает ёмкую оценочную характеристику «тупопёздность». Прошу прощения, но если что названо ёмко, не вижу смысла искать этому аналоги.

Согласись: мало кто в повседневной жизни может вызывать такую негативную реакцию, как женщина, к которой применимо это выражение. С точки зрения способности выводить других из себя это явление, не имеющее себе равных. Окружающие мужики вольны давать нам эту характеристику просто так, по факту принадлежности к полу. Но увы, если мы сами даём полное основание для такой оценки, мы не можем рассчитывать на то, чтобы нас принимали всерьёз.

**Склочность характера.** Не правда ли, «склочная баба» – устойчивое словосочетание? Не говорят ведь: «склочная женщина» или «склочная дама». Склочность – это именно бабское свойство, основанное на дурном характере, претенциозности, внутренней распущенности и желании самоутвердиться легкодоступными способами. Несмотря на то, что оно бабское, мужчинам тоже может быть присуще в полной мере. Ключевое свойство склочности – это готовность к агрессии, даже не особо мотивированной, в любой момент. По мнению психологов, в основе склочности лежит глубинная неуверенность в себе, которая может быть как осознанной, так и неосознанной. Если такая проблема есть, человек постоянно испытывает какую-то беспредметную тревогу: он чувствует беспокойство, его «колбасит», и как только он находит подходящий объект, со злорадным сладострастием вываливает на него раздражение, злобу и всё, что там у него скопилось.

В отношениях склока возникает, если амбиции и характер одного наталкиваются на амбиции и характер другого. При этом первому кажется, что другой посягает на его положение, интересы и внутренний покой. Тогда он применяет простой и эффектный способ: разворачивает склоку. Понятие «энергетический вампиризм», конечно, ненаучно, но подобный способ самовыражения можно смело отнести к нему.

Позволю себе парапсихологическое объяснение этого феномена. Если у какого-либо человека недостаточно надёжно поставлена защита на влияние всякого негатива извне, то её легко «пробить». И тогда он становится «энергетическим донором». Особенно легко «вампиру» это удаётся сделать в общении с теми людьми, чья непохожесть на других и амбициозность очевидны. Такие люди «вкусны» для склочной личности так же, как вкусна кровь здоровых девушек для комаров. Поскольку у тех, кто амбициозен и не похож на других, своих внутренних проблем хватает, то зачастую они просто притягивают к себе проявления чужой враждебности. Причём контакт происходит очень легко: «вампир» облизывается, получив свою дозу, а «донор» уже заражён, и высока вероятность того, что тоже начнет мутировать...

Склока довольно зрелищна, и этим свойством занимать наше внимание вовсю пользуются медийщики. Когда я вижу какое-то очередное ток-шоу на нашем ТВ, всякий раз у меня возникает ощущение, что это какие-то происки тёмных сил. На этих шоу никого не интересует поиск истины: туда приходят попиариться и повыкрикивать. Причём выкрикивание и перебивание друг друга мгновенно становится единственной формой существования в этом диалоге. Передёргивание фактов и чужих слов, демагогия, самоутверждение за счёт оппонента, прямые оскорбления – все это до слёз знакомый арсенал. В такой обстановке нет леди и джентльменов – есть только мужики и бабы. В ходе склоки никто из вовлеченных в неё не выглядит красиво. Но зато людям нравится за этим наблюдать, а значит – всё на продажу. Кажется, появился отдельный род деятельности – телеперсонаж. А быть персонажами сегодня желают многие, ведь для них это единственный способ сделать карьеру...

Другим проявлением склочности характера является интриганство. Хотя оно и требует другого уровня сообразительности, а также дополнительных сил и времени, всё равно понятно, откуда у интриганства ноги растут. Ведь если женщина плетёт интриги, она в большинстве случаев заботится не об интересах дела, а о своих собственных, причём сиюминутных и не всегда осмысленных. На других ей по большому счёту плевать, пока эти другие не ответят ей тем же.

Ирония в том, что она считает собственную провокацию, коварство и подлость допустимыми, но как только получает в ответ прямую и очевидную реакцию, то сразу начинает верещать: как можно! Ведь я же женщина! Нет, милая, если ты ведешь себя как злобная баба, то будь готова к соответствующему обращению.

Опасность проявлений склочности в том, что они почти всегда деструктивны. А известно, что оскорблять и разрушать отношения значительно легче, чем раскаиваться и созидать. Это известно даже самой дурной бабе, но она не пытается себя переделать, потому что... дура.

**Показная благопристойность.** Есть такой термин: фарисейство. Он происходит от названия древнеиудейской религиозно-политической секты фарисеев, которая поначалу была одной из форм иудаизма, но очень быстро обрела формы крайнего морализаторства, лицемерного благочестия, догматизма и показухи. *«Горе вам, книжники и фарисеи, лицемеры, что уподобляетесь окрашенным гробам, которые снаружи кажутся красивыми, а внутри полны костей мертвых и всякой нечистоты; так и вы по наружности кажетесь людям праведными, а внутри исполнены лицемерия и беззакония... Возжи слепые, оцекшивающие комара, а верблюда поглощающие!»* (Мф 23, 27—28, 24). У этой библейской цитаты есть разные версии, но важна суть. Именно фарисеи, эти ревнители ветхозаветных законов и догм, приняли активное участие в предании на смерть Иисуса Христа.

И судя по всему, фарисейство в человечестве неистребимо. Оголтелая и косная религиозность вообще склонна принимать пугающие формы. Однако я бы рассмотрела здесь не столько религиозный, сколько социально-бытовой аспект проблемы.

Если человек не думает своей головой и не критичен по отношению к собственным порокам и поступкам, то обуздать его можно, только загнав в рамки некоей строгой морали. В этом, на мой взгляд, и состоит суть религии (а не веры, эти понятия важно не путать). Если же ограничено не только его поведение, но и сознание, то духовная жизнь и личный поиск истины очень быстро перестают быть для него необходимостью. От поиска истины ведь одно беспокойство: пока ты её ищешь и определяешь рамки собственной свободы, другие занимаются более рентабельными делами, тебя они не поймут и осудят. Поэтому в социуме на первый план выходит чисто внешнее, формальное соблюдение приличий, поскольку они получили официальное одобрение или закрепились в традиции.

Естественно, что в соблюдении приличий ничего плохого нет. Плохо, когда их соблюдение и соответствие чьим-то представлениям становится самоцелью и застилает белый свет. Возникает ханжеская мораль: можно быть безнравственными в помыслах и поступках, лишь бы внешне все выглядело шито-крыто. Как говорится, у заботливой мамыши дочь может пить, курить, с парнями лазить, лишь бы в шапочке была... А чему может научить свою дочь такая мамаша, которая сама всю жизнь проходила «в шапочке» и застегнувшись на все пуговицы, которая проработала на нелюбимой работе, прожила с мужем без любви и понимания, постоянно занималась не тем, чем она хотела бы заниматься, а тем, чем вынуждена? Какой авторитет для дочери может иметь её морализаторство? Особенно если дочь знает, что в глубине души её мать несчастна. Но женщины, исповедующие ханжескую мораль, помимо прочего очень агрессивны. Именно такие, не разбираясь, забивали других женщин камнями. А ведь бывают и другие виды травли, в которых они и сейчас с удовольствием участвуют. Зачем — неведомо.

**Общая примитивность.** Высеки примитивную женскую фигуру из камня — получится каменная баба, вылепи её из снега — получится снежная баба, надувай из резиновой заготовки — получится надувная... Баба — это нечто очень простое и схематичное. Мужчине нужна женщина. А мужика устраивает баба.

Более того, позволю себе предположить, что как только женщина сама смиряется с тем положением вещей, которое устраивает мужика, она и начинает превращаться в бабу. Я убеж-

дена, что в каждой маленькой девочке заложен мощный природный ресурс женственности. А во что он разовьётся, во многом зависит от воспитания, среды, в которой она росла и людей, с которыми она в процессе взросления общалась. Несмотря на это, среди девочек, растущих в похожей среде, встречаются как настоящие маленькие бабёнки, так и настоящие маленькие женщины. Они изначально неравны, и судьбы их ждут разные. Я вообще, страшно сказать, не верю в равенство. Равны и взаимозаменяемы могут быть только примитивные существа. Если же высокоорганизованная личность (пол не важен) попытается построить отношения на равных с примитивной бабой, это будет очень муторный и раздражающий обоих процесс, который чаще всего к успеху не приводит.

Есть поговорка: «Простота хуже воровства». И я лично терпеть не могу, когда мне говорят: «Будь проще – к тебе потянется народ». Я представляю себе картинку, как ко мне тянется народ, и мне становится не по себе. Девочкам, которые со мной советуются, я задаю вопрос: «А ты действительно хочешь быть простой и понятной для тех, кто тебе это говорит? Чтобы так называемые „простые“ меряли тебя своей меркой, общались с тобой на примитивном уровне, считали тебя своей в доску, использовали и тянули из тебя энергию как насосом? Это надо им, но надо ли тебе – большой вопрос». Надо сказать, что лично я всю жизнь с удовольствием общаюсь именно с простыми людьми: честными работягами. Сама себя к ним отношу. Но их простота не имеет ничего общего с примитивностью, псевдятиной, дуростью и жлобством, о которых я тут столь гневно рассуждаю. А вот люди, обладающие властью, могут быть очень непросты в общении, но по сути примитивны как павианы. Думается мне, что женщина постоянно вынуждена анализировать и выбирать, кто ей подходит... А бабе чо выбирать: кто взял – тот и мужик

## Небольшой тест: определи, сколько в тебе бабского

Прежде чем мы перейдём к более позитивной части повествования, предлагаю тебе проверить себя на степень того, что можно объединить понятием «бабьё». Любой самоанализ приводит к нужным выводам и сдвигам, только если он проводится максимально честно. Никто не увидит результата твоего теста, но если ты честно ответишь на вопросы, то будешь лучше себя понимать. А понимание и самосовершенствование идут рука об руку.

- Свойственно ли тебе смиряться с существующим положением дел в твоей личной и профессиональной жизни и ничего в нём не менять волевым решением?
- Обсуждаешь и осуждаешь ли ты знакомых за их спиной?
- Завидуешь ли ты кому-то до ненависти?
- Отмечаешь ли ты, что выглядишь хуже ровесниц и старше своего возраста по причине недостаточного ухода за собой и изношенности организма?
- Считаешь ли ты, что если женщина до 25 лет не вышла замуж, это значит, что её никто не взял?
- Часто ли тебе приходится отмечать, что мужчины относятся к тебе без должного уважения, а потребительски и по-хамски?
- Упрекают ли тебя друзья, партнеры и близкие в том, что твое поведение конфликтно и в плохом смысле непредсказуемо?
- Позволяешь ли ты себе орать и устраивать сцены другим людям потому, что у тебя плохое настроение, и надо его на ком-то выместить?
- Случалось ли тебе срывать свою злость и унижать людей, которые зависят от тебя или находятся в подчиненном положении?
- Способна ли ты на мелкую подлость и месть в отношении того, кто тебе не нравится?
- Ты давно последний раз читала серьезную философскую и духовную литературу?
- Давно ли кто-то искренне был тебе признателен за вдохновение и чувство окрылённости, подаренное тобой?

Каждый ответ «да» – это признак твоего отхода от женственности в сторону бабья. Список вопросов я составляла лично, он не исчерпывающий, и конечно, не претендует на научность. Ты смело можешь со мной не соглашаться. Но лучше прислушаться: вдруг да откроется какая-никакая правда.

Пока в тебе бабское начало будет превалировать над женским, ты с высокой вероятностью будешь тратить свои силы на то, что того не стоит. А что того не стоит? Ну например: соперничество ради мужчины, «крысиные гонки», всепоглощающая бытовуха, состояние тотальной несвободы и зависимости от всего и вся. С описанными мной бабскими психологическими установками не стоит рассчитывать на то, чтобы реализоваться через созидание и осваивать миры, как внешний, так и внутренний. Если, конечно, ты этого в принципе хочешь.

## Теперь уделим немного внимания женственности

Это сама наша суть, которая не только отличает нас от мужчин, но и позволяет им любить нас, восхищаться нами, вдохновляться и прощать всё плохое.

Любое пространство, построенное мужчиной, имеет смысл только тогда, когда в нём может органично себя чувствовать женщина. Она сама ничего не строит, так уж сложилось с начала времен. Её задача – обживать. Она – природное существо, в этом её главная особенность и главная сила. Вспомним символические обозначения мужского и женского: мужчина – это кружочек с вектором, женщина – это кружочек с крестиком. Мужчина – это экспансия, женщина – это существование в пространстве. Поэтому возможно, что покуда мы в способе мышления, своих амбициях и выстраивании приоритетов будем подражать мужчинам, мы будем только раздражать их и мало чего хорошего добьёмся. Но если мы будем действовать в рамках своих природных особенностей, то обретем всё то, что нам нужно.

Женский интеллект отличается от мужского, что не хорошо и не плохо, а просто данность. Женское мышление предполагает способность к концентрации и построению логических конструкций, но его ключевое свойство не в этом: оно всегда включает в себя *ощущения* и *переживания*. Умение прислушаться и довериться собственным ощущениям делает восприятие более объёмным и от мышления неотделимо.

Обычно такое свойство называют интуицией: мол, у женщин она развита, поэтому они часто чувствуют то, что мужчина не может чувствовать, предполагают то, что потом сбывается. На самом деле интуиция – это общее для полов свойство мышления. Помимо доверия внутренним ощущениям для него важно сочетание опыта, объёма знаний, восприимчивости и некоей ментальной устремленности. Для того чтобы получить ответ, нужно задать вопрос. И тогда интуиция подскажет. Порой человек сам не может объяснить, откуда к нему приходит это понимание. А вот ниоткуда конкретно: если что-то в мире или в пространстве, которое называется «ноосферой», существует, оно свободно может явиться сознанию в виде образа или чувства. Вот умение всё это считывать и верно интерпретировать – это и есть свойство женского ума.

Если к своему уму относиться как к драгоценному инструменту, ежедневно его упражнять, настраивать, увеличивать возможности, повышать своё мастерство, чтобы оно служило Божественному в тебе, то результаты могут быть поразительными. А если заставлять свой ум работать несвойственным ему образом, подстраиваться под стереотипы, забивать объём своей памяти всякой ерундой, а творческий потенциал, наоборот, ограничивать – то и толку будет мало, и жизнь станет не мила. При таких условиях женщина как минимум проиграет в конкурентной борьбе с мужчиной. Её ум не обладает преимуществами мужского, она вообще не должна тягаться с мужчиной и что-то ему доказывать в его вотчине. Если же она попытается самоутвердиться и конкурировать в мужской манере, то направит свой энергетический потенциал на заведомо проигрышное дело. А мужчин это устраивает больше, нежели осознание женщиной своей силы, поскольку им необходимо чувствовать себя доминирующими, контролирующими и решающими. Это мужской мир, детка, как поётся в блюзе, *this is a men's world...*

Поэтому очень часто в нашем социуме мудрые и самодостаточные женщины производят неадекватное впечатление на окружающих мужиков и баб. Происходит это потому, что окружающим трудно понять природу этой самодостаточности и им страшно от той степени внутренней свободы, которую они в женщине угадывают, но к себе применить не могут. А женщина становится самодостаточной, когда она нашла себя в этом мире и мир внутри себя, обжила и гармонизировала эти миры, и ей хорошо. Она ни с кем не соперничает, не участвует в «крысиных гонках», не пытается соответствовать стандартам и вписываться в форматы, не противопоставляет себя социальной системе, и тем самым не участвует в играх этой самой системы.

Чем человек свободней, тем меньше у других рычагов, чтобы на него воздействовать. А это подрывает сами патриархальные основы нашего общества.

В моём понимании, оно как на фундаменте построено на страхе: все должны бояться за свой завтрашний день и бесконечно от кого-то и от чего-то зависеть. А если женщина отказывается играть в эту игру, она воспринимается как опасность. Поэтому нам и вбивают в голову, что женственность – это хрупкость и беззащитность, а значит, зависимость. Да ладно! Женщина – гораздо более жизнеспособное и жизнестойкое существо, чем кому-то нравится думать. Просто её вынуждают чувствовать себя слабой и беззащитной, искать покровительства, потому что жизнь такая.

В этой связи я рассматриваю женственность не как комплекс качеств и проявлений, которые нравятся мужчинам. Наша задача не в том, чтобы состязаться за самца. Да и растрачивать свою жизнь на участие в какой бы то ни было рыночной конкуренции вряд ли кто-либо осознанно хочет. Стратегии, обслуживающие конкуренцию, апробированы, но ведут ли они к мудрости и счастью, большой вопрос. Жизнь – это путь, у каждой из нас он свой, и задачи каждая ставит свои.

Но осознание собственной женской природы – это первый из шагов к определению собственного пути, к тому, чтобы прожить свою собственную жизнь и выполнить своё предназначение на этой Земле. Быть женщиной и радоваться этому, понимая, что твои достоинства, твоя сила и твоё счастье ни от кого, кроме тебя самой, по большому счёту не зависят.

Вот какие составляющие женственности в тебе заложены:

**Энергетический ресурс.** Будучи природным существом, женщина обладает ресурсом, сравнимым с ресурсом живой природы. Женщина так устроена, что её энергетические возможности запредельно высоки. Но она проигрывает мужчине в физической силе. А раз так, то её очень легко убедить в том, что она в принципе слабая. Поэтому женщина, особенно если в её жизни недостаточно любви, привыкает жить, минимально используя свой энергетический ресурс вплоть до блокировки того, что в ней заложено природой.

Единственное, что она в себе поддерживает – это способность создавать и питать новую жизнь. Когда она находится в этом процессе (а под новой жизнью можно понимать и ребёнка, и новые отношения, и новое дело – это уж сама женщина решает), то действительно откуда что берётся, и силы увеличиваются многократно. Но когда наступает рутина, она вновь начинает уставать, плохо себя чувствовать, впадать в депрессивные состояния, мечтает о том, чтобы кто-то о ней позаботился... Пока не наступит какая-нибудь экстремальная ситуация, и ей надо защитить своего ребёнка, своего мужчину, семью, свои жизненные ценности и собственно жизнь. Вот тогда в женщине просыпается такая энергетическая мощь, что мало не покажется! Хотела бы я почитать какой-нибудь труд на тему: «Чудеса и тайны женской энергии», в котором были бы собраны факты, исследования и мнения специалистов в различных областях. Пусть он не будет научным, а будет разновидностью журналистского расследования. Такой труд был бы не только полезен: возможно, он имел бы революционное значение. И возможно, именно поэтому такой книги в продаже нет. Я, во всяком случае, не видела. Кто-то скажет, что учения, связанные с женской энергетикой, засекречены. Возможно и так. Только вопрос: почему и в чьих интересах? «Орешек знания твёрд, но всё же мы не привыкли отступать»... Кто захочет, со временем выяснит.

Однако есть безобидное для мужчин и очень позитивное свойство женской энергии, которое стоит упомянуть. Это способность увеличиваться и быть светоносной, если женщина находится в состоянии любви. Недаром ведь говорят, что такая женщина светится. Она может дарить своё тепло и свет, не уставая и не истощаясь от этого. Именно к женщине, в которой живёт любовь, тянется всё живое, и это прекрасно. Но если ей, как свече, перекрыть кислород,



то волшебство закончится. Она и сама может начать угасать, если обстоятельства слишком враждебны. Но пока её физически не уничтожили, всё ещё может быть поправимо.

**Сексуальность.** Я бы не рассматривала её как неотъемлемую составляющую женственности, потому что это не совсем так. Никому же в голову не придет употребить термин «сексуальность» в отношении Богородицы. А она – суть вечная женственность. Или оценивать с точки зрения сексуальности пожилых женщин. А они могут быть настолько женственны, что нам бы у них поучиться. Я бы поговорила о сексуальности как о форме проявления женской природы и энергии.

Дело в том, что девочка с младенчества – уже женщина. Она уже умеет показывать себя, кокетничать, соблазнять, давать представителю противоположного пола всякие авансы, завладевать его вниманием и получать то, что ей хочется. Наблюдать за этим – и смех и грех, как говорится. Смех потому, что маленькая женщина очаровательна и трогательна. А грех потому, что это непосредственное и природное существо, которое само себя еще не понимает, но в нем уже заложены зёрна соблазна. Кто знает, в какое буйство они превратятся, если девочку вовремя не приструнить и не распределить эту энергию роста для её же блага!

И тут, конечно, возникает множество сложностей и тонкостей, все их учесть невозможно. Очевидно одно: для того чтобы в девочке развивалась здоровая и гармоничная сексуальность, она должна быть безусловно любима. Желательно обоими родителями, бабушками и дедушками, всеми членами семьи и родственниками, потому что по отношению к ребёнку любви много не бывает. Но самый главный человек для девочки в этом смысле – отец. Только безусловная, лишённая сексуальной подоплеки любовь отца создаёт вокруг девочки невидимый защитный кокон, который всю жизнь оберегает её от зла и личностного распада. А в желающих посягнуть, сделать управляемой, разрушить гармонию её личности недостатка не будет.

Я не хочу сказать, что гармоничная сексуальность развивается только при условии отцовской любви. Но в ходе жизненных наблюдений сделала вывод: если у женщины есть проблемы с сексуальностью и самоидентичностью, то их корни обязательно найдутся в детстве. Скорей всего, будучи маленькой, она была недостаточно любима теми, чья любовь ей была необходима, встречала недостаточно понимания и приятия. А на плохое отношение и равнодушие наталкивалась часто.

Если девочку в период становления индивидуальности воспитывать в лицемерной, душевной и жлобской среде, постоянно пытаться приструнить, подавлять её волю, много наказывать и мало поощрять, то можно покалечить ростки всего самого лучшего, что в ней есть. Я уж молчу про развратные действия, объединённые понятием «педофилия», которая есть смертный грех, потому что это в чистом виде предательство доверившегося. А масштабы этого явления чудовищны... Да, я понимаю, девочка – это ходячее искушение для неорганизованной мужской особи. В таких делах, как известно, мужчина руководствуется не умом, а другим местом. Да, знаменитая нимфетка – это явление, от которого так просто не отмахнёшься. Я сама была нимфеткой и как вспомню, так оторопь от самой себя берет. Уже лет с 12 я была реальным искушением для мужчин и ходила по тонкому льду. Мне в этом смысле повезло, а иным моим знакомым – нет. И это настоящая драма. Бесследно для психики она никогда не заканчивается.

Так или иначе, упомянутые факторы приводят к тому, что женщина с детства начинает бояться сама себя и собственной сексуальности. Ей внушают: ты – сосуд греха, весь мир – бардак, а бабы – б...ди, и т. п. А боится она себя именно потому, что её боятся мужчины, которые слишком хорошо знают свою животную природу. У них естество, увы, на искушения более очевидно и властно реагирует.

Но если уж оно так, с этим можно было бы смириться. И очень хорошо, что существуют нормы поведения, рамки приличий, запреты. И правильно, что мы применяем по отноше-

нию друг к другу всякие манипулятивные техники, которые усложняют реализацию порочных желаний. Удручает другое.

Дело в том, что женская сексуальность – это дар, и как любой дар, он требует реализации. В основе женской сексуальности лежит безотчетное и безграничное доверие. Женщина *принимает* в себя, она в прямом смысле раскрывается навстречу. В этом смысле физический контакт и совместимость с мужчиной таит в себе просто-таки энергетические бездны. Физическая любовь превращается в процесс обмена и производства энергии. И чем больше доверия, тем сильнее эти энергетические потоки и вихри. Если рядом с женщиной – мужчина ей под стать, то вдвоём они представляют собой как бы «автономную энергостанцию». Взаимная любовь – это большая жизненная удача и победа, по сравнению с которой банальные атрибуты жизненного успеха просто смешны. Но... Где женщине найти такого мужчину? Многие женщины на основе своего печального опыта могут сказать: проблема в том, что современный мужик, особенно в молодом возрасте, как правило боится этих ощущений. Он не готов к той высокой степени доверия, привязанности и ответственности, которую, как ему кажется, женщина от него требовательно ожидает. И поэтому с мужской стороны всегда есть огромное количество заметных и незаметных приспособлений для того, чтобы до этой степени не дошло.

Возникает парадокс: повсюду всё сочится сексуальным призывом, идеей сексуальности пронизаны все сферы жизни, все медиа, сексуальная подоплека читается везде, вплоть до рекламы ирисок, но это какой-то морок, не имеющий отношения к реальности. Все с вождением смотрят на артисток и моделей, сексуальность – верный путь к успеху. Зайди в интернет и получи виртуальное сексуальное удовлетворение с кем хочешь. Женского «пушечного мяса» навалом. Да только вот энергии нет. И счастливых больше не становится. Роскошные сексуальные дивы глушат себя наркотиками и таблетками. Трагично, но неудивительно – они такие же люди, тоже хотят любви и не находят её, только справиться с этим фактом им сложнее.

Как писала в одном рассказе Виктория Токарева: «Такая редкость, как любовь, если она не нужна тому, на кого она направлена, то она вообще никому не нужна». Ты любишь, а тебе в ответ предлагают только дежурный секс. И что тебе делать со своей любовью? Как тебе реализовывать себя в личной жизни, если то, что ты считаешь самым главным, как раз и не востребовано? А скакать от партнёра к партнёру – это ведь не решение вопроса... Если такая ситуация длится годами, то дар сексуальности оказывается не просто никому не нужен, он начинает вести себя подобно вину, которое перебраживает в уксус. А это приводит ко всевозможным искажениям как в сознании, психике, так и в теле. Женщина теряет красоту, потенциал, вкус к жизни и ощущение радости, потому что невостребованным оказался её главный энергетический ресурс.

К сожалению, устройство современного социума таково, что страстная и бескорыстная любовь в нём нерентабельна. В. Пелевин в романе «Empire V» обрисовал человека как функционально-паразитирующий механизм, сосущий баблос. Картина жутковатая, но что делать. Пелевин – автор очень умный, и у него нередко бывают прозрения. Применительно к нашей теме допустим, что описанное им в фигуральном смысле вполне может быть. А если человек хочет только «сосать баблос» и более всего нацелен на то, чтобы поудобней пристроиться к его источнику и кайфовать, то о какой любви может идти речь?

Однако женщины по-прежнему готовы к любви, слишком уж выражена в них эта природная потребность. Это у мужчин зачастую на неё не остаётся ни сил, ни времени, ни желания. И если бы в людях не было столь сильно биологическое начало, то они бы как вид неуклонно вымирали. Мы продолжаемся и не позволяем этому миру стать совсем уж невыносимым именно потому, что в нас ещё сильна женская созидательная природа. И если мы не будем бояться, останемся способны к любви, доверию и влечению, если мы научимся работать со своим сексуальным ресурсом, чтобы найти ему энергетическое применение, то не всё ещё потеряно.

**Доброжелательность.** Спроси любого ребенка, и он тебе скажет, что хорошая тётя – это добрая тётя. Ребенка не обманешь. Маленькие дети очень тонко чувствуют суть людей. Впоследствии они, как и взрослые, могут заблуждаться, принимая за доброту какие-то её проявления, приятные и выгодные лично им. В то время как подлинная доброта может быть довольно суровой, ей не присуща та сладость, которой от неё ждут. В состоянии покоя человек не добр и не зол, но безусловно, есть в нём что-то, что на уровне субъективного восприятия считается мгновенно.

Другое дело – доброжелательность. Это такое свойство, которое человеку в себе приходится воспитывать. В общем и целом это синоним интеллигентности, если понимать её как проявление внутренней культуры. А она предполагает установку на то, что окружающие, пока они ничего плохого лично тебе не сделали, достойны уважения и внимания. Такая установка опирается на благородные побуждения, толерантность, искреннее внимание к другим, терпение, готовность извиниться и умение прощать. Всё это относится к женственности напрямую.

Одним из секретов доброжелательности является умение контролировать свои негативные эмоции. Когда кто-нибудь раздражает нас, провоцирует нас на проявление злости и гнева, мы обычно ухудшаем положение, если действительно начинаем злиться и ругаться, как будто только и ждали подходящей возможности. Конечно, никто из нас не ангел и не святой. Но отделять мгновенную эмоциональную реакцию от проявлений озлобленности и той самой склочности, о которой шла речь выше, всё-таки стоит. Если негатив зашкаливает и ты не можешь себя контролировать, значит, у тебя проблемы, с которыми нужно работать. В противном случае ты идёшь против своей женственности и потакаешь бабью в себе.

Подлинная женственность неагрессивна. Она не нуждается в постоянном самоутверждении, особенно через споры и запальчивые дискуссии. Есть такие женщины, которые чуть что загораются как спички. И они не успокоятся, пока не выскажут собеседнику свою точку зрения и не убедят его, что она единственно верная. Некоторые даже принимают это за флирт, считая, подобным поведением они привлекают к себе внимание мужчин. Увы, это не то внимание, которое тебе нужно. От любой формы агрессии, желания конкурировать и самоутверждаться нормальные люди очень быстро устают. В то время как если ты действительно права, лучше расслабься, рано или поздно это и другим станет очевидно. А если не права – тем более...

Доброжелательность – это свойство уверенности в себе. Я лично с детства замечала, что существует взаимосвязь между внешней привлекательностью человека и его дружелюбием по отношению к другим. Наверно, бывают и исключения, но я от своих наблюдений не отрекусь. Я бы сказала, что доброжелательность лежит в основе внутренней красоты. Внешняя красота, если её понимать как эффектность и соответствие каким-то эстетическим канонам, очень быстро перестаёт производить впечатление, как только пообщаешься с человеком. Но это впечатление остаётся и усиливается, если человек гармоничен внутри себя. Гармония даёт спокойствие, спокойствие даёт уверенность. А о важных свойствах уверенной в себе женщины будет рассказано в конце главы.

**Чувство собственного достоинства.** Это неотъемлемое качество гармоничной личности. Но женское понимание достоинства, как мне кажется, особенное. Оно причудливым образом сочетает в себе готовность к смирению и самопожертвованию с твёрдостью убеждений и гордостью. Это сочетание зашифровано в символике женского начала. Мужчина может позволить себе быть самоуверенным, твёрдым и гордым без примесей. Это его, мужская, жизнь. С ней он сам разберётся, а нам с тобой дано жить женскую. Глубинная женская мудрость заключается в понимании того, что жизнь устроена вовсе не так, чтобы все могли вести себя как избалованные дети. Что невозможно соблюдать только свои интересы и что в этой жизни служить, давать и терпеть приходится не меньше, а то и больше, чем пользоваться, получать и предаваться удовольствиям.

Я вижу в этом понимании основу женственности. Чувство собственного достоинства не возникает напрямую из высокой самооценки. Самооценка – штука субъективная, это то, что можно приписать себе, своим качествам и амбициям. А достоинство – это такой способ существования, который характерен для человека, и который другие тоже могут подтвердить. И у меня вызывает восхищение не та «Шемаханская царица», для которой эгоцентризм – единственно возможное естественное состояние, а та женщина, которая способна выдержать любые жизненные испытания, видела в жизни много горя и несправедливости, но умела переносить их с достоинством.

**Открытость миру.** Подобно тому, как в каждой маленькой девочке живёт женщина, в каждой взрослой женщине живёт маленькая девочка, которой она была. Наверно, это самое святое и настоящее, что в нас есть; некий замысел, который был у Создателя на наш счёт. И счастливы те, кто умеет сохранить в себе и пронести через всю жизнь это ощущение себя – ребёнка.

Любой ребёнок (хоть человека, хоть животного) – это квинтэссенция доверия. Он ничего пока не оценивает, не мутит в своей голове насчет того, в чьих руках сейчас находится. Его сознание чисто. И это абсолютно божественное свойство. Неслучайно мы так любим наблюдать за всем и всеми, что совсем недавно появилось на свет. Понятно, что оно пришло в этот мир, а не в райские кущи, поэтому в дальнейшем его ждет трансформация. Но что было бы, если отнять у каждого, кто появился на свет, доверие к этому миру? Это был бы мир насекомых. Потому что в отсутствие доверия можно только жить инстинктами. А постижение, развитие и любовь требуют других качеств, которые формируются только в условиях открытости и доверия тому, что этот мир сулит.

Лично я, общаясь с человеком (если, конечно, это общение не заморожено на какой-то узкой теме), первым делом пытаюсь разглядеть в нём «внутреннего ребенка». Это, кстати, очень помогает относиться к людям без предвзятости и страха. И со стороны очень заметно, насколько человек открыт, а следовательно, насколько общение с ним может быть продуктивно и приятно. Манеры, выражение лица, способ выражать свои мысли – всё это хоть и интересно, но обманчиво. Значение имеет внутреннее состояние и готовность вступить в игру.

В этом смысле для меня женственность – это непосредственность. Когда внимание активно, реакции быстры и естественны, когда доброжелательность очевидна, когда чувствуется, что этой женщине интересно жить и каждую минуту принимать в этой жизни участие. Эта открытость всегда будет отличать женщину как личность от женщины как объекта. Закрываясь от мира как консервная банка, можно, конечно, оформить себя в красивую упаковку и сделаться вожаемым объектом для кого-то. Можно даже создать образ типа блоховской «Незнакомки», и он будет будоражить чьё-то воображение. Но насколько такая жизнь внутренне интересна? Не знаю.

Общение – это процесс взаимного резонирования, обмена энергиями. Для того чтобы признать наличие и силу женственности, недостаточно увидеть, как «девичий стан, шелками схваченный, в туманном движется окне». Кто её знает, что там на самом деле за влекущими деталями скрывается! Кроме того, тщательно продуманный и возделанный собственный образ всегда включает в себе необходимость следовать клише. А это значит сознательное ограничение своего личностного потенциала. Откуда брать энергию в этом случае? А если человеку не хватает энергии, он будет использовать общение для того, чтобы «вампирировать».

Вот и получается, что красивых, эффектных, «упакованных» женщин полно, а тех, кто проживает красивую, достойную, интересную жизнь и вполне доволен этим процессом, значительно меньше. Твоя личная реализация и всё важное, что ты хочешь в этой жизни ощутить, напрямую зависит от того, насколько ты открыта по отношению к миру и честна по отношению к себе. Если эти условия соблюдать (что, признаться, бывает нелегко), то можно открыть в себе неограниченный энергетический ресурс. А если этот ресурс обнаружен, и взаимодей-

ствие с ним налажено, то тогда и начинается всё самое интересное. Так и появляются магини, целительницы, художницы, артистки, вдохновительницы, воительницы и т. д. и т. п. Но об этом у нас еще будет возможность поговорить в последней главе. А пока коротко резюмирую свои размышления на тему.

Женственность – это такая сумма свойств, при которой:

- Твою принадлежность к полу можно определить на любом расстоянии, вне зависимости от того, что на тебе надето;

- Когда ты оказываешься среди незнакомых людей, то всегда видишь обращённые на тебя заинтересованные мужские взгляды и оценивающие женские;

- Со стороны мужчин ты часто получаешь знаки внимания, вежливости и предупредительности;

- Со стороны других женщин ты часто сталкиваешься с недоброжелательным отношением, потому что они видят в тебе соперницу;

- Большинство считает, что ты очаровательна в общении, приятная собеседница и компаньонка;

- Ты любишь и умеешь создавать уют в любом пространстве, в котором находишься;

- Ты внушаешь другим людям желание что-то для тебя сделать без всякой видимой выгоды для них;

- Ты очень эмоциональна, способна на эмпатию и проявления сочувствия по отношению к любому живому существу;

- Ты способна как на созидательный альтруизм, так и на безрассудство, и всё это ради любви;

- Ты можешь влиять на других таким образом, чтобы они представлялись вежливей, благородней, интересней и в целом – лучше, чем казались только что;

- Ты сохраняешь женскую привлекательность, эмоциональность и живость ума до глубокой старости.

●●●

Существует расхожее мнение, что женщина – это некий сосуд, который сам по себе имеет мало смысла. Смысл появляется в зависимости от того, чем сосуд наполнить и кто будет им пользоваться. Следовательно, все зависит от того, в каких условиях и в чьих руках женщина находится: каковы условия, такой она и будет. А условия эти, само собой разумеется, создаёт мужчина. Если они благоприятны, то в ней разовьётся всё лучшее и оправдывающее мужские ожидания, а если нет, то и разовьётся то, что будет этим условиям адекватно. Упоминая это мнение, я опять возвращаюсь к тому, о чём шла речь в начале главы. То, что кому-то выгодно или удобно так считать, ещё не означает, что это истина. Принимать на веру чужие клише и жить согласно им – значит расписываться в отказе от ответственности за свою жизнь.

Если кому-то хочется проводить аналогии, то женщина может быть и сосудом, и отражением, и пышным розаном, и дорогим бриллиантом, и необузданным животным, и бледной молю – кем угодно. Главное её свойство – это способность меняться, адаптироваться и соединять в себе несоединимые, казалось бы, понятия. Да, я не буду отрицать влияние на нас чужого отношения, поступков и созданных условий. Даже довольно много написала об этом влиянии в главе «Созидательница». Но я абсолютно убеждена, что другие люди могут мешать нам или помогать, но не они определяют структуру нашей личности. Женщина – это загадка для самой же себя.

А жизнь тем и интересна, что даёт каждой из нас возможность выяснить, что же мы как личности собой представляем. До тех пор пока тебе интересно выяснять, кто ты и как способна себя проявлять, ты сможешь относиться к внешним обстоятельствам и многочисленным проблемам как к условиям задачи. Пусть даже это задача из области высшей математики, уравнение со многими неизвестными. Всегда есть то, что дано, то, что требуется доказать,

и собственно процесс, в котором вся суть. Если условия задач не будут варьироваться и усложняться, то и не будет прогресса в развитии. А неблагоприятные обстоятельства имеют замечательную особенность: именно они способны развить в нас те качества и силы, с помощью которых мы их и побеждаем, а потом двигаемся дальше.

Надо признать, что в этом прогрессе нуждаются отнюдь не все представители вида *homo sapiens*, вне зависимости от пола. Люди разные, нас всех можно расчислить по различным категориям, видам, отрядам и пр. И у каждой, условно говоря, категории людей свои задачи, свои трудности и способы самореализации. В данном случае я даже не имею в виду социальное расслоение: оно хоть и очевидно, но, слава Богу, не является константой, с которой надо тупо мириться. Принадлежность человека к той или иной категории – явление довольно субъективное и оценочное.

Однако не учитывать предлагаемых обстоятельств и особенностей того «Я», которое в данных обстоятельствах находится, просто глупо. А если учитывать, то станет понятно, что значение имеет не то, что думают о твоей жизни другие, а то, что ты думаешь о ней сама. Где-то я прочитала цитату за подписью Фридриха Ницше: «Важно не то, что из нас сделали, а что мы сами делаем из того, что из нас сделали». Глубоко согласна с этой мыслью. Но все действия, которые мы на этом пути производим, будут продуктивны тогда, когда мы позитивно настроены и уверены в себе. Однажды в интернет-журнале «Ты лучше» я сформулировала

## 10 признаков уверенной в себе женщины

**1. Решительность.** Уверенная в себе женщина тем и отличается от остальных, что не ждёт, когда же сложатся благоприятные условия и обстоятельства, чтобы начать действовать. Она сама их формирует или использует те обстоятельства, которые ей предложены. Это не значит, что она идёт по жизни тараном: просто она не сидит сиднем, рассуждая и ожидая милостей от судьбы. Она знает, что качество её жизни зависит от её же решений, и как только решила, действует немедленно и последовательно. А если задуманное не получается, то, учтя ошибки и промахи, принимается снова. Всё стоящее появляется в жизни только в результате усилий.

**2. Здравая авторитарность.** Если сравнить мир с театром, то роль статистки и даже актрисы её не устраивает. Она смотрит на процесс как режиссёр. Уверенная в себе женщина реализует намеченные планы и поставленную сверхзадачу, ни у кого не спрашивая разрешения и ни перед кем не заискивая. Чтобы это получалось, ей, как и режиссёру, сначала необходимо научиться взаимодействовать с людьми, выработать в себе навыки и качества, необходимые для созидательного процесса, видеть прекрасный результат, достижимый в будущем. Это и отличает здравую авторитарность от наглости и неадекватности.

**3. Беспристрастность.** Это качество противоположно не страстям, а пристрастности, то есть нежеланию рассматривать ситуацию объективно. Уверенная в себе женщина независима от чужих мнений, принципов, намерений, даже от собственных симпатий и вчерашних концепций. Учитывает их, но не более. Она не считает, что надо поступать определённым образом только потому, что на этот счёт «есть мнение», или потому, что вчера поступала именно так. Она предпочтёт то, что объективно лучше для дела. Она также способна держать под контролем собственные эмоции и выработанные установки, когда выясняется, что они мешают принять правильное решение.

**4. Порядочность.** Для того чтобы действовать эффективно и достигать своих собственных целей, необходимо критично относиться к своему поведению, взвешивать свои слова и поступки, а также предполагать те последствия, которые поступки за собой несут. Только порядочный человек имеет моральное право требовать достойного поведения от других. Ей не свойственен жлобский слепой эгоцентризм, поскольку он, создавая проблемы в общении с людьми, лишает способности адекватно воспринимать реальность и адекватно с ней взаимодействовать, получая задуманный результат. Этим уверенная в себе женщина отличается от стервы.

**5. Самоконтроль.** Уверенная в себе женщина не носится со своими переживаниями, претензиями и прочим негативом, и уж тем более не обременяет этим других. У неё всегда хватает самодисциплины и силы духа, несмотря на трудности, страх потерпеть неудачу и даже ЧП. Она никогда не позволяет обстоятельствам и эмоциям брать над собой верх. Даже в ситуации, когда она чего-то не понимает или реагирует не так, как нужно, её всегда выручает самоирония – свойство сильных и умных. И если что-то произошло по причине её личной оплошности или слабости, она сможет признать это, и корона с неё не упадет.

**6. Толерантность.** Она хорошо понимает принцип: «Живи и давай жить другим». Уверенная в себе женщина признаёт право каждого человека быть таким, какой он есть, даже если ей лично он не нравится. Она не будет подстраивать людей под себя, свои ожидания и свои представления о том, как надо себя вести и какие должны быть отношения. Она уважает различия в людях. И сама способна подстроиться под того, с кем общается, но не теряя при этом чувства собственного достоинства.

**7. Внутренняя свобода.** Уверенная в себе женщина говорит «да» и «нет» не тогда, когда этого ожидают другие, или так диктуют обстоятельства, или ей нужно утвердиться в своей зна-

чимости и независимости, а только тогда, когда сама испытывает потребность ответить именно так. Также она найдёт возможность избежать того, что ей неприятно и заняться тем, что ей нравится, не оглядываясь на мнение окружающих. При этом она хорошо знает, что свобода одного заканчивается там, где начинается свобода другого. Это признак воспитанности, который облегчает жизнь в обществе.

**8. Внимательность.** Уверенная в себе женщина хорошо знает цену способности воспринимать. Поэтому она слушает людей, наблюдает за ними и вникает в каждый момент, потому что всё, что учтено и отмечено – всегда хороший старт для последующих шагов. К тому же концентрация и внимание к мелочам служат хорошей службой в достижении результатов. Рассеянность же и заикленность на себе ни к чему не приведут. Поэтому её внимание безгранично, и оно нравится людям.

**9. Самодостаточность.** Уверенная в себе женщина не позволяет себе ставить самореализацию в зависимость от кого-либо. Это не значит, что она никому не доверяет, не просит и ни на кого не надеется. Нет – она просто прекрасно понимает, что помощь не всегда бескорыстна, а потому нужно быть готовой обходиться своими силами. Или принять помощь, если симпатичный ей человек сам предложил и ему нетрудно. В остальных случаях она ищет возможность справиться, никого собой не грузя и довольствуясь малым. Она соблюдает свои интересы, понимая, что вряд ли они на 100% совпадут с интересами других. Она никому не завидует и не боится зависти, потому что зависть – свойство слабых, тех, кто не может справиться с претензиями к собственной судьбе. И никогда не боится одиночества, поскольку воспринимает его как естественное благотворное состояние, из которого с лёгкостью можно выйти.

**10. Оптимизм.** Слепой оптимизм так же жалок, как слепой эгоизм. Оптимизм уверенной в себе женщины основан на доверии к жизни и к собственному потенциалу. Если всё идет не так, как она планировала, она не отчаивается, потому что относится к этому философски. «Всё случится так, как должно случиться, даже если это будет иначе». Если что-то складывается не так, она размышляет в верном направлении: вполне вероятно, что она просто не готова к тому, чего хочет, или возлагает надежды не на то, на что нужно. А если женщина настроена позитивно и готова к чему-то хорошему, то и момента не упустит. Свою реальность, ситуации, отношения, будни и праздники она творит и создаёт изо дня в день. Она знает, что как только судьба закрывает перед человеком одну дверь, обязательно открывается другая. Надо просто быть начеку и использовать любую из возможностей, которые жизнь щедро предоставляет тем, кто верит в себя!

В этой книге я не могу уделить внимание всем ипостасям женской личности, которые представляются мне существенными. Никто, как говорится, не обнимет необъятного. Но я поделюсь с тобой размышлениями о тех свойствах и аспектах твоей натуры, которые у тебя есть полное право развить в себе. Как говаривал мой Мастер: «Самое главное – чтобы было интересно». Я убеждена, что именно с этими гранями собственной личности тебе будет ИНТЕРЕСНО работать, шлифовать их и получать свой собственный кайф от процесса. И кажется мне, что именно в кайфе процесса заключен весь смысл...



## Глава 2. ВЕДУНЬЯ

Много ли я знаю о магии, колдовстве, экстрасенсорике и прочих увлекательных понятиях? Имею ли я право об этом писать? Вопрос, не оставлявший меня всё время, пока я работала над этой книгой. И, честно скажу, хоть я и понимала, что глава «Ведунья» будет стоять первой по алфавиту, закончила её одной из последних. Уж слишком это большая ответственность – публиковать собственные рассуждения на столь сложную тему, тем более что эти рассуждения весьма полемичны. Но я ведь всего лишь хочу обратить твоё внимание на то, что саму меня живо интересует. Надеюсь, ты согласишься, что каждая женщина от природы – немного ведунья. Вопрос в том, как к этому относиться и что с этим делать. Поэтому начну доверительно, с примера из собственной жизни.

Однажды по заказу телеканала «Культура» я как сценарист работала над замыслом сериала, посвященного психоанализу. В предложенной мной заявке врач-психоаналитик, переживающий период кризиса среднего возраста, знакомится со странной девушкой, считающей себя ведьмой. Их профессиональное и человеческое взаимодействие я намерена была развивать, и по сюжету становилось понятно, насколько они помогли друг другу. Сюжет был острый, руководству он понравился, и ко мне приторочили двух консультантов-психоаналитиков, мужчину и женщину. Они прочитали сценарий первой серии и... устроили мне обструкцию. Смысл их претензий заключался в том, что я не очень выгодно подаю позицию образованного человека, аналитика, героя сериала, а вот с позиции ведьмы рассматриваю ситуацию охотно. «Как бы не получилось так, что это будет история, прославляющая магию, поскольку вам подспудно магия и мистика кажутся более важными, – говорил мне мужчина. – Может, вам это самой близко, и вы неосознанно встаёте на сторону вашей странной героини...» Я оправдывалась, впрочем, не очень убедительно.

Потом мы стали искать общий язык, но тут деньги у канала закончились, и сценарий завис, о чём я вспоминаю с глубокой печалью. Может, когда-нибудь к нему и вернусь. Но этот диалог я запомнила. Дело в том, что претензию вынуждена признать частично справедливой. Да, я не психоаналитик. Я много еще НЕ кто. Но я – женщина, нравится это кому-то или нет, поэтому воспринимаю мир в соответствии с возможностями своего женского мышления. А в этом пространстве много чему находится место.

Почему консультант посчитал, что сфера мистики и магии мне ближе? Во-первых, потому что есть вполне уважительное объяснение: я знаю, что стоит привнести в любой текст (особенно в художественный) мистический элемент, как сразу появляется интрига, становится интересно. А во-вторых, предполагаю, что консультанту-мужчине стало некомфортно от того, что на него, дипломированного аналитика и кандидата наук, я – никто и звать никак – могу оказывать влияние. Объяснить, почему да как, можно, но объяснение будет лежать в иррациональной плоскости. Конечно, его это напрягало. И не потому, что я вела себя как самка и использовала какие-то женские чары, а потому что как бы намекала, что могу поставить под сомнение привычную для него картину реальности. Дальше я подробнее объясню, что под картиной реальности имею в виду.

В данном случае приглашённый консультант идентифицировал меня с моей героиней-ведьмой не столько в результате чтения сценария, сколько в результате общения. Если бы я чуть больше подыграла и повела себя непосредственно как она (читала его мысли, демонстрировала паранормальные способности), то напряжение бы усилилось. Я в этом уверена, и было бы интересно выяснить, к чему бы это привело. Однако «показывать фокусы», изображая из себя ведьму, не входило в мои планы. Данный пример относится к общению по работе. Но бывали и другие примеры, связанные с чужим субъективным восприятием. Если уж люди

считают, что мистика и магия – это моя стихия, значит, у них есть причины так думать. Я не стремлюсь опровергнуть их мнения. Но подтвердить, видимо, невольно удавалось...

Конечно же, я не одна, нас много таких, на кого окружающие навешивают ярлыки и на всякий случай побаиваются. «Ведьмы делятся на потомственных, прирождённых и вылитых», – авторство этого афоризма не установлено, но мне он очень нравится. На всякий случай заявляю: я лично колдовством не занимаюсь, по своему желанию крещена в православной вере, ни в каких оккультных сообществах и сектах не состою. Однако ведовства не отрицаю. Не исключено, что если бы я жила в Средневековье, на меня писали бы доносы, и я стала бы жертвой «охоты на ведьм». Может, и стала, и если фигурально выражаться, не только в прошлой жизни, кто знает... Но речь-то не обо мне.

Думается, что каждая женщина, если она личность, познающая и осваивающая этот мир, непременно столкнётся с теми вопросами и проблемами, которые будут упомянуты в этой главе. Поэтому я не захотела сводить главу к советам и рекомендациям, а постаралась в первую очередь дать тебе пищу для размышлений. Если ты к этим размышлениям не готова или просто не в настроении – смело пропускай и читай книгу дальше. Эта глава стоит первой исключительно по алфавиту, а не по значению. Хотя это как посмотреть. Всё от тебя зависит.

## Поговорим о магии как таковой

К сфере непознанного и тайных знаний у обычного человека двойственное отношение. С одной стороны, его это увлекает и манит, поскольку хочется верить, что устройство мира гораздо глубже, объёмней и фантастичней поверхностных представлений о нём. А с другой стороны, всё, что относится к области тайных знаний и сфер их применения, вызывает у обычного человека вполне естественное опасение. Очевидно, что раз знания тайные, то они доступны не всем, а только посвящённым. Кто, как и с какой целью их посвящал? Это ещё надо разобраться.

Однако логично предположить, что обладание этими знаниями и особыми способностями означает не только силу отдельно взятого человека, но и его власть над другими. В этом, наверное, и кроется глубинная причина страха перед оккультными практиками и теми, кто ими занимается. Чем больше я углублялась в эту тему, тем отчётливей понимала, что нельзя объять необъятного. Для начала надо правильно представлять себе, что стоит за словами «магия», «оккультизм», «колдовство», «ведовство» и т. д. Ты, может быть, и не задумывалась, но за этими словами – совершенно разные пласты смыслов.

Например, давай задумаемся о сути слова «магия». Само это слово сегодня вызывает в нашем сознании неоднозначный ассоциативный ряд:

- то, что относится к фокусам и развлечениям,
- нарочито таинственная оболочка шарлатанства, суеверий и мракобесия,
- явления, которые способны удивить нас, потому что необъяснимы с точки зрения логики,
- люди, которые способны мистифицировать нас и оказать на нас воздействие,
- сам процесс посредничества между сверхъестественными силами и людьми, дающий избранным людям возможность влиять на определенные аспекты жизни и изменять их в соответствии с надобностями и желаниями.

Как бы то ни было, наверняка для большинства из нас магия, колдовство и ведовство – явления тождественные, практически синонимы. А ведь это не совсем так, и adeпты наверняка меня поправят, что совсем не так. Про адептов упомяну чуть дальше.

Но я, пожалуй, приведу то определение, которое опубликовано в Википедии: «Магия (лат. *magia*, *magia*, от греч. *μαγεία*; также волшебство) – понятие, используемое для описания системы мышления, при которой человек обращается к тайным силам с целью влияния на события, а также реального или кажущегося воздействия на состояние материи; символическое действие или бездействие, направленное на достижение определённой цели сверхъестественным путем. В западной традиции такая система мышления отличается от религиозной или научной; однако такие отличия и даже определения магии являются обширным полем дискуссий. Практики, относимые к магическим, включают гадание (прорицание), астрологию, заклинательство, колдовство, алхимию, медиумизм и некромантию».

Окей, магия – это некая система мышления. А что если убрать «при которой», и после запятой добавить «которая свойственна была человеку с древнейших времен»? Тогда мы сможем продолжить так: магическое мышление – это прежде всего иррациональный, внелогический аспект человеческого сознания, причём изначально гораздо более выраженный и активный, чем все остальные. Спроси у любого учёного, хоть антрополога, хоть историка, хоть теолога, и любой тебе скажет, что магическим сознанием «по-видимому» обладали все наши предки. То есть *homo sapiens* на всех континентах. А как известно, на Земле эволюция происходила крайне неравномерно.

Что такое магическое мышление, если очень просто? Это когда ты исходишь из веры, что всё неслучайно, всё имеет свой смысл, язык, коммуникативные коды, и ты – часть этого

взаимосвязанного процесса. Если ты веришь в одушевлённость природы, то твоя вера сегодня носит название анимизм (от лат. *anima*, *animus* – «душа» и «дух» соответственно). Многие этнографы и культурологи полагают, что любые религии, от примитивных до самых высоко-развитых, происходят от анимистических воззрений. Я киваю на учёных на всякий случай, потому что сама-то лишь интуитивно уверена в этом. «Измы» бывают разные: синтоизм, тотемизм, шаманизм и т. д. Но все они относятся к этому самому магическому мышлению.

Даже из словарного определения легко сделать вывод, что магия как понятие появилась задолго до понятия колдовства. В энциклопедии по психиатрии я прочла, что «в самом общем виде термин „магическое мышление“ обозначает убеждение, согласно которому посредством символических физических и/или умственных действий можно оказывать значительное или решающее влияние на подлинные причины происходящего в действительности». Ну, простейшие примеры известны: провести ритуал – будет дождь, другой ритуал – будет урожай, и т. д. Это очень, очень интересно. Но даже не углубляясь в эту тему, приведу пример проще некуда. Если сегодня ты окажешься у костра, и в твою сторону повалит дым, то просто наставишь на него фигу, приговаривая: «Куда фи́га, туда дым», и это всегда сработает. До следующего раза, когда дым вернётся и вновь придётся фигу наставлять. У кого-то этот пример вызовет улыбку узнавания, кто-то скажет, что это глупости, а кто-то возьмётся доказать, как теорему, почему это срабатывает.

Ни одна из точек зрения не означает исчерпывающей истины. Но прежде чем смело рассуждать о религии, магии и колдовстве, стоит задуматься, что такое сознание, что такое мышление, что такое действие и что мы понимаем под реальностью, в которой всё это существует. Поскольку я смелость на себя взяла, то решила в этой главе написать об очень сложных вещах. Может, и хорошо, что глава приходится на самое начало. В крайнем случае, ты можешь пролистать и вернуться потом как-нибудь...

## **Как мы воспринимаем реальность. Отступление в стиле «науч-поп»**

Никто в полном объёме не знает, что реально, а что не реально, потому что понятия объективной реальности нет. То есть оно есть, но сама реальность, с которой мы имеем дело, исключительно субъективна. Объективную же реальность мы можем лишь описывать исходя из какой-либо парадигмы (то есть системы представлений). Такие парадигмы существуют в каждой религиозной традиции. И в каждую из них можно верить или не верить, не более того. Такая парадигма есть и в естественно-научной традиции: согласно ей в мире, например, существует три измерения. Да, они существуют, верь-не верь, оспорить это невозможно. Но исчерпывающи ли те знания, которые бесспорны? И если мы о чём-то пока не знаем, означает ли это, что его не существует?

Если будет желание лучше понять, о чём речь, рекомендую тебе посмотреть научно-популярный фильм под названием «Сила мысли. Что мы об этом знаем?» (What the Bleep Do We Know!?), 2004г. Как и другой фильм, под названием «Вниз по кроличьей норе» (What the Bleep!?: Down the Rabbit Hole), 2006г. Их создала одна команда. Эти фильмы можно назвать спорными, попсовыми, наполненными мистико-шизофреническими интерпретациями реальности. А можно назвать будоражащими, вдохновляющими, расширяющими сознание... Многое зависит от персональных установок зрителя. Кстати, фильмы довольно знаменитые и увенчанные множеством фестивальных наград. Я лично получила от них колоссальное удовольствие, чего и тебе желаю.

Оттуда я, например, узнала, что человеческий мозг обрабатывает 400 миллиардов бит информации в секунду. Но мы, как правило, имеем дело лишь с 2 тысячами бит из них – то есть тем, что нам известно, понятно, касается нас и то, что на данный момент мы считаем полезным. То есть мы видим не совсем то, что на самом деле, а только то, что способны увидеть и в принципе считаем возможным. Тем не менее информация поступает, и в нашем мозгу постоянно разворачивается действительность, которую мы не осознали и не интегрировали. Например, видеокамера охватывает пространство намного глубже и подробней, чем то, что видно в объективе, потому что у неё нет возражений, суждений и, как говорится, других дел. У нас, как и у камеры, есть оптика, записывающее устройство, память – в общем, всё то, что позволяет «смотреть кино». Но, в отличие от камеры, у нас есть нервная система, суждения, некие задачи и даже «эго». Всё вместе это и порождает представление о той действительности, которую мы не просто наблюдаем, а в которой живём.

Согласно принципу разделённости сознания и тела, утверждённого ещё Декартом в качестве фундаментального, мы, современные люди, считаем себя сознательными, а материю – бессознательной. А раз она бессознательна, то механистического подхода к ней вполне достаточно. Непробиваемая уверенность в этом как раз и порождает большинство наших проблем.

Упомянутые научно-популярные фильмы и другие источники информации предлагают нам задуматься на эту тему с учётом открытий современной науки – квантовой физики. И вдохновляют нас потому, что в них мы наблюдаем синтез физики и магии. Нам предлагают исходить из того, что все реальности существуют в квантовом поле одновременно. Как существуют и разные миры, в которых мы живём. Есть видимый, макроскопический мир, есть мир наших клеток, есть мир атомов, есть мир ядер – всё это совершенно разные миры, они обладают своим собственным языком, в каждом из них своя математика. А математика, как и язык, и многое другое, нематериальна.

Представь: ты существуешь в собственном теле, оно материально. Но тело состоит из молекул, которые в свою очередь состоят из атомов, а те из мельчайших частиц, которые движутся внутри и вне бесконечной пустоты. И они дополняют друг друга, образуют синтез,

потому что ты – есть твои атомы, но ты также – твои клетки, твоя макроскопическая физиология, и конечно, ты – это твоё сознание. Всё это истины, просто существуют разные уровни истины. Самый глубокий уровень истины, открытый наукой и философией – это фундаментальная истина единства. На этом самом глубоком уровне и мы и всё, что нас окружает, в буквальном смысле являемся единым целым.

Современный человек может сравнить Вселенную с гигантским компьютером, вернее, дата-центром, а субъективно воспринимаемый мир – с компьютерной игрой. Представим, что ты видишь проекцию на мониторе и идентифицируешь себя с героем в этой игре. Перед тобой всегда есть некая «картинка», постоянно что-то меняется и происходит, ты ставишь перед собой задачи, действуешь, успешно или нет, делаешь какие-то выводы... Но на самом деле перед тобой не столько мир форм, сколько реальность, в основе которой – исходный код. Этот код существует, иначе на мониторе ничего бы не происходило, но в какой степени он материален?

Допустим, такое сравнение – не более чем очередная парадигма. Материалисты скажут: есть реальность, данная нам в ощущениях. И глупо отрицать, что мир форм существует, потому что его видят и с ним взаимодействуют все. Какой вид мышления необходим для того, чтобы посмотреть на это шире? Например, сказать: да, моё тело и даже мой мозг – это материя, но моё сознание нематериально. Задуматься: могут ли они существовать отдельно друг от друга, сохраняя дееспособность и оставаясь при этом мной? И куда деваюсь я, после того как умру? Что такое вообще я? Человек, который задавался подобными вопросами в детстве, наверняка запомнил то экстраординарное состояние, в которое при этом приходил. И это состояние очень ценно, поскольку не замешано на страхе и предубеждениях, как это бывает у взрослых.

Есть вещи, которые мы про своё сознание не знаем, хотя и пребываем в нём постоянно и привыкли к нему. А если кто и знает, то эти знания получены не в стандартном состоянии и не вписываются в парадигму трёхмерного мира. Как к ним относиться, и нужны ли они нам вообще?

Во всяком случае, приведённое сравнение даёт нам возможность признать, что на этот мир можно смотреть со множества разных ракурсов. И при желании – проникнуть за границы известного и бесспорного.

Так вот, если исходить из того, что реальность – не то, чем кажется, то нам будет гораздо легче понимать друг друга, рассуждая на столь будоражащие темы. Итак, мир даёт тебе информационные сигналы. А ты (что бы ты сама о себе ни думала) являешься устройством, способным их считывать, дешифровать и вносить свою лепту в формирование событий. В повседневной жизни ты имеешь дело с той реальностью, которую передали и дешифровали органы твоего восприятия, а сознание, подобно камере, зафиксировало. В результате всё, на что ты смотришь, ты видишь через собственную оптику. А то, что ты видишь и осмысляешь – это не столько объективная картина, сколько проекция твоего сознания.

Применительно к нашей теме скажу так: если там нет знания о том, что что-то существует, то в твоей картине реальности на данный момент этого и не будет. И только если развита твоя восприимчивость, ты сможешь об этом догадаться по ряду примет, установив причинно-следственные связи. Так развивается сложная внутренняя драматургия. Но то «кино», которое ты сама же будешь и снимать, и наблюдать, всегда будет разворачиваться исключительно в твоём мозгу. В нём оно будет существовать так же, как существует содержимое в навороченном компьютере. Если учесть, что это кино интерактивно, подобно компьютерной игре, то течение этой игры во многом будет зависеть именно от тебя. А если учесть, что компьютер твоего сознания не автономен, а «подключён к Интернету», то надо понимать, что ты, располагая пользовательскими возможностями, постоянно имеешь дело с огромным количеством вводных, которые от тебя не зависят.

Теперь оставим технические аналогии и пойдём в своих размышлениях дальше. Если реальность – это вопрос восприятия, то восприятие – это вопрос интерпретации. Мало что-либо воспринять, надо это верно интерпретировать. Восприятие существует на нескольких уровнях.

Во-первых, субъективный взгляд на мир, то есть изнутри собственной реальности. Когда человек бодрствует, в его голове постоянно как бы функционирует два дежурных. Один – свидетель, наблюдающий и воспринимающий, другой – интерпретатор и составитель отчётов. Один выполняет функцию думающего, второй – функцию доказывающего. Они работают в слаженном тандеме, и стоит одному о чём-то подумать, второй сразу же начнет искать причинно-следственные связи, чтобы это подтвердить. Стоит одному в чём-то усомниться, второй сразу предоставляет информацию на эту тему, хранящуюся в файлах памяти. Например, наблюдая поведение другого человека, мы объясняем его действия, поступки, слова теми поводами и мотивами, которые могут прийти в нашу голову. Мы не можем объяснить это тем, что нам в голову не приходило (пока не пришло). Поэтому наполняем события тем содержанием, которое нам понятней, и прослеживаем такие причинно-следственные связи, которые мы в состоянии считать и обдумать. А если мы эгоистичны и зашорены, то наши возможности что-то считать, обдумывать и понимать крайне ограничены.

Во-вторых, это попытка поставить себя на место другого человека и взглянуть его глазами, почувствовать то, что чувствует он. Такая позиция известна как эмпатия (от греч. *empathia* – сопереживание). Способность к эмпатии прежде всего увеличивает нашу чувствительность. При правильной настройке это расширяет возможности восприятия, а вслед за ним и мышления.

В-третьих, это попытка абстрагироваться и взглянуть на ситуацию как бы со стороны, желательно с такой точки зрения, которая обеспечит наибольшую объективность. Это уже требует способности к анализу и синтезу.

И в-четвёртых, это осознание структуры ситуации в целом, с учетом таких её характеристик, которые невозможно учесть со всех трёх позиций. Внезапное осознание, которое у психологов, например, называется инсайт (от англ. *insight* – озарение, постижение). Как именно к человеку приходит озарение, я не берусь объяснить. Но точно можно сказать, что оно исходит из области бессознательного. Возможно, из какой-то другой, магической реальности, в которую можно верить или не верить, обозначать её какими угодно терминами... как говорится, *оттуда*.

Из этого можно сделать такой вывод. Если ты обладаешь магическим мышлением, твоё сознание и нервная система более восприимчивы; они способны воспринимать много уровней реальности. Ты ничего заведомо не отрицаешь, не опровергаешь, не подвёрстываешь под привычную концепцию, а просто существуешь в одном ритме с окружающей тебя средой, настраиваешься нужным образом и улавливаешь то, что так или иначе проявляется в твоей реальности. А дальше ты действуешь исходя из этого.

Вернёмся к нашему простейшему примеру с костром. Если ты *веришь* в то, что наставленная тобой на дым фигура, сопровождаемая ритуальным наговором, на этот дым воздействует, то в процессе наблюдения ты установишь именно такую причинно-следственную связь. Но в тот момент, когда ты наставляешь фигуру, приговариваешь и видишь, что дым меняет направление, ты обслуживаешь магический аспект своего сознания.

Признаю, что эти рассуждения как будто прославляют мистику и магию. А как быть, если человек сошёл с ума или просто заблуждается? – можешь ты спросить. И это вопрос резонный. Осмелюсь предположить, что любой, кто столкнулся с мистическими явлениями, то есть тем, что происходит вне всякой логики и здравого смысла, сам себе его задавал. Загвоздка как раз в том, чтобы отличать реальность от не-реальности, чёткие взаимосвязи от надуманных, а осознание своей способности влиять на события – от архаических представлений о том, какие

действия к каким результатам ведут. Магическому мышлению – да, архаическим представлениям – нет? Это уж каждый сам решает. Но научились ли мы отделять одно от другого?



## Экскурс в историю

Древние люди ничего не знали ни о науке, ни о технике, ни подавно о том, что Вселенную можно сравнить с дата-центром, а нашу жизнь – с компьютерной игрой. Этого не существовало у них в сознании. Само же сознание, естественно, было. Не исключено, что отдельные представители древних догадывались именно о том, о чём написано выше. Возможно, именно они становились жрецами и магами.

Давай вспомним в этой связи, что магическое мышление – это древнейшее представление людей о причинно-следственной организации мира, результат их веры в одновременное существование разных реальностей и их влияние друг на друга. Нет ли у тебя ощущения, что мы вновь можем вернуться к этому представлению на новом витке?

Вот ещё одна цитата из энциклопедии по психиатрии: «Самое удивительное во всём этом состоит, пожалуй, в том, что магическое мышление у современных его обладателей и их гипотетических предков, если судить о нём по описаниям этнографов, в существенных чертах сходно или даже идентично. Хотя никаких генов, контролирующих структуры такого мышления, не существует, или таких генов до сих пор не обнаружено. Не менее примечательно и то, что при психических расстройствах магическое мышление нередко и внезапно, как бы аутохтонно возрождается даже у тех пациентов, которые до болезни им не обладали, никак его не проявляли или на уровне сознания считали его убогим и неприемлемым архаизмом».

Лично я балдею каждый раз, когда перечитываю этот абзац. И каждый раз думаю: о чём же это «внезапное возрождение» нам говорит? С какого ракурса стоит смотреть на факт психического расстройства? Ну, видимо, стоит рассмотреть с разных... Тем более если мы и сами, находясь в здравом уме, постоянно ищем для себя пути выхода той самой «аутохтонности», которая досталась нам по наследству от древних предков.

Людьми всегда было свойственно верить в нечто, находящееся за пределами материального мира. Но не обязательно где-то в космосе, а непосредственно рядом, чтобы можно было вступить в коммуникацию. И вот тут я встаю на скользкий путь рассуждений о различиях между верой и религией. Любая из существующих религий включает непосредственные личные отношения между людьми и некими духовными силами. Любая религия зарождалась в магическом пространстве, которое с научной точки зрения недоказуемо. В любой религии существуют обряды и ритуалы. Казалось бы, всё это роднит религиозное мышление с магическим. И религию, и магию можно рассматривать как практическую прикладную философию, по-своему трактующую, как устроен мир, как человек и всё, что его окружает, взаимно влияют друг на друга. Тогда почему к религии и к магии столь различное отношение?

Это очень непростой вопрос. Но его приходится себе задавать, чтобы понять, почему носители древних традиций, и не только знахари, колдуны и ведьмы, а даже простые приверженцы языческих культов, подвергались таким гонениям на протяжении истории.

Человеку хочется верить, что он не беспомощен перед лицом несчастий, что он может при помощи одного лишь желания влиять на события своей жизни. Казалось бы, нет противоречия в том, чтобы пользоваться нуждающихся знахарскими методами, совершать языческие ритуалы и при этом молиться Богу. Ведь все эти процессы основаны на вере. Какая по сути разница, во что верить, если убедить себя, что это поможет? Но, во-первых, это нам сейчас так легко рассуждать. Хотя и сейчас даже допустить подобные рассуждения согласны далеко не все. А во-вторых, разницу эту можно объяснить.

Предположим, ты являешься ведуньей в древнем смысле, то есть носительницей неких оккультных знаний. У тебя есть следующие возможности: наблюдать, провидеть, влиять и воздействовать. Пока ты наблюдаешь, к тебе больших претензий нет. Если ты демонстрируешь способность провидеть, с тобой уже становится страшно иметь дело, поскольку ты знаешь

(прогнозируешь) то, чего не знают другие. Когда ты оказываешь на кого-то влияние, к тебе уже могут возникнуть вопросы и претензии. А если ты демонстрируешь способность воздействовать, то это означает такую активность, которую нельзя контролировать. В этом случае твоё ведовство перестаёт быть твоим личным делом и проходит по разряду практической магии.

Ритуальные магические действия в самом общем виде можно разделить на 4 типа:

1. Сакрализация объектов или предметов с целью наделения их властью.
2. Вызывание сверхъестественных сил, дабы попросить их о помощи.
3. Заклинание с той или иной целью.
4. Ритуал, при котором используются все типы магических действий.

В практическую магию можно верить или не верить, не так ли? Если это полная ерунда, то спокойно можно не верить. Но было бы трудно объяснить устойчивость веры в магические приёмы и ритуалы, если бы большинство людей не верило в их действенность. А почему же они верят? И почему их вера сопровождается таким страхом, который способен превратить людей в безвольных и аморальных чудовищ, доносящих на ближних своих по подозрению в колдовстве? Ты, например, можешь легко и чётко ответить на этот вопрос?

Естественно, когда начинаешь думать на эту тему, то тебе не даёт покоя то отношение к ведовским практикам, которое получило широкое распространение в Средние века, особенно в Европе. Я, конечно, не историк, а потому не буду пытаться давать подробный обзор на столь мрачную тему. Однако очевидно, что история «охоты на ведьм» – это не просто история массовых репрессий со всеми сопутствующими особенностями. Это история противостояния официального мировоззрения, диктуемого католической церковью, и того мировоззрения, которое сегодня принято считать архаическим. Но чтобы как-то структурировать мысли на эту тему, я разделю гонения на два вида: один относится к ереси и еретикам как это понимают церковники, а другой – непосредственно к женскому полу. Предупреждаю, что мои рассуждения неполиткорректны. Я не хочу оскорблять ничьих религиозных чувств и сама верующий человек, но не побоюсь высказаться о том, что считаю важным.

Как известно из истории, любая религия, насаждаемая одними против желания других, имеет тенденцию мутировать. То есть, возникает двойственность: с одной стороны, идея духовности, соборности и братолюбия, с другой стороны – агрессивная защита оформившихся догм и принципов, репрессивно-карательная функция.

Для кого-то это неочевидно, но жизнь не устаёт напоминать: нельзя путать понятия Вера и Религия. Также не надо ставить знак равенства между религией и клерикальной институцией под общим названием Церковь. Любой учёный согласится, что религия всегда исходит из некоей недоказуемой посылки. Да, она зарождается в магическом пространстве, но дальше она уже интерпретируется людьми. А люди есть люди, им волю дай, они любой процесс превратят в борьбу за власть одних над другими.

Вообразим, какая битва за умы и души шла в Средневековье. С уверенностью можно сказать, что основная задача Церкви того периода (да и не только того) – полный контроль над духовной жизнью граждан. Но достаточно включить простую логику, чтобы заметить: обеспечение полного контроля без разделения на «угодных» и «неугодных», «своих» и «чужих», «истинно верующих» и «еретиков» невозможно. А для того чтобы укреплять собственное влияние, все средства хороши. Одним из эффективных средств укрепления этого влияния является бескомпромиссная борьба с «дьявольскими кознями».

Чтобы глубже понять тему, нужно изучать особенности мышления людей в заданном хронотопе (от греч. *chronos* – время и *topos* – место, т.е. единство пространственных и временных параметров). К сожалению, не могу здесь подробно уделять этому внимание, но надо всё-таки иметь в виду, что средневековый человек был довольно несчастным и несвободным, наподобие подростка, которого лишили детства, но и прав взрослого не дали. В голову этого человека легко было вложить идею теоцентризма: то есть всё определяет Бог, а потому само-

стоятельно ничего искать, открывать, принимать решения не надо. Бог грозен, день Страшного суда непременно наступит, и думать в связи с этим надо не об устройстве мира и обстоятельствах жизни, а о спасении своей души.

Когда люди чувствуют, что не контролируют происходящее, они очень склонны верить в некие теории. Одна из мощнейших теорий – война престолов Света и Тьмы, причём происходящая непосредственно среди нас. Эта теория даёт неисчислимые возможности для создания интересных и поучительных сюжетов, что работает на её непреходящую популярность. Была она популярна и в европейском Средневековье, и согласно ей престолу Тьмы служат адепты на Земле, чтобы в конечном итоге дьявол получил полную власть. А престолу Света, стало быть, служат не кто-нибудь, а представители католической церкви. Причём именно они решают, кто тут кому служит, и как бороться с неудобными. Вспоминается фраза: «Пусть же захлебнутся в крови те, кто усомнится в нашем миролюбии». Уничтожим всех, кто не согласен с тем, что мы несём благо.

Определение того, что представляет собой дьявол, исходит из недоказуемой посылки точно так же, как и другие религиозные определения, однако то, что он – враг рода человеческого, не обсуждается. Базовое представление о Добре и Зле, силах Света и Тьмы, по всей видимости, должно быть у каждого человека, потому что оно даёт нравственные ориентиры. А безнравственный человек действительно опасен. Но что если человек не приучен думать своей головой, живёт трудной жизнью и свобода его воли крайне ограничена обстоятельствами? Тогда он тем более с радостью возложит ответственность за положение своих дел и происходящие беды на сверхъестественные силы. Отсюда уверенность в том, что всё плохое в его жизни – это происки дьявола. А ведь он настолько коварен, что постоянно норовит внедриться в сознание человека, чтобы прельстить, внушить греховные мысли и поступки, погубить его душу. Церкви тех времён было необходимо внедрить в сознание людей, что только она может спасти их от зла и гибели. А для этого нужна «демонстрация силы». Ярко выраженная необходимость в этом и привела к небывалому вниманию клерикалов к колдовству, ведовству – всему, что не подчиняется церковным установкам и следовательно, может быть приписано служению дьяволу.

А что это значит? Любому человеку могли не просто объявить, что его система мышления кого-то там не устраивает, но сразу обвинить в том, что его мысли и идеи – следствие козней дьявола. Именно тогда любые самостоятельные исследования и практики стали приравниваться к преступлению, практика ведовства в первую очередь. Началось именно что уголовное преследование и уничтожение лиц, подозреваемых в любой деятельности, связанной с магией и оккультизмом.

В 1484 году была издана булла римского папы Иннокентия VIII «*Summis desiderantes affectibus*» (лат. «с наибольшим рвением»), в которой провозглашалась необходимость уничтожения ересей и ведовства. Когда речь идёт о рвении, то в доказательствах вины или простейшем соблюдении прав человека нет нужды – инструкции направлены только на то, как нужно бороться с происками «нечистой силы». Естественно, провозглашалось, что спасти людей от этих происков может только Церковь, а именно такое её подразделение как инквизиция – особый суд католической церкви по делам о еретиках. Папа Иннокентий VIII указал, что основной задачей инквизиции отныне является беспощадная борьба с ведовством и окончательное его истребление.

Эта масштабная кампания достигла особого размаха в конце XV и завершилась лишь к концу XVII века. Результатом деятельности инквизиции стало то, что было идентифицировано в качестве колдунов, ведьм и еретиков колоссальное количество народу. И эти люди, как тоже известно, были не только осуждены, но замучены в застенках и казнены. Причем казни носили показательный публичный характер. (Любопытная деталь: в Румынии в этот

смутный период никакой охоты на ведьм не было. Там шла охота на вампиров! И наверняка тоже довольно «успешная»...)

Научились ли мы делать из этого выводы? В какой степени соотносим себя с нашими прямыми предками? Известный публицист и одиозная личность Александр Невзоров, который помимо прочего учился в Московской духовной семинарии, сказал в одном интервью: «Конфликт общества и церкви неизбежен. Какая бы это церковь ни была. Под „какая бы ни была“ я подразумеваю, что она не может быть иной как той, в которую она исторически выродилась. Она всегда будет лезть во всё, не имея для этого никаких оснований. Это организация очень глупая. Никаких особых секретных знаний о мире у неё нет. Она садилась в лужу с потрясающей регулярностью во всех вопросах, начиная с вопросов формы Земли, гелио- или геоцентризма, изобретения электричества или рентгена, останков кембрийской или каменноугольной фауны и флоры. Церковь всё время демонстрировала, что тот бог, который её вдохновляет, ей ничего про эту жизнь не рассказал»... Можно разделять это мнение или возмущаться им, однако признаем, что этот человек имеет возможность так говорить сейчас. Попробовал бы он произнести подобные речи в те времена! И не произнёс бы, поскольку то, что Невзоров приводит в пример, науке известно не было. Другой вопрос, что конфликт общества и церкви не представляется мне сегодня таким уж неизбежным. Если, конечно, она вновь не инспирирует массовые репрессии...

А теперь стоит поговорить о гонениях, которые были направлены непосредственно против представительниц женского пола, то есть «охоте на ведьм».

В древнерусском летописном своде начала XII века, автором которого указан монах Нестор, можно прочесть следующее: «Тем бесы и прельщают людей, что приказывают им рассказывать видения, являющиеся им, нетвёрдым в вере, одним во сне, другим в забытии, и так волхвуют, по наущению бесов. *Особенно же через женщин* бесовские волхования бывают, ибо искони бес женщину прельстил, она же мужчину. Потому у теперешних поколений много волхвуют женщины чародейством, и отравою, и иными бесовскими кознями». Как говорил поэт: «Нам не дано предугадать, как слово наше отзовется»... Кто я такая, чтобы комментировать слова древнего монаха? А с другой стороны, какая разница, древний монах или нет, если он пишет нечто столь же зловещее, сколь и недоказуемое? Причём не в своём дневнике, а в тексте почтенного жанра? Я вообще убеждена, что те установки, которые мы можем прочитать в Ветхом Завете, придуманы исключительно мужчинами, которые боятся женщин как огня. Ну не вижу я в них понятной мне логики! (Впрочем, я во многих предписаниях не вижу логики, но меня ведь никто не спрашивает).

Средневековая Церковь ведь не только выпячивала греховный характер ведовства и санкционировала доносительство по этому поводу, она внедряла как данность представления о женщинах, летающих по ночам, женщинах, способных оборачиваться в самых разнообразных животных, женщинах, вступавших в половой контакт с дьяволом, шабашах и чёрных мессах, устраиваемых именно женщинами... Кто служит в церкви? Всего лишь люди, к тому же мужчины, к тому же сексуально неудовлетворённые. Но на их стороне – целая религиозная империя с ее мистицизмом, ритуалами и чудесами. Чего удивляться, что они смогли обеспечить столь талантливый пиар всему этому бреду, который успешно противопоставили своей доктрине.

Булла папы Иннокентия VIII «*Summis desiderantes affectibus*» стала предисловием к знаменитому учебнику для инквизиторов «Молот ведьм», вышедшим в свет в 1486 году. Данный документ признавал существование ведьм и даровал полное папское одобрение действиям инквизиции, разрешив использовать для этого все средства, которые будут сочтены нужными. На целых два столетия это сочинение сделалось руководством для светских и церковных судов.

Ведьмы и колдуны рассматривались как преступники, подлежащие сжиганию на костре (символ адского огня). Хочу обратить твоё внимание на следующий момент: монах Я. Шпренгер, один из авторов «Молота ведьм» (хотя правильнее было бы перевести как «Молот против

ведьм»), впрямую утверждал: «Надо говорить ересь ведьм, а не колдунов; последние мало что значат».

Некоторые исследователи полагают, что миф о ведьмах в той или иной мере опирается на реальность. Согласно одной гипотезе, на протяжении всего средневековья в Западной Европе действовали тайные языческие секты поклонниц «рогатого бога», приверженных культу плодородия. Но тут стоило бы разобраться, что имеется в виду. Например, в кельтской языческой культуре рогатые боги очень даже почитались. Трудно спорить, что традиции языческого жречества идут вразрез с традициями католической церкви. Но согласимся, что рогатый бог плодородия – это совсем не то же самое, что дьявол, и отправление мистического культа ему не есть служение злу.

Приведу другой пример из мифологии о ведьмах: ночные полёты и шабаши. В одном документальном фильме, посвященном феномену «охоты на ведьм», рассказывалось, насколько тяжело сложились обстоятельства в Западной Европе в период резкого похолодания и неурожая. Люди питались травой. Но не только питались, они варили из травы зелья. В фильме учёный-энтузиаст рассказывал: если по старинному рецепту взять таких-то и таких-то растений и приготовить из них зелье или мазь, то эффект будет вполне предсказуемый: эйфория, ощущение полёта, сильные эротические переживания. В отступлении уже шла речь о том, что кино реальности разворачивается у нас в голове. Если мы что-то ясно помним, нас трудно убедить, что этого не было. И если в изменённом состоянии сознания мы летали, наш мозг всё равно это запомнит, неважно, было это в действительности или нет. А теперь представь: что если зелья перепилась группа людей?.. О чём самые мнительные и богобоязненные из них будут рассказывать священнику на исповеди? А священник – записывать у себя в келье во время «охоты на ведьм»?

Я вскользь привожу тебе эти примеры только для того, чтобы тебе тоже захотелось поразмыслить. Любой миф в той или иной мере опирается на реальность, вопрос – в какой мере. А вот страх перед ведьмами и колдуньями просто так без внимания не оставишь. Он не просто опирается на реальность, а сидит в нас так же глубоко и прочно, как и архаическое мышление. Мы поговорим об этом чуть дальше.

В упомянутый период «охота на ведьм» приняла эпидемический и совершенно безумный характер. Для заключения под стражу было достаточно не только подозрений уполномоченных лиц, но простейшего доноса или просто дурной молвы. Уж в чём – в чём, а в доносах и молве недостатка не было. В 1630г. в Страсбурге магистрат даже опубликовал закон, ограничивающий деятельность доносчиков, мотивируя это тем, что вскоре не останется ни одного человека вне подозрения. Бывали и случаи стихийного самосуда над заподозренными в колдовстве, они имели место во многих странах, в том числе и в России.

На людское поведение стоит смотреть здраво, не идеализируя и не осуждая без нужды. Да, когда мы узнаём о том, как люди доносят и наговаривают друг на друга, какие последствия это имеет, мы приходим в ужас. Что же это за морок такой – спрашиваем мы себя. Но на самом деле для распространения подобного морока (или психопатических явлений, как сказали бы учёные) в обществе нужно совсем немного, как не много нужно, чтобы мгновенно зажечь огонь и распространить пожар. Достаточно источника огня и условий, при которых он разгорается и становится бесконтрольным. А там уже начинается паника, в которой главное – выжить.

При всём при этом странно предполагать, будто лично инквизиторы, судьи и уполномоченные Церкви, сколь бы влиятельны они ни были, смогли бы заставить людей добровольно доносить на своих ближних, лжесвидетельствовать, а впоследствии смириться с тем, какие масштабы приняло истребление их соотечественников... Есть психологические аспекты, способные это объяснить.

Один аспект касается социальной психологии. Я, например, не могу сложить достоверную картину массового психоза и знать, как себя поведу в условиях массовых репрессий, когда

на кону будет стоять моя жизнь. Но я убеждена, что антихрист (если предположить, что именно с ним ведется борьба) не может повелевать душой и интеллектом мыслящего, душевно здорового человека. Его инструмент – человеческое множество, тупая безликая толпа, готовая равнодушно задавить всякого, кого оказалось дозволено. Причём как в прямом, так и в фигуральном смысле. Как 500 лет назад, так и сейчас от травли не застрахован любой, кто поставил себе цель развивать ментальные возможности, быть индивидуальностью, полемизировать с общепринятыми установками, пропагандировать смелые идеи, стать кем-то, кем он раньше не был. Многие из таких людей, а особенно женщин, случись сейчас подобная средневековой «охота на ведьм», окажутся в самой большой зоне риска... Ничего не меняется в этом смысле.

Другой аспект – гендерный. Мы живём в социуме, в котором всегда, вплоть до новейших времен, всё определяли и всем рулили мужчины. Женщинам в этом мире отводилось лишь несколько ролей – верная жена, мать, любовница, трудящаяся единица... Эти роли они честно и исполняли, причем надо понимать, что вплоть до середины XX века социальных лифтов для женщин не было практически никаких. Предполагалось, что замуж можно было выйти только за представителя своей социальной страты, а перейти в другую по собственному желанию было невозможно. Женщина же, которая не вышла замуж, вообще оказывалась в незавидном положении. А если приплюсовать к этому понимание того, что войны и эпидемии болезней косили мужчин как косой, то можно догадаться, каково приходилось тем, кто появился на свет в бедности и кому по жизни не повезло... Но именно среди бедноты, в крестьянской среде с её древним укладом и анимистскими верованиями, вызревало то, что можно назвать ведовством.

Есть гипотеза, что обвинения в ведовстве выдвигались преимущественно против женщин потому, что именно женщина была главной хранительницей традиций устной архаической культуры, и именно она в первую очередь сопротивлялась официальной аккультурации. На эту тему очень интересно поразмыслить на досуге... Конечно, если быть внушаемым и поверить, что ведунья – это не просто знахарка, которая что-то шепчет и приговаривает, а занимается греховным воздействием на природу и на человека, что она состоит в сговоре с дьяволом, «ибо искони бес женщину прельстил», то станет страшно.

Позволь развить эту мысль на простом примере. Предположим, мужчина вступил в сексуальные отношения с женщиной. Если ему скажут, что она молилась за то, чтобы он остался с ней, он воспримет это скорее положительно. А если ему скажут, что она проводила магические ритуалы, чтобы его приворожить? При том что он и сам понимает, что его к ней тянет, хотя это не совпадает с его планами? Наверняка он отнесётся к этому негативно. Помню, в юности я полюбила молодого человека, а ему моя любовь была не нужна. Однажды я спросила его: «А если бы я тебя приворожила?» «Я бы тебя убил», – просто и без паузы ответил он, воспитанный человек, интеллектual. На всю жизнь я это запомнила. И в его понимании, как и в понимании большинства мужчин, как сейчас, так и много веков назад, поход в церковь с любой просьбой не возбраняется, а вот оккультная практика – наоборот.

Вне зависимости от того, что в данном примере происходило на самом деле, если мужчину в чём-то уверят, он отнесётся к этому исходя из своей картины реальности. Я не знаю механизма приворота и прочих колдовских ухищрений, но не стану отрицать, что это для многих срабатывает. А когда срабатывает, ясно, что имело место воздействие. И когда мы прибегаем к неким высшим или тайным силам, очень важно разобраться, что нами движет. Что лежит в основе нашего хотения? Давай вспомним о том, что в нас уживаются два начала: хтоническое бабское и божественное женское. Когда мы даём бабскому началу волю, мы действительно становимся опасны. Ведь в нас просыпается подспудная и неуправляемая хтонь, которая способна, наоборот, управлять нами. Религия нужна в том числе и для того, чтобы обуздывать наши инстинкты и эгоистические намерения. А вот оккультизм их всячески обслуживает и тешит. Поэтому оккультные практики и считаются греховным занятием.

Третий аспект тесно связан с предыдущими и касается собственно психологии человека. Рискну предположить, что, если будет теоретическая дискуссия об «охоте на ведьм», мы с тобой будем отстаивать идеалы просвещения, гуманизма и конституционные права личности, но до тех пор, пока не уверимся, что конкретная ведьма проводила ритуалы, направленные на то, чтобы навредить нам лично. Тем более если вокруг будет царить атмосфера убеждённости в том, что ритуальная магия работает. Достаточно принять на веру, что негативные явления, происходящие в твоей личной жизни, имеют своей причиной исключительно то, что «сделано» и наслано ведьмой, а не что-либо иное. Согласись, не так-то это просто: совмещать абстрактные идеалы и личное, нутряное желание противостоять враждебному влиянию. Тем более что доказать, имело место воздействие или нет, практически невозможно. Это вопрос субъективных ощущений и нашей веры в данное воздействие. Недаром говорят, что на образованного человека порча не действует. Хотя ручаться трудно. Я лично не поручусь.

Мои рассуждения не отражали бы той картины, которая существует неким пазлом у меня в голове, если бы я не посмотрела на проблему ведьм и ведовства с точки зрения страха перед самой темой. В качестве примера того, как именно «бесы прельщают людей», и как это происходит «особенно же через женщин», могу привести прекрасную пьесу Артура Миллера «Салемские колдуньи». Не рискну советовать фильм, поскольку я его не видела (саму пьесу читала и смотрела в театре), но приведу аннотацию: «Небольшой американский городок Салем, конец XVII века. Отверженный своей женой-пуританкой фермер Джон Проктор становится любовником своей приёмной дочери, 17-летней Эбигейл. Узнав о проделках мужа, супруга Элизабет требует выгнать девушку из дома, и Джон безвольно соглашается. Затаив обиду, Эбигейл решает отомстить и обвиняет Элизабет в колдовстве, мгновенно привлекая к той внимание властей».

Думается мне, что вот такие художественные высказывания гораздо больше способствуют индивидуальному пониманию темы, чем все учёные труды вместе взятые. В этой пьесе есть и другой пласт, связанный с массовым психозом, в результате чего обвинили добропорядочную женщину. Кошмар, все мы должны задуматься. А что если предположить другой вариант развития событий, не по пьесе, а, как говорится, по жизни? Что если эта самая Эбигейл, которую совратил мужчина, в чьём доме она живет, а после сказал: «Извини, бес попутал, но я, если ты помнишь, женат», решит действовать другим способом? И его жена, невинная добропорядочная женщина, начнёт угасать на глазах? Или будет наблюдать, как её муж открыто изменяет ей с приёмной дочерью, не стыдась заявить, что хочет открыто и жить с ней же, а жену выкинуть на улицу? Доказательств того, что на решение этого мужчины было оказано влияние, нет, но какая разница, покажут нам историю из XVII века или из XXI? Мы-то с тобой посмотрим со стороны и уверенно скажем: тут что-то нечисто, тут «сделано». А если не со стороны, если мы представим себя на месте этой самой жены? Как мы отнесёмся к той, кто «сделал»?

Верю, что ведьмами рождаются. Но ими и становятся, вольно или невольно. Это происходит в результате стечения обстоятельств, формирующих колоссальную претензию к собственной судьбе: неудовлетворенной злости за нанесённые обиды, предательства любви, поруганной чести... Булгаковская Маргарита приняла известное приглашение на бал Воланда по своей причине, но все мы помним, что она написала: «Я стала ведьмой от горя и бедствий, поразивших меня». Гениальность этого романа заключается ещё и в том, что каждая женщина на планете, читая эти строки, испытывает экстраординарные, совершенно личные ощущения. Булгаков угадал что-то важное в Женщине, он описал свои видения, а мы уж понимаем этот вопль летящей над городом Маргариты: «Свободна!» как хотим.

Одно ясно: ведьмами становятся не от хорошей жизни. Я, во всяком случае, хочу в это верить, имея в виду под ведьмой ту, кто осознанно общается с силами тьмы.

Прошло время, и история показала, что настоящим злом являются не ведьмы и не колдовство, а человеческие пороки, среди которых невежество, враждебность, глупость, тщ-

славию, алчность, кровожадность... Хотя показать-то показала, но много ли толку? Можно, конечно, продолжать считать, что в этих пороках виноват не человек, а тёмные силы. Но так или иначе, именно он эти пороки в себе лелеет и обслуживает. А где пороки – там и страх. А где страх – там неизбежное возвращение к архаике, деградация. Вот такая причинно-следственная взаимосвязь.

Тебе наверняка известно, что телевидение является мощным инструментом, воздействующим на нашу психику. Анализировала ли ты то состояние, в которое приходишь во время просмотра многих ток-шоу? Отдавала ли себе отчёт, почему, несмотря на то, что это явно бесполезно, ты продолжаешь их смотреть?

Вот тебе небольшой пример. Победительницей одного из сезонов телешоу «Битва экстрасенсов», которое смотрят миллионы, становится женщина, открыто назвавшая себя чёрной ведьмой. Другая участница того же сезона, не попав в финал, с отношением говорит съёмочной группе: «Будьте вы все прокляты! Вы меня ещё попомните!» А широкая аудитория, как стадо овец, за всем этим наблюдает и принимает участие в голосовании. Нормально это или нет, решай сама, у нас, по счастью, пока ещё свободное общество. Но считаешь ли ты лично, что многомиллионной аудитории надо транслировать подобную продукцию и тот message, который она несет? Не чувствуешь ли ты сама, что это в лучшем случае «развод по жиже», позволяющий задурить тебе голову, а в худшем случае – психическое воздействие с неясной, но явно недоброй целью? А в людях, которые не против, чтобы им задурили голову, недостатка никогда не было.

На этом я заканчиваю разговор о ведьмах и колдовстве, перехожу к разговору о том аспекте личности, который есть в каждой женщине и может быть рассмотрен с современной и конструктивной позиции.



## Кто же такая ведунья?

Итак, понятие ведунья происходит от глагола «ведать». Есть несколько ипостасей этого понятия. Самая распространенная в социуме с древнейших времен – это знахарка и целительница. Такой род деятельности существовал задолго до появления медицины. И даже когда появились дипломированные лекари, их услуги были по карману только сильным мира сего. Простой же народ пользовался исключительно услугами знахарей. Случись какая болезнь – бедный человек шёл не к врачу, поскольку это было просто невозможно, а к местной целительнице. Случись какая беда – шёл к знахарке, чтобы помогла, прочитала заговор, провела ритуал, научила, что нужно делать... Собственно, это происходит и до сих пор.

Другая ипостась ведуньи – гадалка, прорицательница, умеющая видеть, «что было, что будет, чем сердце успокоится».

Третья – собственно ведьма, то есть та, кто может воздействовать на события: сделать приворот и отворот, навести и снять порчу, извести врага и соперника, причём как в своих интересах, так и по заказу.

И наконец, ведунья – это человек, владеющий секретами познания окружающего мира, знаниями о тонких взаимосвязях и о взаимном влиянии человека и окружающего его мира на разных уровнях. Сам глагол «ведать» подразумевает не просто «владеть информацией» и «знать», а проникать в те глубинные причинно-следственные связи и тайны, которые закрыты для ограниченного понимания. Так что способность быть ведуньей всегда складывается из суммы знаний, опыта, таланта и осознанного выбора.

Очевидно, что женщина, обладающая перечисленными навыками и качествами, обладает и влиянием на людей. Просто даже психологическим, вне зависимости от того, доказаны факты, что она занимается практической магией, или нет.

Но есть ведь и другой аспект проблемы. Существует особый склад личности, который предполагает:

- Развитое, и даже буйное воображение
- Склонность к индивидуализму
- Склонность к мистицизму
- Претензии к собственной судьбе за то, как она складывается
- Желание обладать влиянием.

Всё это вкупе (я добавила бы ещё кое-что вроде истероидности и шизоидности, но не буду) порождает тип, который чрезвычайно распространён в нашем социуме.

Эти люди составляют колоссальную аудиторию, скупающую тиражи книг по экстрасенсорике, нумерологии, астрологии, НЛП и всему тому, «чему не учат в школе». Больше всего их интересует информация, которая даст им «ключ» к тому, как разобраться в людях, их личностных особенностях, истинных мотивах и намерениях, возможных формах поведения, способах влияния на них. Психологи назвали бы это стремлением актуализировать потребность в информации, связанной с проницательностью.

Я ничего не имею против информации, я всячески за, я сама – её ходячий ретранслятор. Если, например, мне удастся сформировать в тебе уверенность, что общение со мной посредством этой книги, дополненное соответствующей индивидуальной практикой, поможет тебе расширить границы своего сознания, открыть в себе дополнительные способности, без постоянной помощи защититься от унылой и жлобской действительности и двигаться бесстрашно по своему пути, то значит, я писала не зря.

Но вот ведь штука: люди, которых я здесь имею в виду, не просто читают тексты для саморазвития, они имеют свойство объединяться в сообщества, и эти сообщества почему-то всегда имеют форму секты. Причём контингент этих сообществ (религиозных, оккультных, «тренин-

гов личного роста» и т.д.) вполне могут составлять одни и те же люди, большинство из них и вовсе успевают «отметиться» и там и сям, пока не «найдут себя» в определенном месте. Как правило, таким образом они реализуют не столько потребность в информации, сколько потребность найти единомышленников. В этом, казалось бы, дурного нет. Но соответствующий клуб (сообщество и т.п.) даёт им возможность увериться, что их представления о реальности и людской психологии верны, а столь нелюбезный к ним социум со своими институтами (а к ним относится, кстати, и традиционная церковь), ценностями и нормами на самом деле слеп, туп и не стоит уважения. Более того, желающие изжить свой комплекс неполноценности могут легко добиться эффекта за счет приобщения к «просветлённой элите». То есть комплекс неполноценности оборачивается комплексом превосходства. А уж с этим комплексом жить становится интересней. Энергия заблуждения – штука сильная.

Почему мне это не нравится? В ходе жизненного опыта я не раз задумывалась о том, как формируются сектантские объединения, и как лично я к ним отношусь. Свой опыт я переработала как могла, и попытки вписать меня под какую-то эгиду теперь уже уверенно пресекаю. А вот примеры моих подруг, вляпавшихся посерьёзней, я наблюдала со стороны. И видела, как жизнерадостные, полные сил девушки постепенно превращаются в зомби... Это субъективное ощущение можно рассматривать как смесь понятий: улетела крыша, невозможно общаться, жалкая, токсичная, какой ужас. Чтобы этот ужас стал понятней, я провела бы аналогию с ментальным сифилисом. Хочется изолировать себя от общения с заражённым человеком, хотя бы из чувства самосохранения. Как говорится, ничего личного.

А почему это вызывает ужас лично у меня? Потому что там, где есть рассуждения «зомби», там нет Бога. Как бы цветисты и заманчивы эти рассуждения ни были. Вслед за иллюзией обладания тайными знаниями, которая возникает от чувства «приобщения» и «посвящения», появляются и другие иллюзии, которые, на мой взгляд, приводят к чему угодно, но только не к подлинной свободе, ответственности и самоактуализации.

Приведу грубый, но доходчивый пример. Если ты регулярно посещаешь место, где проводятся оргии, участвуешь в них и состоишь в этом сообществе, то тоже обладаешь некими тайными знаниями. Кто спорит, что эти знания доступны не всем? Тебе даже кажется, что ты стала другой, и простым людям тебя не понять. Только что в этом толку, по совести-то говоря? Допустим, у вас там особые отношения и вы совершаете какие-то ритуальные действия, на что бы они ни были направлены. Какое отношение это имеет к жизни человеческого духа?

Ключевая разница между «просто» человеком и адептом чего бы то ни было видится мне так: первый знает, что он ничего не знает, а потому может только верить, надеяться, иметь ментальное устремление, и в крайнем случае просить. Второй же уверен, что он знает нечто такое, что даёт ему возможность манипулировать другими людьми и влиять на события посредством этих самых манипуляций. Опасность заключается в том, что адепт действует не для того, чтобы сотрудничать с Богом, а для того, чтобы претворять в жизнь акты собственного (или других адептов) волеизъявления. При этом, если у него уже сформировался комплекс собственного превосходства, то он неминуемо начинает преследовать личные цели. Владея манипулятивными техниками, он может заставить практически любого человека поверить в свою легенду, поставить в психологическую зависимость от себя, внушить какие угодно представления и завербовать в свои союзники, даже если тот ничего в происходящем не будет смысливать.

Рекомендую тебе всегда проверять свои предположения относительно какого-либо человека, увлекающегося эзотерикой. Вступи с ним в дискуссию, задай пару провокативных и пару наводящих вопросов, понаблюдай за реакцией и проанализируй ответы. С таким человеком надо держать ухо востро, если он:

– Говорит, что обладает некими тайными знаниями, которые предназначены исключительно посвящённым и недоступны пониманию других.

– Отвечает на вопросы не по существу, а шарашит текстовыми блоками, которые являются прямыми или косвенными цитатами откуда-то. Его ответы не похожи на мысли, обдуманные собственной головой и проработанные на собственном опыте.

– Наслаждается чувством собственной важности и демонстрирует непробиваемую серьёзность, а в случае провокативных вопросов не скрывает раздражения.

– Применяет манипулятивные техники, способные деморализовать тебя (например, сообщив, что у тебя плохая аура или на тебе порча).

– Пытается с кондачка приобщить тебя к процессам, вызывающим изменённое состояние сознания (холотропное дыхание, гипноз и т.д.)

– Пытается снизить твою критичность и повысить значимость своих слов в твоём сознании, тем самым сбивая тебя с панталыку.

Вообще, немного критичности по отношению ко всему, что говорят люди, никогда не повредит. Об этом тебе напомнит любой настоящий учитель. Доверять можно только внутреннему ощущению, да и то если ты не умудрилась исказить своё восприятие до полной неадекватности.

Я это всё говорю к тому, что порой нам просто необходимо прийти к пониманию чего-то «от противного». Вот и к пониманию самой себя и собственных возможностей, которые можно определить глаголом «ведать», тоже можно прийти через понимание разницы между подлинным и мнимым.

Ты, конечно, можешь пойти по пути наименьшего сопротивления и научиться демонстрировать разные фокусы, которые будут производить впечатление на других. К числу фокусов я отношу психологические приёмы, которые можно применять, когда они уместны. Предположим, что тебя пригласили играть современную ведьму в сериале. Как ты будешь готовиться к этой роли? Наверняка ты:

· Возьмёшь на заметку те приёмы и штампы, которые были наработаны исполнительницами ролей ведьм до тебя: «странный» взгляд, манера держаться, манера говорить – всё, что может намекнуть на то, что ты не такая как все, с первого же твоего появления.

· Решишь, какие «фишки» будешь использовать, чтобы ни у кого не осталось сомнений в твоих сверхъестественных способностях и наличии тайных знаний. Фразы на незнакомом языке, особые жесты, предметы, ритуалы...

· Позаботишься о том, чтобы сцены с твоим участием были эффектны. Например, вошла в помещение и сразу что-то о нём рассказала. Пришёл человек, рта не успел раскрыть, а ты ему уже изложила, с чем он пришёл. Все бьются над решением какой-то загадки, а тебя вдруг осеняет.

· Ну и, конечно, обязательный момент интриги, так называемый засыл, который ты делаешь: ой, смотри, мол, осторожней с тем-то...

Но даже сыграть ведунью убедительно может далеко не каждая профессиональная актриса, для этого нужны особые внутренние качества. Если ты способная и мудрая актриса, то наверняка будешь эффектна и убедительна в этой роли. Более того, свойства этого персонажа люди обязательно станут проецировать на саму тебя. И даже ещё больше, скажу тебе по секрету: не так уж трудно создать о себе соответствующее впечатление, если хорошенько подготовиться. Вопрос в том, чего хочешь лично ты – играть и заигрываться или двигаться по пути собственного развития и самопознания. И какой ценой готова платить за то, чего ты хочешь достичь.

### **Есть ли у тебя способности ведуньи? Тест на самопроверку**

Если тебе постоянно намекают, да ты и сама считаешь, что не такая как все, а твоя картина реальности отличается от той, которую видят другие, в самом общем приближении этому может быть две причины:

1. Ты действительно немного неадекватна, в твоём развитии происходили некие аномалии и отклонения, в результате чего тебе трудно вписаться в социум.

2. Ты действительно обладаешь некими свойствами и способностями, которые отличают тебя от «простых» людей и затрудняют твою интеграцию в их социум.

Легко догадаться, что грань здесь очень тонка, никто из посторонних, и даже ты сама до поры до времени не можешь адекватно оценить собственную личность во всём объёме. К пониманию себя надо приходить практическим путем. На этом пути всегда поджидают ловушки, особенно если первая причина действительно имеет место.

Поэтому наверняка тебе будет интересно проверить себя, начав хотя бы с этого теста. Пусть тебя не сбивает с толку то, что вопросы сформулированы в форме утверждений. Отвечай честно: да, нет, хотелось бы.

Ты всегда внимательно относишься к тому, что происходит вокруг тебя, подмечаешь малейшие изменения и детали.

Ты часто видишь и отмечаешь то, на что другие не обращают никакого внимания.

Ты всегда спрашиваешь себя, какие ощущения у тебя вызывает тот или иной человек, та или иная ситуация, вне зависимости от того, насколько это касается тебя лично.

Ты доверяешь своим ощущениям и то и дело констатируешь, что твоё предчувствие тебя не обмануло, даже если всё предвещало совсем другой исход событий.

Если тебе кто-то не нравится или что-то беспокоит в текущей ситуации, ты обязательно задумываешься, что именно вызвало такое твоё отношение.

Если тебе что-то сильно не понравилось без видимых причин, ты не будешь себя уговаривать, что всё нормально и не стоит обращать внимания. Ты это отметишь и будешь осторожна.

Тебе доводилось испытывать сильные ощущения (дискомфорт, тревожность, энергетический подъём, воодушевление и т.д.) без видимых причин. Впоследствии тебе становилось понятно, какими невидимыми причинами это вызвано.

У тебя порой возникает ощущение, что в данный момент ты делаешь именно то, что нужно, хотя с чужих точек зрения надо делать что-то совершенно другое или по-другому. Поддавшись внутреннему велению, впоследствии ты убеждаешься, что поступала верно.

Порой ты предчувствуешь развитие событий, хотя именно такого развития, тем более так скоро ничто не предвещало.

Тебе удавалось почувствовать и рассказать о событиях, происходивших в конкретном месте или с конкретным человеком, и это оказывалось правдой.

У тебя прекрасная память на лица, события, слова и поступки. Она срабатывает вне зависимости от того, знакома ли ты с людьми лично и касаются ли их слова и действия тебя лично.

Ты веришь далеко не всему, что тебе говорят, мгновенно можешь почувствовать, когда говорят неправду и пытаются тобой манипулировать.

Ты можешь с большой долей вероятности определить, какие отношения связывают людей, даже если просто наблюдаешь за ними в людном месте.

Ты часто ставишь себя на место другого человека, чтобы почувствовать то, что чувствует (или чувствовал) он. Эти ощущения для тебя не менее реальны, чем твои собственные, даже если ты сама никогда не оказывалась в подобной ситуации.

Если бы тебе потребовалось описать давно забытое тобой событие, ты бы вспомнила его во всех подробностях и легко могла бы пересказать.

Когда ты находишься в приподнятом настроении, то люди обращают на тебя внимание, даже если ты спокойно идёшь по улице.

Когда ты в дурном настроении, то людям тяжело находиться с тобой в одном помещении, даже если ты тихо сидишь и никого не трогаешь.

Если ты говоришь, что будет так, то именно так скорей всего и будет, делаешь ты для этого что-то или нет.

Если кто-то намеренно разозлил тебя и ты желаешь, чтобы он ответил за это, то не удивляешься, когда вскоре с ним происходит что-то плохое.

Ты охотно и с большой готовностью помогаешь человеку, который нуждается в поддержке и обратился к тебе.

После общения с тобой люди нередко говорили, что им стало легче или что они смогли найти ответ на мучивший их вопрос.

В твоём роду были люди, обладавшие необычными способностями (целительство, ворожба, ясновидение и т.д.)

Ты умеешь задавать сама себе вопросы и получать на них ответы. При этом тебе трудно объяснить, откуда именно эти ответы к тебе приходят.

В твоей жизни бывали случаи, когда, пожелав что-либо труднодостижимое очень сильно, ты получала это.

В твоей жизни бывали чрезвычайно рискованные ситуации, из которых ты выходила целой и невредимой, хотя логических объяснений этому не было.

Ты видишь своё призвание в том, чтобы так или иначе помогать людям.

Ты пользуешься успехом у противоположного пола, вне зависимости от того как выглядишь.

Ты часто сталкиваешься с настороженным, неприязненным и агрессивным отношением со стороны представительниц своего пола.

Ты любишь одиночество и нуждаешься в нём не меньше, чем в пище и воде.

Ты разговариваешь с вещами, животными и растениями, не всегда с помощью слов, но для тебя это так же естественно, как разговаривать с людьми.

Порой у тебя захватывает дух от собственных возможностей.

Сколько бы ответов «да» или «хотелось бы» ты ни дала, согласишься, насколько интересней, насыщенней и многообразней способны утвердительные ответы сделать твою жизнь! Но при условии, что здравый смысл и мужество никогда тебя не покидают...

Самые сложные отношения, которые длятся всю жизнь – это твои отношения с самой собой. Они могут быть мучительны и деструктивны, если ты теряешь адекватность, а могут сделать тебя мудрой, счастливой и созидательной личностью. И эти отношения всегда будут развиваться в твоём сознании. Хочешь ли ты, чтобы оно было восприимчивым и открытым, или предпочитаешь замкнуться в рамках некоей системы представлений?

Выше уже шла речь о том, что наука не отрицает, а по мере возможностей исследует и подтверждает существование такого явления как единое информационное поле. Вся информация, которая когда-либо была, есть или будет, все варианты развития всех событий, все знания, которые были получены, есть сейчас и которые предстоит (или не предстоит) людям получить – всё это зашифровано в некоем коде, всё так или иначе существует. В это имеет смысл верить не меньше, чем в собственные представления о религии. Хотя бы потому, что это вера, свободная от религиозных догм, и она гораздо наглядней опирается на научные факты. Когда факты наглядно свидетельствуют о том, что внутри обыденной реальности располагается мир невидимой реальности со своей интеллектуальной красотой, чувствительностью, причинно-следственными связями, мы испытываем особый восторг, сравнимый с восторгом новообращённого.

...

Я не знаю, насколько убедительным получился мой обзор, но мне было важно, чтобы ты поделила мою позицию относительно сферы непознанного, магии и мистики. Каждому мыслящему человеку может быть присуще магическое мышление. А женщине, по-моему, оно свойственно от рождения и до смертного часа. Ведь мы – существа, наделённые ресурсом самой природы. И с природой у нас свои, близкие отношения. Многое из того, что для мужчин служит предметом для размышлений и дискуссий, для нас и так понятно. Выше я уже говорила, что если ты мыслишь как ведунья, то это даёт тебе возможности наблюдать, провидеть, влиять и воздействовать. Так вот, первые три возможности абсолютно не связаны с мистикой! Эти связи устанавливаются только другими людьми. Но на самом деле возможности кроются в твоём естестве и твоём сознании.

А вот что касается возможности воздействовать, то я не считаю себя вправе об этом рассуждать. Может, она связана с оккультизмом и практической магией, а может, и нет. Лично я ни на кого не воздействовала посредством магических ритуалов и колдовства. Поэтому хочу сказать, что вне зависимости от терминологии и нашего личного отношения, ведать и колдовать – это разные вещи.

Без всяких ритуалов и колдовства ты можешь развить в себе способности, которые помогут тебе:

- Чувствовать место и ситуацию, определять, благоприятны ли они и насколько.
- Чувствовать энергетику людей, понимать их психологическое состояние, считывать информацию, в том числе ту, которую они скрывают.
- Выстраивать диалог с человеком таким образом, что ему быстро станет понятно: ты видишь его насквозь и знаешь гораздо больше, чем он тебе говорит.
- Благодаря своей интуиции и развитым сенсорным каналам восприимчивости действительно видеть и ощущать больше, чем обычные люди.
- Научиться помогать своей интуиции, задавая вопросы, получая ответы и верно их интерпретируя.
- Прогнозировать, предупреждать негативные и приближать благоприятные события будущего.
- Оказывать содействие людям, которые в нём нуждаются, через понимание сути их проблем. Даже если сами они этой сути не понимают.
- Превращать своё общение с людьми в незабываемое для них.
- Ну и наконец, просто производить впечатление человека, которого лучше не обманывать и не злить. Для социума этого бывает необходимо и достаточно. Для твоего же личного развития может стать ловушкой. Зная это, рекомендую этим впечатлением не злоупотреблять и не заигрываться. Если, конечно, ты не хочешь прослыть ведьмой.

Что для этого нужно? На самом деле много чего. Научиться настраиваться и получать доступ к скрытой информации можно, для этого нужно обладать способностями и планомерно развивать их в себе.

## Как усилить свои способности

Предлагаю сначала чуть подробнее поговорить не о том, *как*, а о том, *что* нужно, чтобы их усилить. Во-первых и прежде всего, для этого нужна осознанность. Надо понимать, что объём знаний и способностей – это большая сила. Где-то я слышала фразу: «Там, где есть сила, всегда не хватает свободы. Но штука в том, что там, где навалом свободы, силы может вообще не быть».

Внутренняя сила – всегда результат самоограничений и определённого служения. Но в человеческом социуме сила без ответственности – явление крайне опасное. Можно и нужно развивать свою внутреннюю силу. А вот развивать в себе «ведьминское начало», не имея осознанного представления о себе, о взаимоотношениях с другими людьми, о своём предназначении в жизни, о необходимой степени личной свободы, об ответственности, о своих правах и возможностях и о многом другом, ошибочно и может быть опасно. Особенно если в роду у тебя не было ведьм, и у тебя есть свои дети. Я бы не рекомендовала идти на такой риск как занятия практической магией. Даже прибегать к чужим услугам. Ведь напомним, что в основе магического мышления – вера во влияние намерения на события. А в основе магической практики – акт волеизъявления при посредничестве тайных сил. Ты никогда не сможешь предвидеть протяжённость и степень травматичности «отката», который следует за обращением к тайным силам в попытке повлиять на судьбу. А он всегда бывает, это тебе подтвердит любой честный специалист.

Поэтому прежде чем что-то делать, надо сначала понимать, кто ты, что ты, для чего ты, что можно и чего нельзя, какова цена вопроса в каждом случае. Готова ли ты отвечать за свой выбор и за свои поступки? Готова ли к последствиям, к которым это приведёт тебя, окажет влияние на судьбы других людей и твоих собственных детей? Если не готова, то воздержись. А если у тебя есть соответствующее призвание, оно само тебя найдёт и властно даст о себе знать.

Во-вторых, нужно регулярное и постоянное развитие своего психофизического аппарата. Чтобы развить в себе сверхчувствительность, сначала нужно научиться использовать на сто процентов свои обычные пять чувств (зрение, слух, обоняние, осязание и вкус). Даже это достигается долгой, порой весьма рутинной практикой, которая многим кажется такой же скучной, как гаммы и этюды для обучающихся музыке. Обучение магическим-то ритуалам выглядит куда привлекательней, не так ли! Но и там рутины хватает, не обольщайся. Кроме того, обучению ритуалам и использованию приспособлений я вообще внимания уделять не буду, это не моя епархия. Я толкую о тех способностях, которые ты вправе в себе развить без заигрывания с колдовством. А сверхчувствительность развивается при условии того, что максимально развиты те чувства, которые заложены от природы.

Параллельно нужно развивать свои интеллектуальные, эмоциональные и психофизиологические возможности. То, что Станиславский называл «тренинг и муштра» и чем постоянно занимаются, например, артисты. Им это необходимо в практической деятельности, и на уровне зрителя ты всегда можешь судить, насколько тот или иной артист обладает «магией». А ведь здесь есть прямая взаимосвязь, поскольку и артист – человек искусства, и ведунья – человек магического искусства, должны представлять собой идеальный, хорошо настроенный инструмент. Соответственно, чем более развит психофизический аппарат, тем большего успеха можно добиться.

В-третьих, нужно научиться думать без слов. Я лично не берусь коротко объяснить – как это, тебе придётся самой почитать литературу о духовных практиках и, конечно, самой практиковать различные формы медитации. В самых общих словах этот процесс можно охарактеризовать как совершенно безмолвное, бесстрастное, но в каком-то смысле активное состоя-

ние внутреннего вопрошания и созерцания. Я бы назвала это: подвесить вопрос и ждать. Если ты, например, занимаешься какими-либо видами творчества, то и сама знаешь, как это происходит. Впрочем, к ремеслу умение думать без слов тоже относится, только в более практическом аспекте. Например, столяру достаточно прикоснуться к любому объекту, выполненному из дерева, и ему уже всё ясно об этой поверхности, о качестве материала, качестве обработки и прочем. Ему не нужно гонять думки – он просто это мгновенно считывает и понимает. А вот если перед ним необработанная деревяшка, то он войдёт в это самое состояние внутреннего вопрошания, которое может занять секунду, а может занять неопределенное время. Но в результате он тоже чётко увидит, что из этой деревяшки надо сделать. Ведунья, столкнувшись с некоей ситуацией, тоже не начнёт первым делом гонять думки. Она сначала воспримет, доверится своим ощущениям, и только потом подключит мыслительный процесс.

В-четвёртых, нужно научиться думать не только о себе. Понимаю, что это звучит банально, но поверь, что за этой банальностью – глубокий смысл. Мы все в той или иной степени эгоцентричны. Однако ты наверняка могла заметить, что есть люди, способные говорить только о себе – даже в тех случаях, когда речь идёт совсем не о них. Есть даже писатели, режиссёры и другие деятели искусства, которые могут рассказывать только о собственном «Я»; во всём, что выходит за эти рамки, они беспомощны и неталантливы.

Выше уже шла речь о том, что эгоцентризм ограничивает возможности восприятия и интерпретации, они остаются на простейшем уровне. На этом уровне мы не способны видеть картину целиком, а видим её только изнутри собственной реальности. Твоя задача – освоить все уровни восприятия.

Даже способность рассуждать вообще не о себе, а исключительно о другом человеке или на заданную тему сама по себе ценна. А уж способность сконцентрировать своё внимание на чужих потребностях, проблемах и чаяниях вообще невероятно повышает качество личности и её духовные возможности. Если хотя бы раз в день, но изо дня в день ты будешь погружаться в обдумывание темы, которая напрямую тебя не касается, но интересна сама по себе, ты можешь продвинуться в своём развитии далеко.

В-пятых нужно, естественно, развивать интуицию. Строго говоря, интуиция тоже не нуждается в словах и объяснениях. Если развита твоя чувствительность и хорошо разработан психофизический аппарат, то ты воспринимаешь знаки, данные тебе интуицией, не искажая их обдумыванием и прочими ограничителями. Интуиция относится не столько к сфере ума, сколько к сфере духа, поэтому она проникает прямо в суть вещей, сразу принимает решения и не ошибается. Если, конечно, твой ум не успеет исказить то, что она говорит. С другой стороны, интуиция без интеллекта практической пользы не имеет. Реальная магия – это не просто подвешивание вопросов и получение сигналов сверхчувственного восприятия, а это процесс достижения определённой цели. Этот процесс может происходить вне логики и здравого смысла. Но куда он приведёт при неразвитом интеллекте? Поэтому советую уделить этому пункту особое внимание.

У понятия «интуиция» есть много определений и смыслов, которые каждый из нас в него вкладывает. Важно то, что интуиция – это способ, с помощью которого мы общаемся с нашим сознанием. А оно умнее нас, вернее, того, что мы принимаем за свой ум. Выше уже шла речь о том, что способ мышления, который мы обычно принимаем за умственный процесс, на самом деле ограничен в возможностях. Уму свойственно рассуждать по любому поводу. Но как только мы начинаем рассуждать, мы невольно сами себя загоняем в рамки собственных представлений, опыта и установок. А интуиция – это постижение без рассуждений. Если мы будем предельно внимательно относиться к этому процессу и развивать в себе интуицию, то она, в отличие от ума, нас никогда не обманет.

Для того чтобы эффективно работать со своим интуитивным аппаратом, нужно разобратся, как именно и за счёт чего ты воспринимаешь подсказки своей интуиции. Например,



в людях, посвятивших себя определенному делу, со временем развивается профессиональная интуиция. То, что относится к их профессии, они мгновенно считывают и делают прогнозы с очень высокой степенью вероятности. Это возможно в результате накопления знаний и практического опыта. Причём есть такие профессии, которые предполагают знания о человеке как таковом: это профессия врача и профессия психолога. Человек, который получил диплом психолога в медицинском институте, по идее, должен разбираться в людях очень хорошо. Но это происходит далеко не всегда, видимо, дело в изначальных способностях и установках. Среди дипломированных медиков известны личности, которые казались чужаками, но тем не менее могли поразительно много и точно рассказать о человеке, изучив только его лицо, строение черепа и т. д. Когда другие относились к этому как к методике, которая сама по себе приводит к впечатляющим результатам, у них не получалось. А дело в том, что знаний мало – нужна сверхординарная интуиция.

Я это говорю к тому, что если у тебя есть способности и желание, то изучать научную информацию из области медицины и психологии совсем нелишне. Чем больше ты будешь знать о том, как устроен человек, какие типологии известны науке и применимы при «сканировании» каждой личности, тем сильнее будет развиваться и твоя интуиция. И в этом как раз нет никакой мистики.

Достойный и работающий способ «дружить» со своей интуицией и на собственном опыте узнавать, на что она способна – это заниматься творчеством. Любой творческий процесс основан на претворении в жизнь акта единоличного хотения. И это роднит его с магией. Когда ты создаёшь что-то из ничего, ты не можешь объяснить, почему это так, а не иначе. Ты просто знаешь это, руководствуясь внутренним чувством. И тут тоже никакой мистики, а только возможности твоего сознания. Если ты начнёшь регулярно сомневаться в простейших действиях, то никакого творчества может и не быть. Если же ты веришь в силу намерения и обладаешь необходимой энергией, то сам процесс твоего творчества может обладать магическими свойствами, а результат – так оказывать явное влияние на других людей. Каждый, кто посвятил себя искусству, может поделиться собственным опытом и ощущениями от этого процесса. Но вот если, уверившись в собственной крутизне, ты вступишь в своё сознание соображения материальной выгоды и тщеславия, нечистые помыслы, то попадёшь в ловушку. Прости за пафос, но из продукта твоего творчества исчезнет талант, а значит, и магия. Не хватает чужих примеров – проверь сама.

## Индивидуальные упражнения

Поскольку я имею право рекомендовать только то, что пропущено через мой личный опыт, я ещё раз скажу, что главный секрет сверхвозможностей (или, по крайней мере, отрядно неожиданных возможностей) усматриваю в развитом интеллекте. Возможности у нашего интеллекта появляются, если мы развиваем одновременно несколько способностей:

1. Способность абстрагироваться.
2. Способность концентрироваться.
3. Способность верно трактовать и вербализировать свои ощущения.

Давай пройдемся по этим пунктам.

1. Чтобы развивать в себе способность абстрагироваться, нужно при любой возможности устремлять своё сознание за пределы обыденности. Не буду морочить тебе голову рассуждениями о том, что такое ноосфера, мировая душа и пр. Мы уже говорили о таком понятии как единое информационное поле, или поле чистой потенциальности. Там находится всё то, что было на Земле, что будет, и чем, как говорится, сердце успокоится. Но где находится само это поле, я не могу сказать; этого не знает ум, но туда периодически наведывается подсознание. С практической точки зрения можно высказаться так: каждый раз, когда ты молчишь, ни на что не отвлекаешься и пребываешь в медитативном состоянии, ты ментально пребываешь в этом поле. Можно наблюдать за природой, можно сесть или лечь где удобно (но в правильной позе), можно просто медитировать, глядя на что-то или закрыв глаза – суть от этого не меняется. Если ты будешь находить для этого хотя бы полчаса в день, ты уже окажешь своему сознанию неоценимую услугу. Оно начнёт воспринимать подсказки от подсознания, которое как раз и черпает из мирового источника. Хотя я лично, к сожалению, не настолько дисциплинирована, но каждый раз, когда передо мной стоит неординарная задача, я это делаю обязательно.

Полная тишина, никаких рассуждений и никаких внутренних монологов. Чтобы абстрагироваться от всего остального, нужно сконцентрироваться на чём-то безмолвном. Очень помогает концентрация на дыхании (для этого стоит освоить техники пранаямы – дыхания йогов). Кому-то помогает концентрация на точке, кому-то на образе, кому-то на ритме и т. д. Об этом люди пишут книги, на эту тему ведут практические занятия. Можно, в принципе, и заморочиться, изучить разные техники, но необходимо помнить, что всё это – лишь способы, помогающие тебе перевести сознание в другой режим, при котором ты не думаешь словами.

Вообще способность абстрагироваться чрезвычайно важна для развития проницательности и творческого начала. Если в тебе развита эта способность, ты перестаёшь шаблонно мыслить, судить да рядить, а просто берёшь и делаешь. Пусть потом другие судят да рядят, как тебе это удалось.

2. Поскольку в сознании всё взаимосвязано, то и любой медитативный процесс тесно связан со способностью концентрироваться. Одно является следствием другого. Поэтому упражнение, развивающее возможности сознания, я бы обозначила глаголом «втыкать». То есть глубоко и интенсивно сконцентрироваться на выбранном объекте. В процессе этой концентрации между тобой и объектом устанавливается связь. Ты настолько фокусируешь на нём своё внимание, что ум растворяется в объекте и становится с ним одним целым. Если ты практикуешь медитацию и концентрацию успешно, то, «воткнув» в объект, ты обретаешь глубокое *понимание* этого объекта. И если ты очень захочешь, тебе станет о нём известно всё.

Возьми некий предмет, который имеет свою историю. Какую-то фигурку или украшение, например. Для чистоты эксперимента попроси предмет у человека, которому известна история этого предмета. Выбери подходящее время, сядь или ляг так, чтобы тебе было удобно долго смотреть на этот предмет. И «втыкай» столько, сколько потребуется, пока не почувствуешь, что

твой ум находится в особом состоянии. Если не получится, ничего страшного: главное – это настрой и намерение. Когда всё-таки в уме что-то произойдёт, и ты сможешь сказать об этом предмете что-то, что не видно «невооружённым глазом», но соответствует действительности, постарайся проговорить, как ты это поняла. Если у тебя есть способности, ты согласишься, что это чрезвычайно интересно. Что именно тебе придёт в голову и какие озарения там возникнут – загадка. Но я тебя уверяю, что если ты постоянно будешь практиковать, тебе как минимум будет интересно и никогда не скучно самой с собой. Ведь буквально всё, что тебя окружает, содержит информацию! Ну а остальное зависит от того, чего ты хочешь достичь. Вспомни Шерлока Холмса: как блистательно он излагал свои умозаключения, всего лишь взглянув на что-то. И никакой мистики, «всего лишь» талант и развитая интуиция! Кстати, не секрет, что она развита и у маленьких детей. Пока их ещё не переучили во взрослые, они руководствуются не умом, а ощущениями, к тому же много времени проводят в медитативном состоянии.

Темы этой главы касается ещё и такое соображение. Некоторым людям, для того чтобы сконцентрировать внимание, нужна опора (в английском языке есть ёмкое слово *props*, то есть то, что помогает, реквизит). И тут уж кто во что верит, тому то и помогает. Астрология, нумерология, хиромантия, гадание и т. д. дают всем желающим свои «опоры», возможность пробовать и проверять себя. Как это работает, могут объяснить только те, кто этим плотно и серьёзно занимается. Но в качестве примера я бы привела героиню фильма «Дар», который я включила в свой список (см. приложение). Когда возникала необходимость, она раскладывала перед собой лишь несколько карточек с абстрактными символами. Ей это было нужно, но и достаточно для того, чтобы сконцентрироваться, увидеть и интерпретировать то, что показывает ей развитый интуитивный аппарат.

Любая «опора» даёт тебе некую посылку для интуитивного процесса и рассуждений. В этом процессе переплетаются исходная информация, образы, гипотезы, прогнозы... Очень трудно выразить словами, как человек, который сконцентрировался на чём-то, развивает свою мысль, чтобы выйти на другой уровень заключений. Но если подсоединить к его мозгу электроды (что и делают учёные-естествоиспытатели в научных лабораториях), то на мониторе будет видно, что разные участки его мозга просто «попыхают». Следовательно, тренированный мозг выдаст результат. Наверно, надо дополнительно сказать, что есть колоссальная разница между тем, чтобы постигать науку (даже если это квазинаука), и «играться» в это, выдавая себя за астролога, гадалку или кого-то ещё.

3. О трактовке. Когда ты находишься в ситуации внутреннего вопрошания, твоё подсознание находит способы выполнить то задание, которое ты ему дала. Твоя задача: наладить с ним коммуникацию и верно интерпретировать то, что оно подсказывает. Это задача довольно сложная, и даже очень опытные люди в силу разных причин на этом этапе могут ошибаться. Информацию получают отчётливую, а выводы умудряются делать совершенно ложные. В том числе и поэтому я не рекомендую обращаться к экстрасенсам и гадалкам, обходиться своими силами: по крайней мере, не будет искушения перекладывать на кого-то ответственность.

Поэтому, если ты развиваешь в себе способности, попробуй проговаривать свои ощущения и мысли: «Мои ощущения подсказывают то-то и то-то. Это наталкивает меня на мысль о том, что... Если я права, то могу заключить, что...» Могу порекомендовать два упражнения.

### ***Работа с фотографией***

Лично я жажду, но не знаю как проверить, действительно ли экстрасенсы могут по фотографии сказать, жив человек или мёртв, а если мёртв, то при каких обстоятельствах это произошло... Я с такими экстрасенсами не знакома, вижу их только в телешоу. Но меня всегда интересовало: почему нельзя устроить простейшие и наглядные испытания: например, дать каждому 20 фото юных девушек и попросить определить, какие из них – преступницы. Видимо, народу нужно что-то позрелищней, вот таких испытаний и нет.

А вот прийти к интересным и верным заключениям, глядя на фото незнакомого человека, теоретически можешь и ты. Для чистоты эксперимента надо попросить кого-нибудь показать фото человека, незнакомого тебе, но хорошо знакомого тому, кто тебе это фото покажет. И начинай потихоньку «втыкать», проговаривая свои ощущения. В одиночестве или нет – это как тебе удобней. Что тебе сразу понятно про этого человека и почему? Что является результатом твоих умозаключений? Что тебе подсказало подсознание вне всякой логики? Был ли момент, когда ты внутренне задала вопрос и услышала ответ на подсознательном уровне? Если ты практически ничего не можешь сказать, то как думаешь, почему?

### ***Разведчик***

Есть разные упражнения, развивающие качества, необходимые для разведчика. Ведунья тоже – своего рода агент внешней разведки в этом мире, поэтому эти качества должны быть ей присущи. Вот простой, но очень важный пример. Ты заходишь в некое помещение и присаживаешься. Если я сразу сяду напротив тебя и попрошу рассказать мне, что находится у тебя за спиной, сможешь ли ты, не гадая и не включая логику, дать мне ответ? Когда ты находишься в обычном состоянии, то вряд ли, потому что ты просто не обратишь на это внимания. А меж тем внимание – это основа основ.

Попробуй войти в помещение и мгновенно «срисовать» в своём воображении всё, что ты увидела. Затем сконцентрируйся, закрой глаза и взглядишь в эту «картинку». Начинай себя потихоньку проверять. Что ты запомнила точно, а что нет, чего не заметила? Это упражнение развивает одновременно твою способность быть в «здесь и сейчас» и абстрагироваться, не позволять эмоциям и мыслям быть твоими хозяевами. Ты – их хозяйка, а когда ты хозяйка, ты просекаешь буквально всё.

### ***Ведунья на отдыхе***

Это упражнение предназначено для общественных мест. Им прикольно заниматься на досуге, когда ты ничем особо не занята. Но если делать это регулярно, то в нужный момент сработает очень эффективно. Допустим, ты сидишь за столиком в кафе. Сконцентрируй свое внимание на тех, кто сидит за каждым столиком в зоне твоей видимости. Что ты можешь рассказать о каждом? Если это двое или группа людей, то какие их связывают отношения? Отпусти себя, рассказывай всё, что тебе приходит в голову. Кстати, иногда бывает возможность проверить свои ощущения. И тогда ты можешь поразиться, насколько то, что казалось тебе бредом, соответствует действительности. Интуиция работает загадочным образом. Но чаще всего справедливы те твои комментарии, которые основаны на внимании, опыте и способности к индукции, то есть цепи умозаключений от частного к общему.

Такие эксперименты дают тебе возможность прежде всего выяснить, как устроено твоё восприятие, каким образом ты «считываешь» информацию и насколько хорошо способна понимать саму себя, рассуждая не о себе. Но тут мне хочется сделать сноску.

Почему человеку, который сконцентрирован на сложном ментальном процессе, очень мешает, когда за ним наблюдают со стороны? Дело даже не в том, что со стороны в этот период он может напоминать сумасшедшего, и посторонним это видеть ни к чему. А в том, что сам факт чужого наблюдения – это помеха, которая может исказить свободный поток сознания и заставить человека включить «внутреннюю цензуру». Профессионалы, конечно, люди опытные, и когда они «в потоке», им на всё наплевать. Но я бы рекомендовала научиться мыслить, исключив все виды контроля и самоконтроля (конечно, при условии, что у тебя здоровая психика).

Неслучайно, например, людям, которые хорошо выпили, начинает казаться, что они «просекают» любую ситуацию и видят насквозь даже незнакомых людей. Это происходит вследствие того, что выпивший человек ослабил контроль над своим мышлением, а с каналами, по которым к нему поступает информация, начал гораздо лучше взаимодействовать. Учёные говорят, что алкоголь влияет на лобные доли мозга, которые отвечают за контроль: «отпустив

себя», человек становится в чём-то неадекватен, но зато в чём-то он может быть и экстраординарен. Конечно, я не буду рекомендовать обнаруживать в себе ведовские способности, находясь в изменённом состоянии сознания. Да, если они есть, они скорее всего обнаружатся. Но это нечестный и довольно опасный способ. Если для того, чтобы что-то «увидеть», тебе сперва надо что-то употребить, то у тебя как минимум серьёзные психологические проблемы. И надо ли рассказывать, к чему приводит заигрывание с алкоголем и наркотиками, тем более зависимость от них...

Но если для того чтобы «оказаться в потоке», тебе нужно что-то, что постороннему человеку непонятно, следуй принципу, который лаконично сформулировала Татьяна Толстая: «Всех нах!» Знание имеет смысл тогда, когда оно служение. А служение порой требует от человека трансовых состояний. Я не знаю, относятся эти состояния к области мистики или чего-то ещё, но определённо, транс – состояние столь же древнее, сколь и человечество. Не бойся своих состояний. Эх, бойся по жизни быть «зомби»...

## Совместные упражнения

С удовольствием вспоминаю, как детское магическое мышление проявлялось в нас в подростковом возрасте. Ведь для этого мышления главное – вера в предлагаемые обстоятельства. Когда дети играют во что-то «ролевое»: например, в войну, в космонавтов, в мушкетёров, или вот в союз ведьм, они создают собственный микромир. Аналогов ему я даже не подберу. Но состояние это помню прекрасно. Мне повезло: я и сейчас нередко в нём пребываю, когда пишу прозу или сценарий. Тем не менее оно немного отличается. Загвоздка в том, чтобы к этому состоянию подключался кто-то другой непосредственно в тот момент, когда ты в нём пребываешь. Наверно, взрослые люди, устраивающие ролевые игры, умеют создавать этот микромир в реальном времени. Не знаю, не пробовала. Вероятно, я в чём-то себя обделяю.

Но сейчас я хочу вспомнить другой аспект наших детских занятий, а именно самодейательные эксперименты, которые мы проводили в пионерском лагере. Например, такой. Одна девочка легла на стол, а другие (шестеро, больше не нужно) становились с двух сторон и подкладывали под эту девочку по два пальца каждой руки. Затем произносились какие-то заклинания, которых я как раз и не помню. После чего все медленно поднимали руки вверх от стола. Лежащая девочка как пушинка взмывала над столом, держась на двенадцати детских пальцах. Возможно, это легко объяснимо с точки зрения физики, и двенадцать пальцев – это немалая сила, чтобы держать на весу 40 кг. Но я принимала участие в этом эксперименте и как поднимающая, и как поднимаемая. Это удивительное ощущение лёгкости, которое одной лишь физикой не объясняется. Надо бы как-нибудь повторить эксперимент, чтобы выяснить, возможен ли такой результат без входа в особое состояние сознания.

Ещё я помню, как проводила «сеансы» того, что называется словом психонергосуггестология. Я этого слова, конечно, не знала, но как и многие, интересовалась гипнозом. Я приглашала желаящую девочку в центр комнаты, обходила вокруг неё кругами, затем заходила за спину, и девочка из положения стоя отклонялась и падала назад, послушная моим импульсам. Тогда-то в моём сознании и проросло зерно искушения: вон, дескать, чего могу! С тех пор я с переменным успехом и работаю с тем, что из этого зерна прорастает... Каждый, у кого есть соответствующие способности, с этим искушением имеет дело всю жизнь.

В общем, если собственные экстрасенсорные способности можно развивать, то почему бы этого не делать в группе? К этому каждый волен относиться так, как он хочет. Многое зависит от целей и задач, а также степени доверия к этим конкретным людям. Лично я бы не хотела участвовать в группе, которая собирается исключительно для того, чтобы приобщаться к тайным знаниям, учиться магии и проводить ритуалы. Я уже говорила, что такое сообщество считаю небезопасным, прежде всего для самих участников. Но если людей объединяет некое совместное постижение и служение общему делу, то почему бы им и не развиваться с помощью друг друга.

Самым наглядным примером такого сообщества, члены которого занимаются развитием собственных способностей, является театральная школа-студия. Какие бы эксперименты студийцы ни проводили, они делают это на законных, так сказать, основаниях. Конечно, если эти эксперименты направлены на постижение возможностей собственного «Я», а не на что-либо иное. Артист – это и личность, и инструмент, и служитель, и в какой-то степени маг. Поэтому театр – это закрытое сообщество, и тот, кто однажды был туда принят, становится другим человеком. Сфера оккультизма и сфера театрального искусства очень близки и взаимопроницающи. Я не стала писать отдельную главу «Актриса» по причине того, что не получится на паре десятков страниц изложить то, что я думаю об этой ипостаси женской личности. Но в рамках данной темы могу выразиться так: каждая ведунья – немного актриса, и каждая актриса – немного ведунья.

Приведённые ниже упражнения не входят в академические программы театральных школ. Но их могут проделывать все желающие, собравшись в группу. Просто студийная среда идеальна для подобного рода экспериментов. Если у тебя так или иначе есть группа единомышленников, есть смысл провести эти эксперименты.

### ***Передача образа***

Один человек выходит из помещения и ждет за дверью, настроившись на приём информации. Группа договаривается о том, какой образ сейчас будет ему мысленно посылатся. Лучше, чтобы это был образ, который легко представить и трудно не понять, например, предмет, объект, что-то из флоры или фауны. Затем по команде, сосредоточившись, все присутствующие одновременно мысленно посылают этот образ тому, кто стоит за дверью. А тот пытается уловить его «принимающим устройством» собственного сознания. После чего он рассказывает, что и в какой последовательности ему «приходило», и на чём он остановился. Если он угадал, этот факт говорит сам за себя. Но даже если не угадал, обсуждение этого процесса и рефлексия самого человека по поводу того, как он происходил, всегда очень интересны.

### ***Передача приказа***

Один человек встаёт сзади другого на расстоянии нескольких метров. Стоящий впереди его, естественно, не видит. Оба настраиваются друг на друга, один на то, чтобы передавать импульс, другой на то, чтобы его улавливать и выполнять мысленные приказы. Для наглядности и облегчения задачи передающий может сам проделывать то, чего хочет от реципиента. Например, посмотреть в окно, поднять руку, сделать шаг вперёд, и т. д. Остальные участники эксперимента, сидя по бокам, тоже концентрируют свое внимание на импульсе передающего. А тот, кто принимает, должен интуитивно реагировать. Должна сказать, что в ходе практики можно достичь впечатляющих результатов.

### ***Простая телепатия***

Один из участников эксперимента сосредотачивается на том, чтобы представить себе нечто легко представимое. Например, способ передвижения (бег, прыжки, плавание, полёт), или эмоцию (радость победы, влюбленность, хандру), или объект в действии (горящая свеча, закипающий чайник, клюющая птица), и т. д. Чтобы было проще, лучше предупредить других, каков будет характер воображаемого.

Те, кому удалось верно мысленно передать воображаемый образ и верно уловить его, могут поздравить себя с успехами в развитии «шестого чувства».

### ***Практическая телепатия***

Один участник выходит из помещения, другой вместе с остальными участниками эксперимента решает, какое намерение сейчас будет ему транслировать. Чтобы облегчить взаимодействие, договаривающимся членам группы рекомендуется иметь в виду сцену из всем хорошо известной пьесы. Затем оба участника эксперимента садятся друг напротив друга. Задача состоит в том, чтобы уловить и считать то, что приготовил партнер, на интуитивном уровне. Реципиент может вслух проговаривать, что он чувствует, задавать наводящие вопросы, но партнёр может отвечать только «да» или «нет». При этом он не должен усложнять своему партнеру задачу, а подыгрывать в рамках своего образа и намерения.

Навык подобного взаимодействия не только ценен сам по себе, поскольку раскрывает возможности интуиции. Он пригодится потом буквально во всех сферах жизни, и самое интересное, что невозможно предугадать, как он будет проявляться. А когда в нас проявляется нечто экстраординарное, нам как минимум гораздо интересней жить.

### ***Практическая экстрасенсорика***

Это уже продвинутый уровень экспериментов, позволяющий наглядно выяснить наличие экстрасенсорных способностей. Группа встает в круг, внутрь круга ставится два стула. Тому, кто выступает в роли сенса, завязывают глаза и сажают на один стул. На стул напротив садится любой из членов группы. Задача сенса: рассказать, кто перед ним сидит, какие энергетические

импульсы от него исходят, – словом, озвучить собственные ощущения, видения и их интерпретации. «Подопытный» безмолвно реагирует, кивая головой в знак согласия или несогласия, а руководитель группы произносит это вслух. Он также может задавать наводящие вопросы, чтобы сенсу было за что зацепиться, какие вопросы задать самому себе, чтобы объяснить, что он чувствует. В ходе эксперимента в роли сенса и «подопытного» выступают все желающие. Будет как минимум интересно, а как максимум это будет честная возможность выяснить что-то про себя, предоставленная каждому. Конечно, если из участников никто не обладает экстра-сенсорными способностями, будет не так интересно. Но вдруг? Вдруг ими обладаешь именно ты? В таком случае тебе представится прямая возможность понять, как именно ты воспринимаешь информацию, по каким неочевидным каналам она к тебе приходит, как ты её интерпретируешь, и как это помогает тебе в восприятии других людей, а может, и ситуаций.

...

Согласись, что в этих экспериментах нет никакого оккультизма и колдовства. Заигрываешь ли ты с потусторонними силами, когда пытаешься считать информацию? Уверенно не могу ответить на этот вопрос, поскольку в чужое сознание никто не залезет. Каким образом тебе посылается информация, и в каком виде она приходит, я знать не могу, я и про себя ничего вразумительного не скажу. Но благодаря подобным упражнениям ты можешь научиться различать свое собственное, привычное, запрограммированное личное сознание и надличностное. Ты научишься практическому взаимодействию со своей интуицией. Это взаимодействие будет конструктивным и выведет тебя на новый уровень осознанности, но только если ты будешь практиковаться.

Стало ли тебе ясней, как это делать? Можно ли вообще получить практические знания по книге? Это философский вопрос. Наверно, ответ нужно искать в собственном намерении и жизненном опыте.

Жизненный опыт – прекрасная штука, особенно если мы приобретаем его осознанно и по собственному желанию. В этом случае у нас есть прямая возможность осознать причинно-следственные связи, выяснить свои способности и определить степень своего влияния на события. Исходя из нашей темы, рекомендую тебе практиковаться в получении жизненного опыта следующим образом:

1. Сформулируй своё желание и осознай, насколько оно сильно и насколько осуществимо. Ты должна очень хотеть чего-то конкретно и знать, что в принципе это возможно в обозримом будущем. Чем конкретней – тем лучше.
2. Визуализируй своё желание и постарайся его увидеть осуществившимся во всех подробностях. Как будто вглядываешься в стоп-кадр фильма.
3. Направь свое желание к высшим силам как ты это понимаешь. Одного раза вряд ли будет достаточно, ты должна быть ходячим Желанием, которое сформулировала.
4. Действуй сама в направлении осуществления своего желания таким образом, чтобы иметь право сказать: «Я сделала всё от меня зависящее».
5. Самое интересное: когда твоё желание сбудется, осознай, правильно ли ты его изначально сформулировала, и это ли на самом деле было тебе нужно. Одна из самых интересных разновидностей опыта, который мы получаем в этой жизни.

Конечно, со своими желаниями нужно быть осторожной. Задуманные человеком большой внутренней силы, они имеют свойство сбываться. Не знаю, сколько в этом мистики, если она вообще в этом есть. Но я верю, что ключом, который открывает доступ к хранилищу всех нематериальных сокровищ мира, является тот дар, который приготовлен Богом для каждого человека. Если человек служит своему дару, он и желания формулирует, и поступает правильно. И я искренне желаю тебе развивать свой собственный дар, в чём бы он ни заключался.



## Глава 3. ВОИН

Чем больше я собирала материала для этой главы, тем больше понимала, насколько многозначно само понятие «Воин». Конечно, прямая ассоциация связана с войной и военными действиями, то есть воин – это тот, кто всегда готов воевать. Это значение очень уважаемо, но согласимся, что оно больше относится к мужчинам. Однако значение, которое содержится в самом корне слова «воин», далеко не является исчерпывающим. Для нас как женщин важны те значения, которые мы теоретически можем применить к себе. Давай я их перечислю.

Когда мы говорим «женщина-воин», то чаще всего имеем в виду психологическую и социальную модель поведения. В её основе – архетипический образ девы-воительницы, персонажа героических саг и фэнтези (впрочем, свидетельств о реальных исторических личностях тоже немало). Женщина-воин всем своим существом заявляет, что не слабее мужчины и может действовать с ним на равных. Но не ради какой-нибудь суетной ерунды, а в процессе служения делу и защиты чьих-либо интересов. Действуя в соответствии со своим архетипом, она наилучшим образом реализует себя. В принципе, «если завтра война, если завтра в поход», то мне нравится думать, что мы с тобой волей-неволей станем воительницами и дадим врагам жару. Но если явной войны нет, то женщиной-воином назовём ту, которая имеет активную жизненную позицию, надеется только на свои силы, добивается своего потом и кровью, не боится защищать свои права любыми методами и стремится реализовать себя через достижение поставленных целей.

Другое значение неотрывно от древней теории каст. Я подробнее останавливаюсь на этом в главе «Созидательница». Четыре касты можно рассматривать в социальном смысле, а можно в эзотерическом. В эзотерическом смысле касты означают четыре уровня сознания личности, и воин находится на третьем уровне. Женщина, которая относится к этой касте, от рождения является сильной личностью. И практически с рождения в её сознании формируются такие же чёткие мировоззренческие установки, которые характерны для мира военных. Вот это хорошо – а это плохо. Это чужие – а это свои. Это начальство – а это подчинённые. В любой ситуации есть победившие и проигравшие. Кто сильнее, тот и главный, тому надо подчиняться, чтобы вместе побеждать врагов.

Конечно же, весьма архетипическое значение применимо к женщине, которая занимается боевыми искусствами. Не знаю как ты, а я люблю фильмы на тему становления воинов, вне зависимости от их пола. Правда, редко их смотрю, не знаю почему. Но я бы хотела:

- В основном строить свои отношения с людьми так, чтобы они были похожи на отношения монахов в Шаолине.
- Проводить больше времени своей жизни в тренинге и отработывании боевых ситуаций, чтобы мои тело и дух были заточены под это.
- Относиться к своим недругам так, как относятся монахи к соперникам в поединке.
- Иметь учителя, который учил бы меня уму-разуму, был бы со мной суров, но справедлив.
- Время от времени проходить экзамен на свою воинскую пригодность.

Если ты разделяешь мою любовь к фильмам о боевых искусствах, то можешь дополнить этот список. История становления мастера боевых искусств – это всегда притча о становлении личности в суровых и экстремальных условиях. Я очень хорошо помню свой опыт просмотра подобной притчи году этак в 1988-м: это был фильм «Кровавый спорт», в главной роли Жан-Клод Ван Дамм.

Там есть момент воспоминаний, когда его, подвешенного за руки и за ноги, растягивают в четыре разные стороны, и он, естественно, в какой-то момент орёт, но не сдаётся. Не знаю, понимала ли я тогда глубокий философский смысл этой ситуации. Ведь современный человек

всегда распят: между биологической и социальной природами, между социальными и духовными потребностями, между естеством и долгом... Но я видела живую картинку и понимала совершенно чётко: если, даже будучи распятым и зафиксированным в четырёх точках, человек может изменить эту ситуацию, то он может всё. И запомнила это.

И наконец, воин – это человек, соблюдающий стиль жизни воина. Для того чтобы его соблюдать, нужно такое понимание мира и себя, такая система ценностей и образ жизни, которые, согласно эзотерической традиции шаманов древней Мексики – тольтеков, характерны для Воинов и Магов. Об этом разнообразно и подробно написано в книгах Карлоса Кастанеды. В других книгах тоже написано, но чтобы их осилить, нужно иметь недюжинное намерение и много досуга. Кастанеду же имеет смысл почитать, хотя бы в форме дайджеста, потому что это вкусная и весьма полезная пища для размышлений. Воин, которого он имеет в виду, живёт не для того, чтобы с кем-то воевать. Это человек, который выбирает путь обретения самого себя, путь становления самим собой, т. е. Человеком. Приведу здесь цитату, наилучшим образом иллюстрирующую эту тему: «Все пути одинаковы: они ведут в никуда. Есть ли у этого пути сердце? Если есть, то это хороший путь; если нет, то от него никакого толку. Оба пути ведут в никуда, но у одного есть сердце, а у другого – нет. Один путь делает путешествие по нему радостным: сколько ни странствуешь – ты и твой путь нераздельны. Другой путь заставит тебя проклинать свою жизнь. Один путь даёт тебе силы, другой – уничтожает тебя».

Если ты не соотносишь себя ни с одним из перечисленных значений слова «воин», то всё равно рекомендую тебе прочесть эту главу. Почти всё, что относится к эзотерике, я в ней оставила без внимания, поскольку мы уже достаточно подробно поговорили на эту тему.

Но мне думается, что без развития воинских качеств в современном мире нельзя быть полноценным человеком. Можно быть обычной женщиной, слабой, зависимой, инертной, ведущей предсказуемую жизнь. Можно даже обабиться и укорениться во всех тех свойствах, которые описаны в первой главе. Этого ведь никто не запрещает, и эта перспектива у каждой из нас есть всегда. Но какими бы мы ни стали, надо понимать, что мы сами себя такими сделали. Даже если очень хочется списать ответственность на других людей и обстоятельства. Поэтому я постараюсь рассмотреть необходимые воину качества и техники и поговорить о вербальном боевом искусстве в самом что ни на есть практическом аспекте.

## О теории конфликта

Учёные единодушны в том, что человек – самое агрессивное существо на планете, и что такой выраженной внутривидовой агрессии и склонности к внутривидовому уничтожению ни у каких других существ нет. Согласно научному мнению, у людей существует изначальная потребность во враждебности. Не будем углубляться почему; нам важно понимать, что эта потребность имеет свойство реализоваться. Зачастую она служит основой такого положения дел, при котором личность не способна утверждать себя иначе, как через оппозицию. Исходя из этих утверждений, конфликт надо понимать не как столкновение идей, а как выражение враждебности в отношениях между людьми. Где как, но по-моему, в России недоброжелательность и враждебность – привычный жизненный фон. У нас каждый внутренне готов к немедленной конфронтации, неважно с кем. На нашем примере учёные диссертации могут на эту тему писать.

Однажды у Дмитрия Быкова я прочла такие горькие строки: «В России нет идеи – будь то даже самая мирная затея вроде всеобщего разведения кактусов, – которая не могла бы стать поводом для пыточно-жёсткого взаимного истребления, для бескомпромиссного разделения на остроконечников и тупоконечников; гражданская война бывает горячей и холодной, но прекращается ненадолго, лишь на время отечественной, когда встаёт вопрос о спасении нации как таковой. Именно поэтому отечественные войны помнятся их участникам как лучшее время жизни». Но и до, и после отечественной войны граждане занимаются тем, что грызут друг друга... Поводы для этого могут быть самые разные, но причину, то есть потребность во враждебности, всегда надо иметь в виду.

Я это всё к тому, что даже если мы очень захотим, вряд ли нам удастся прожить жизнь, ни разу не став объектом чужой враждебности, не поучаствовав в конфликте и не выразив себя через оппозицию кому-либо. Есть такая наука – конфликтология. Она изучает теорию и практику конфликта. На эту тему написано колоссальное количество книг. При всём желании я не могу привести всю полезную информацию из них даже в виде дайджеста. Поэтому приведу коротенько только ту информацию, которая, на мой взгляд, поможет тебе лучше понимать себя и других через конфликт и воспитать в себе бойцовские качества.

Конфликт – это столкновение. А в основе столкновения лежит некое противоречие и противопоставление. Чтобы выразиться максимально коротко, скажу, что в твоей картине реальности конфликт возникает тогда, когда твоей воле, представлениям и принципам противопоставляется чья-то другая воля вместе с представлениями и принципами. Возникает ситуация, требующая разрешения. Это совершенно нормально, и сам факт такой ситуации не хорош и не плох.

Не все, чья воля идёт вразрез с нашей, нам враги, и не все конфликты угрожающи. Но всё же ни один назревающий конфликт не стоит оставлять без внимания.

Конфликт может быть продуктивным (конструктивным) и контрпродуктивным (деструктивным). Свойство конструктивного конфликта в том, что, какие бы эмоции и реакции он поначалу ни вызвал, в конечном итоге он оказывает позитивное влияние на процесс и даёт нам положительный опыт. А свойство деструктивного конфликта в том, что достичь своей цели каждый из оппонентов может лишь через ущемление интересов другого, разрушение его планов, прекращение мирных отношений. Бывает, что в деструктивном конфликте проигрывают обе стороны. И зачастую этот процесс необратим, поскольку известно, что разрушать не в пример легче, чем создавать.

Женщина по сути своей должна быть миролюбива. Если какая-то женщина по натуре злая и агрессивная, то она противоречит самой своей природе. И поэтому она в глубинном смысле несчастный человек. Надеюсь, ты согласишься, что одно дело – быть сильной лично-

стью, способной постоять за себя, и совсем другое дело – быть той, кто постоянно провоцирует конфликты и создаёт другим проблемы.

### **Если ты не хочешь прослыть конфликтной личностью: полезные советы**

Иногда конфликт возникает спонтанно и не по нашей вине, иногда он оказывается необходимым, но бывает так, что мы сами провоцируем конфликтную ситуацию. Это ненужно и бывает обидно, особенно если мы ничего плохого не хотели. Конфликт, спровоцированный тобой без нужды, вполне может стать деструктивным, даже если это идёт вразрез с твоими планами. А если ты прослывёшь конфликтной личностью, то люди перестанут хотеть иметь с тобой дело. Поэтому, если ты не хочешь часто терпеть неудачи и проигрывать, воспользуйся этими советами. Прошу прощения, если они прозвучат менторски: я не поучаю, а всего лишь хочу выразить мысли в доходчивой форме.

#### ***Занимайся своим делом и не лезь в чужое***

Думается мне, что несоблюдение этих двух принципов наиболее конфликтогенно, как в деловом, так и дружеском и в других видах общения. Какой бы дружелюбной натурой ты ни была, наверняка тебя тоже вымораживает и выбешивает, когда:

- Человек не выполняет своих прямых обязанностей или данных им обещаний.
- Человек вмешивается в чужие дела, лезет на чужую территорию и суёт свой нос куда не просят.

Зачастую люди умудряются совмещать оба вида поведения. Если добавить при этом склонность к интриганству, то такой человек представляет собой проблему. Впрочем, об этом поговорим дальше.

Твоя задача в том, чтобы не давать другим повода упрекать тебя. Для этого нужно:

- Безукоризненно или по крайней мере честно выполнять собственные обязанности и обещания.
- Не начинать вопрос, почему человек чего-то не выполнил и не сделал, с «наезда». Даже если он в корне не прав, твоё давление только усугубит ситуацию. Людям нравится демонстрация уважения и готовности к пониманию, и совсем не нравится, когда их тыкают носом сама знаешь куда.
- Не влезать в пространство другого человека и не нарушать тех границ, которые для него комфортны, особенно если он тебя ни о чём таком не просил. Если ты внимательна, то тебе нетрудно заметить, когда ты нарушаешь чужую границу. В этом случае стоит немедленно отступить, а не усугублять конфликт, даже если реакция человека на тебя показалась грубой и обидной.
- Не давать комментариев, которые людям не понравятся, особенно за их спиной. Это верный способ усложнить и ухудшить отношения. Людям не понравится, что ты их судишь, несмотря на твою правоту, желание помочь и радение за дело.

#### ***Прикуси язык и держи рот на замке***

Если ты, как и я, относишься к тем людям, которые невоздержанны в речи и долго не раздумывают, прежде чем сказать другому что-то неприятное, то знаешь, что это свойство часто оборачивается против тебя. С людьми всегда надо быть начеку: они сами то и дело попытаются ослабить твою бдительность и спровоцировать тебя на откровенность. Но надо понимать, что это серьёзная ловушка, поскольку, с одной стороны, ты хочешь быть честной и простой, и в соответствии с этим высказать накопившиеся в тебе мысли. А с другой стороны, ты забываешь, что чаще всего люди не хотят знать то, что ты считаешь правдой. Особенно если она им не нравится. Они всё равно услышат то, что хотят услышать. А другим передадут именно то, что услышали, а не то, что ты имела в виду. И это с высочайшей вероятностью сработает против тебя.

Я настоятельно рекомендую тебе проделать упражнение, зафиксировать его в памяти и вспоминать каждый раз, когда собираешься что-нибудь ляпнуть в «приступе дурной

правды». Буквально: хорошенько щёлкни зубами, сомкни губы и проведи двумя сомкнутыми пальцами вдоль рта, как будто застегиваешь «молнию». После чего еще покрути, как будто закрываешь замок. Уверю тебя, это упражнение способно не раз спасти тебя от невозддержанности в высказывании мнений и от её неприятных последствий. Если хочешь негативно высказаться в письменной форме, придумай свой ритуал, который будешь проделывать, прежде чем твои пальцы начнут стучать по клавиатуре. Для этого необходимо вовремя отмечать, что тебя вот-вот «понесёт» и волевым усилием пресекать этот процесс, когда он не нужен и не сработает в интересах дела. Меняй тему, элегантно или простецки, либо возьми тайм-аут. Я считаю, что для того чтобы овладеть этим навыком, как раз и нужно чувствовать себя воином. Воином, фамилия которого – Штирлиц.

### ***Не наглей***

Этот совет звучит грубовато, но он ёмко отражает серьёзную проблему, которая то и дело возникает в людских взаимоотношениях. Как ни странно, людям свойственно наглей именно тогда, когда к ним хорошо относятся и нуждаются в них. Чувство собственной важности начинает тогда разбухать как на дрожжах, а поведение скромного и воспитанного человека, знающего своё место, становится самоуверенным и фамильярным. Возможно, это следствие недостаточной вышколенности и внутренней распушенности, а возможно – глубинных психологических комплексов.

Когда мы наглеем, мы забываем, что во многих видах общения, даже если общение доброжелательно и демократично, существует субординация. Применительно к воинской теме: рядовой не позволит себе высказывать претензии сержанту, а майор не будет указывать полковнику, что тому делать. Даже когда они демобилизуются из армии, понятие субординации и старшинства остаётся. По сути, это касается и других видов общения: в бизнесе, в учебном процессе, в семье и даже в дружбе.

Дружеское общение бывает с разными людьми. Предположим, у тебя хорошие отношения с работодателем или заказчиком, вы много и свободно общаетесь на разные темы. Но в тот момент, когда работодатель просит тебя об услуге или спрашивает твоё мнение, нельзя расслабляться и вести себя как капризная девица. «Ну это кошмар полный», «Я в этом бреде не участвую», наконец: «Или я, или...» – если ты позволяешь себе подобные фразы, это значит, что ты обнаглела. Не задумываясь, ты спровоцировала конфликтную ситуацию. И даже если тебе это простят, осадочек всё равно останется. А могут ведь и не простить, и тогда, что бы ты о себе ни думала, ты проиграешь. Даже если вы общаетесь на равных, например, с подругой, всё равно надо по мере возможности сдерживаться, не ранить её чувств и не ставить в униженное положение. Ведь отношения не просто могут прекратиться, они могут стать ядовитыми и потенциально опасными. Однажды ты считаешь, что тебя предали, но это может случиться по причине затаённой обиды на тебя.

### ***Не забывай извиняться***

Как ни странно, этот, как и предыдущий, совет ты читаешь в главе «Воин». Но не задумывалась ли ты, как и я, о том, что неумение и нежелание извиниться за свои погрешности – одна из краеугольных проблем нашего общения? Я вот отношусь к этой проблеме с большой болью и печалью. Никто из нас не святой. И для меня фраза: «Прости нам долги наши, яко же и мы прощаем должникам нашим» представляет собой не просто молитвенный речитатив, но ясный намёк на то, как мудро вести себя в конфликтной ситуации. И то-то было б хорошо, если бы мы всегда так себя и вели... Но не происходит этого, или происходит очень редко, а потому мы живём как живём.

Настаивая на собственной правоте и непогрешимости, мы лишь провоцируем людей на негативные эмоции, а если упорствуем, не будучи правыми и непогрешимыми – то и на нападение. И наоборот: человек, который признаёт свои ошибки, внушает симпатию и даёт другому возможность сделать великодушный жест. Поскольку мы сейчас говорим о способах избегания

конфликта, то одним из эффективнейших я считаю своевременное извинение перед человеком, с которым этот конфликт потенциально возможен.

Я догадываюсь, в чём проблема тех, у кого извиниться язык не поворачивается. Если у тебя тоже есть эта проблема, я тебя не осуждаю. Но если ты хочешь быть успешной и достигать высот в общении с людьми, то привычка извиняться всегда красноречиво будет работать на тебя, а не против. А уж если ты действительно была не права, забылась, что-то ляпнула, сделала или не сделала сама знаешь что – тут уж, как говорится, сам Бог велел... Вспомни, как приятно было, когда перед тобой кто-то извинился. Доставляй это удовольствие людям сама по мере возможности.

Причём совет: «Не забывай извиняться» работает не только по части сути, но и по части формы. Недаром же в западной культуре принято переспрашивать в виде: «Sorry?», а у нас в виде: «Что, простите?». Ох недаром. Эта форма вежливости срабатывает даже в общении с отможенной гопотой. Правда, после этого порой бывает нужна демонстрация силы, но сути не меняет.

### ***Не демонстрируй конкурентное поведение там, где не нужно***

Согласно психологическому словарю, конкурентным называется поведение человека в ситуации соревнования с другими людьми, рассчитанное на то, чтобы выиграть это соревнование, превзойти этих людей. Если ты, например, участвуешь в соревновании по боевым искусствам, то у тебя будет одно конкурентное поведение. Если принимаешь участие в кулинарном реалити-шоу, то можешь выбрать другое. Если участвуешь в государственном тендере на осуществление проекта – третье... Не правда ли, глупо участвовать во всём этом, если ты не признаёшь конкуренцию и не соответствуешь правилам игры.

Но вообще-то, конкурентное поведение постоянно демонстрируют люди, склонные к соперничеству и самоутверждению. Если в тебе есть эта склонность, она может проявить себя в любой момент, в том числе и в неподходящий.

Например, ты сильно рискуешь, если начнёшь, пусть даже неосознанно, конкурировать с кем-то в его вотчине. А это неминуемо, если ты полезешь туда, куда тебя не просят. Ты будешь демонстрировать конкурентное поведение на пустом месте, если отнесёшься к какой-либо женщине как к своей сопернице, а она с тобой соперничать не собирается. И конечно, конкурентное поведение неуместно по отношению к мужчине. Хотела написать «в большинстве случаев», но мне кажется, что любая из нас только выиграет, если априори будет уважать мужчину и выказывать ему это уважение, хотя бы на уровне вежливости. При этом условии можно не только конкурировать, но и побеждать, не наживая себе врагов.

### **Проанализируй:**

- Какие отношения с другими людьми для тебя наиболее комфортны: эмоционально-дружеские, дистанционно-приятельские, товарищеские, партнёрские, сугубо деловые, отношения «руководитель – подчинённый»? А какие регулярно доставляют тебе дискомфорт?
- Какие черты твоего характера предрасполагают к конфликтам в межличностном общении?
- Как тебе свойственно реагировать на критику?
- Легко ли другим людям говорить тебе правду, или во всяком случае откровенно высказывать своё мнение?
- Часто ли ты откровенно высказываешь своё мнение и потом жалеешь об этом?
- Насколько просто тебя «выбить из колеи»?
- Какой бывает реакция, когда тебя кто-то задел или обидел?
- Какое поведение в критической ситуации для тебя наиболее характерно?
- Как ты себя ведёшь, если обижают кого-то из твоих близких людей, или этот человек сам оказался в конфликтной ситуации?

Естественно, что честные и правдивые ответы ты сможешь дать только в результате нажитого практического опыта. Чем более ты будешь правдива, тем лучше будешь понимать себя, свои сильные и слабые стороны. Порой мы не можем повлиять на черты своего характера и спонтанные реакции. Но если мы себя хорошо знаем, то приучаемся быть более эффективными, не совершаем элементарных ошибок и не упорствуем в них.

### **Если конфликт неизбежен**

Давай вспомним, что конфликты делятся на конструктивные и деструктивные. Конструктивный конфликт так или иначе можно вывести на этап прояснения ситуации и переговоров, в результате которых прийти к хорошему результату, сделать правильные выводы и двигаться дальше. Деструктивный конфликт, отнимая много сил и энергии, мешает двигаться куда бы то ни было, кроме разворачивания военных действий.

Деструктивный конфликт может быть как спонтанным, так и запланированным. Если он спонтанен, то скорее всего, обе стороны не были достаточно подготовлены к его ходу и последствиям. А если он запланирован, то цель зачинщика: сделать так, чтобы ты утратила контроль над собой, а следовательно, и над ситуацией. Воспользовавшись этим, твой противник получает преимущество и может сделать так, что ты проиграешь. Выиграет ли от этого он – большой вопрос, однако решение им явно принято.

Сознательно или нет, человек, создающий конфликтную ситуацию, использует приёмы, которые психологи называют конфликтогенами. Конфликтогены – это слова, жесты и особенности поведения, оскорбляющие другого и вызывающие в нём автоматическую агрессию. Вот тебе примеры:

- Уничижительное отношение. Манера общаться снисходительно, как учитель с нерадивым школьником, плохо выучившим урок, или как мужчина-мачо с глупой женщиной. Саркастическая реакция на всё, что бы ты ни сказала, несмотря на то, что ты говоришь дельные вещи. Подколки, подтрунивания и придирки на пустом месте.

- Реакция, ставящая под сомнение твои слова или обесценивающая их значение. Например: «Этого не может быть», «Ты не права», «Это чушь». Такая реакция, пусть ненадолго, но выбивает у тебя почву из-под ног и провоцирует тебя на проявления повышенной эмоциональности.

- Игнорирование. Демонстрация такого отношения, при котором с тобой не намерены считаться и даже «не видят в упор». Отказ от любого вида коммуникации.

- Переход на личности. Напоминание о твоих личных секретах, проблемах и проступках в тот момент, когда речь идёт совсем о другом. Обвинение или порицание, особенно начинающееся со слов: «Ты всегда...», «Ты никогда...», «На себя посмотри».

- Негативные отзывы о тебе, твоих коллегах и близких людях, намеренно предназначенные для того, чтобы задеть тебя и поставить под сомнение твою репутацию.

- Троллинг. Этим словом обозначается заведомо провокационное поведение, направленное на вызов негативной реакции собеседника (объекта). Такое поведение может быть весьма изощрённым, так что объект не сразу догадывается, что его троллят. Однако тот, кто троллит, хочет разбудить в объекте всё самое худшее и сделать это явным. Для него это весьма удовлетворительный способ самоутверждения.

- Моральная агрессия. Целенаправленное унижение критиканством, замечаниями, негативными высказываниями и угрозами. В отличие от троллинга, моральная агрессия считается сразу. Но и опасность представляет явную, поскольку оставить её без внимания затруднительно.

Всё это приёмы, провоцирующие на эмоциональную вовлечённость и снижающие самоконтроль. Любой из этих приёмов задевает тебя на эмоциональном уровне, и естественно, что от этого страдает твоя психологическая защита. А раз это уже произошло, то в этот момент тебе уже не до оценки ситуации, установления причин конфликта и пр. Люди могут провока-

тивно вести себя по разным причинам и с разными целями. Но так или иначе, спровоцировав реакцию, им легче тобой манипулировать. Чтобы адекватно воспринимать конфликтогены, оценивать, насколько они угрожающи и реагировать правильно, нужна моральная подготовка. Поэтому чуть дальше мы подробнее поговорим на эту тему. А пока коротенько остановимся на таком явлении как манипуляция.

Автор книги «Человек – манипулятор. Внутреннее путешествие от манипуляции к актуализации» Эверетт Шостром очень подробно излагает свою теорию о том, что люди делятся на манипуляторов и актуализаторов. Об актуализаторах мы поговорим в последней главе. А если коротко говорить о манипуляторах – это люди, которые эксплуатируют, используют и контролируют себя и других как «объекты» определёнными узнаваемыми способами. Рекомендую тебе почитать эту книгу, поскольку она описывает ключевые психологические проблемы современного человека. Но есть целое направление в психологии, которое рассматривает манипулирование не столько как проблему, сколько как мастерство, которым стоит овладеть. Оно известно как NLP (НЛП) – нервно-лингвистическое программирование. Техникам этого «программирования» охотно обучаются менеджеры, торговцы, пиарщики – в общем, разного рода профессиональные коммуникаторы, вплоть до жуликов. Рекомендую тебе ознакомиться с этими техниками хотя бы потому, что владение информацией делает тебя в свою очередь технически оснащённой. Но нам в данном случае стоит отметить те техники, которые могут быть использованы против тебя для получения психологического преимущества. Позволь коротенько упомянуть, что делает манипулятор:

**Изучает объект манипуляции.** Чем лучше объект изучен, тем большее влияние на него можно оказывать. Помимо получения фактической информации, он умеет «считывать» психологическую информацию. Для этого манипулятор применяет техники, позволяющие продуктивно наблюдать, «погружаться» в объект, подстраиваться под него и т. д. В результате он понимает, какие ходы ему делать, чтобы манипулировать реакциями и заставить свой объект действовать в выгодном для себя направлении.

**Сохраняет хладнокровие.** Он знает, что людей часто захлёстывают чувства и эмоции. Он и сам такой же человек, но когда перед ним стоит задача, он «отключает» собственный эмоциональный фон, чтобы без помех достигать своей цели. Но в отличие от актуализатора, который достигает своей цели, опираясь на собственную правоту и не боясь собственной горячности, манипулятор предпочитает действовать с «холодной головой».

**Провоцирует на эмоциональную реакцию.** Легче всего манипулировать, играя на человеческих эмоциях и потаённых струнах. А человек, растревоженный таким способом и выбитый из эмоционального равновесия, особенно уязвим. По контрасту, хладнокровный манипулятор ощущает своё преимущество.

**Подавливает.** Этот термин часто употребляется в контактных видах спорта и боевых искусствах. То есть, манипулятор находит такую пристройку и использует такие приёмы, чтобы начать доминировать, наносить удары и заставить почувствовать партнёра слабей себя. В основном имеются в виду приёмы психологического прессинга.

**Активно использует «слабые места» и «точки уязвимости».** Они могут быть связаны не только с эмоциональностью, но потребностями, личными особенностями и целями объекта манипуляции. Это очень важная тема в разговоре о вербальном боевом искусстве и воспитании бойцовских качеств, поэтому давай подробнее остановимся на ней.

### **В каких случаях ты особенно уязвима**

Люди, с которыми мы неизбежно вступаем в столкновение или даже в мирные переговоры, конечно, не хотят проигрывать, а хотят побеждать, по крайней мере самоутвердиться. А если они этого хотят, и особенно если конфликт запланирован, то они наверняка будут использовать манипулятивные техники и даже запрещённые приёмы. Всё предусмотр-



реть и предупредить заранее невозможно. Но тебе стоит знать, на что они могут давить в каждом конкретном случае. В приведённых примерах я не буду рассматривать типичные для бизнеса ситуации, поскольку это в большой степени игра. Давай обратим внимание на те уязвимости, которые могут быть у тебя лично.

**Зависимость.** Зависимость и уязвимость – в известном смысле синонимы. Мы всегда уязвимы перед теми, от кого зависим, и это логично. Но только зависимость имеет разную природу. Например, есть зависимость от работодателя, потому что он как взял на работу, так может и уволить. Есть зависимость такого рода, что для неё больше подходит определение «лояльность»: чрезвычайная личная значимость и авторитет определённого человека, вразрез с интересами которого тебе претит идти. Есть зависимость от собственных целей и планов. Любой род твоей зависимости умному и компетентному оппоненту заведомо известен, а если оппонент – манипулятор, ему достаточно одного грубого приёма, чтобы одержать победу.

**Страх.** Есть безапелляционное утверждение, что если ты боишься, ты не просто уязвима – ты обрекаешь себя на проигрыш. Однако страх страху рознь. Можно бояться совершить прыжок, потому что у тебя страх высоты, можно бояться наступить на грабли, потому что однажды ты уже расшибла так лоб, можно бояться остаться без работы, потому что у тебя семья и финансовые обязательства... Если даже поверхностно тебя изучить, то без труда можно обнаружить страхи, которые делают тебя уязвимой. Но наиболее коварны те страхи, в которых ты не отдаёшь себе отчёт. Например, страх не достигнуть желаемого, не реализовать то, что психологи называют «сверхценной идеей». Эти идеи у каждого свои, они меняются, но каждый раз воспринимаются как главный на данный момент смысл жизни. Любая сверхценная идея вызывает сильные психические переживания. Но когда идея владеет тобой, она застит тебе глаза, делает твоё восприятие болезненным и неадекватным. Страх, что всё пойдёт не так и не получится, очень коварен и очень мешает реальному достижению цели. А страх, что «опять не получится» имеет глубинную психологическую природу и может постепенно развиваться в синдром хронического неуспеха: это когда человек подсознательно ориентирован на неудачу и потому выбирает наихудший вариант поведения и развития событий. Достоинно сочувствия, но так бывает.

**Неуверенность в себе.** Понятно, что если ты не уверена в себе «по жизни», страдаешь от мучительных комплексов и двух слов связать не можешь, то ты не просто уязвима, а беззащитна. Если ты хочешь стать воином, тебе предстоит титаническая работа над собой. Возможна неуверенность, которая связана с твоими глубинными личностными проблемами и опять же страхами. Думаю, она сидит в каждом мыслящем человеке. Но поскольку глава у нас тематическая, то здесь имеется в виду ситуация, когда в глубине души ты знаешь, что находишься не на своём месте (не соответствуешь занимаемой должности, ошиблась при выборе профессии, некомпетентна в обсуждаемом вопросе вопреки заведомым ожиданиям и т.п.). Тогда те, кто хочет на тебя воздействовать, в своём праве, и различаться будут только методы.

**Неуверенность в своей правоте.** Вообще, согласимся, что правота и неправота – понятия диалектические. В данном случае я имею в виду ситуацию, в которой именно ты не ощущаешь себя безусловно правой. В такой ситуации ты можешь оказаться из-за личных качеств, среди них: пониженная самокритичность, нетерпимость к недостаткам и свойствам других, негативные предубеждения к отдельным людям или группам, несдержанность, склонность к агрессивному поведению, склонность командовать и подчинять себе других в неуместной ситуации, упорство в плохих привычках и пороках, корыстолюбие, эгоизм – список можно продолжить. Очевидно, что если ты не права и не извиняешься, ты провоцируешь негативное отношение к себе и конфликты. Более того, совесть никто не отменял, и она может так глодать тебя, что никаких врагов не надо...

Неправоту можно рассматривать и как силу стремления к достижению односторонних выгод. Почему выгоду из ситуации должна извлечь только ты или твоя сторона конфликта?

Если на этот вопрос нет убедительного ответа, отрицательное отношение неизбежно, а вслед за ним и столкновение с целью установить справедливость.

**«Звериный серьёз».** Это фигура речи: на самом деле серьёзности зверей и их поведению для достижения цели нам стоит поучиться. Мы и учимся, например, когда осваиваем боевые искусства – дисциплина и концентрация несовместны с хиханьками-хаханьками, а реальный бой – со светской добродушной болтовнёй. Но в данном случае имеется в виду не совсем адекватное отношение к себе, которое вносит искажение в восприятие окружающего мира. Если ты чрезмерно серьёзно относишься к себе и к тому, чем ты в данный момент занята, если болезненно реагируешь на любую критику, повсюду подозреваешь козни против тебя лично и не способна к самоиронии, – согласишься, это не совсем адекватное состояние. Ты демонстрируешь другим, что всё время находишься в состоянии непонятной борьбы непонятно с кем и за что. А бывает и понятно: тебе нужно напитать своё «эго» любыми способами. Это не просто делает уязвимой тебя, но бывает крайне неуместно, мешает другим и служит фактором, провоцирующим проблемы.

**Раздутое самомнение и гордыня.** Они не всегда существуют в тандеме, потому что приступы гордыни могут быть вызваны разными причинами. Но чаще всего это, конечно, взаимосвязано. В отличие от «звериного серьёза», раздутое самомнение и гордыня могут быть присущи вполне адекватным и самоироничным людям. Другое отличие в том, что чрезвычайная серьёзность, когда она уместна, может работать на достижение поставленной цели и способствовать победе. «Наше дело правое, враг будет разбит». А вот такие черты как непомерные амбиции, тщеславие, высокомерие и т. п. имеют отношение только к «эго» и обслуживают только его. Если тебе эти черты свойственны, знай, что ты – просто находка для манипуляторов и недоброжелателей, они всегда и с удовольствием будут тебя использовать в качестве мишени манипулятивного воздействия.

## **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.