

A woman with long, flowing blonde hair is seen from behind, walking away into a sunlit forest. She is wearing a dark, sleeveless dress. The scene is bathed in warm, golden light, with sunlight streaming through the trees and creating a hazy, magical atmosphere. The ground is covered in green moss and small flowers. The overall mood is serene and ethereal.

ЭФИРИЯ

КОГДА МАГИЯ НЕ НУЖНА

Ксения Шардт

Ксения Шардт

Эфирия – когда магия не нужна

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70368619

SelfPub; 2024

Аннотация

Книга – активатор к действию. Автобиография, основанная на реальных событиях недавних дней. Современный искрометный юмор автора задает позитивный настрой и мотивацию читателю. В книге описан путь и сложности, которые, в итоге, привели к реализации жизненной миссии и того самого предназначения, так сильно желанного для каждого современного человека. Книга будет полезна каждому, как посыл к действию, где главной идеей является то, что путь формируется только тогда, когда ты начинаешь по нему идти.

Содержание

Страх	4
Моя любовь	8
Английский	11
ЗОЖ	13
Прогрессивность	15
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Ксения Шардт Эфирия – когда магия не нужна

Страх

Белый свет, яркий белый свет. Почему-то я помню момент своего рождения... странно, может быть, просто придумала. Но как только психологи просят меня рассказать детство, я начинаю именно с этого момента, что часто шокирует людей. Только сейчас, пока я пишу эту книгу поняла, что в момент рождения я почувствовала неопределенность и сильный интерес к новому состоянию, именно так люди часто описывают состояние перехода и трансформации. Дальше было много осознаний, работы со страхами и проживания сложных моментов. Раньше я не любила свое детство, воспоминания поднимали много боли, но сейчас я тотально приняла и прожила, поняв зачем это нужно было пройти.

Первый раз я почувствовала сильный страх, когда меня привели в бассейн детского сада. Вокруг все зеленое, мутное, как в фильме ужасов... И мне нужно было принять решение: нырять или не нырять. Все же решилась. Бассейн от этого не полюбила и после этого «опыта» не плавала до де-

вяти лет.

Но в тот момент, когда я стояла на кромке бассейна, что-то произошло в моей голове. Я почувствовала гордость за принятое решение. После этого меня было уже не остановить, как говорят теперь мои собственные дети.

Итак, с детства я начала чувствовать или не чувствовать отклик тела на те или иные события: воспитатель заставляет съесть манную кашу с комками... сохраняя дипломатичное лицо, я незаметно складывала кашу в карман и с неизменно спокойным видом показывала пустую тарелку.

В моей детской реальности нужно было самостоятельно собраться в детский сад, пока у бабушки с дедушкой пере-сменка (дед приходил с ночной смены, бабушка уходила с утра на завод). Я выбирала надевать колготки, а не сидеть и реветь. Хотя именно с тех пор я ненавижу колготки, выбираю не носить, их просто нет в моем гардеробе. Даже будучи малышкой, я понимала, от слез не будет никакого результата, тем более дед любил меня больше всех на свете, и я с радостью ждала его, так как он реально не заставлял меня ничего делать без моего желания. И это открывало мне свободу.

Вы спросите, где в это время были мои родители. Я долго проживала тему того, что они мало проводили со мной времени в детстве, но потом повзрослела, приняла и стала благодарна им за это, что они реально жили свою жизнь. И позже они появятся на страницах этой книги тоже.

Я росла, для меня сложности возникали лишь тогда, когда

я не могла влиять на ситуацию или мне не оставляли выбора... И это для меня стало ключевым моментом, который мы с вами обсудим в этом необычном повествовании, написанном для того, чтобы вернуть вам, читателям, веру в себя.

Надеюсь, когда-нибудь по мотивам этой книги снимут фильм, ну или хотя бы модный сейчас рилс.

Кстати, у меня нет цели описывать здесь подробно всю свою жизнь. Ведь это моя первая книга, дайте мне шанс на написание нескольких. Итак, пишу и понимаю, по правде сказать, моя жизнь похожа на блокбастер. Уфффф оочень насыщенная.

Но вернёмся к теме нашего разговора и сразу перейдем к делу. В моменты, когда сама принимала решение, я чувствовала себя очень круто и уверенно. Даже в четыре года, выбирая мясное детское пюре, вместо дурацкой манной каши в детском саду, которую я в итоге возненавидела за то, что мне просто не давали выбора в еде.

Впервые я потеряла свою силу, когда на даче, в деревне, на моих глазах местные избили деда. Это были лихие 90-е с алкоголем, наркотиками и вседозволенностью. Было реально страшно наблюдать за людьми. С тех пор я поняла, что алкоголь и те состояния, которые он «дает» людям – зло. Я четко осознала, как я хочу, а как не хочу жить.

На фоне всего происходящего в мире и окружении, мой папа показывал мне очень крутые жизненные примеры, когда ребенком брал с собой в рабочие командировки. Я нико-

гда не видела его пьяным и это тоже вырастило во мне мощную опору.

Он был предприниматель и очень классный коммуникатор. Благодаря ему в двенадцать лет я оказалась в США, присутствовала на переговорах, ходила с ним на встречи в рестораны и видела, как он делает выбор, принимает решения и общается с людьми. С того момента я мечтала иметь собственный бизнес и следовать по стопам отца. Но в эти же двенадцать лет я снова потеряла свою силу и не могла ее вернуть еще долго после.

Мой папа погиб в автокатастрофе. С тех пор я не люблю скорость, хотя напрямую с моей сегодняшней жизнью это не связано. Подсознание все связало само.

Я была обесточена и очень быстро повзрослела, вернее взяла на себя роль взрослого человека. Мам, прости, но мне нужно это написать, люблю тебя и благодарна за твой вклад в меня. С двенадцати лет я почувствовала, что я осталась одна, совсем одна. Пишу это и рыдаю в голос, болит до сих пор. Я так долго собиралась рассказать свою историю, и начав писать, убедилась, что после прочтения, моя и ваша жизнь уже точно не будет прежней.

Цель этой книги – сделать каждого сильнее. Научить превращать травмирующие события в свое развитие и открытие собственного потенциала.

Моя любовь

Любимая шутка моих бывших одноклассников: «Ты что, до сих пор с Т.»?

И да, с тринадцати лет я в отношениях с одним и тем же мужчиной. Даже не так, никаких других любовных отношений у меня не было. Когда я была совсем молоденькой, над мной даже подшучивали. Когда я родила детей, уже завидовали. Сейчас удивляются, но не все.

Кстати, сейчас открою вам тайну, подсознательно, я выбирала себе партнера через его родителей, т. е. я выбирала семью. Помню, как в этом возрасте я анализировала, какой мне нужен муж. И самое главное, какая у меня будет семья. О том, что это был чистой воды анализ и маркетинговое исследования я, конечно, узнала позже. Но все опять сводилось к вопросу выбора.

Любовь, расставания, слезы, все было по полной программе. Просто есть одна большая деталь: в одних и тех же отношениях я нахожусь двадцать пять лет. Если вы когда – ни будь имели долгие, очень долгие отношения, то наверняка понимаете, о чем речь. У любых отношений должна быть эволюция. Причем революции там тоже встречаются и выход из отношений происходит в случае, если у душ, участвующих в процессе, нет задачи на протяжении долгого вре-

мении быть вкладом друг в друга. Все мечтают об идеальных отношениях, но это иллюзия, их не существует, вернее, для каждого своя идеальность.

И в итоге, сквозь бури и грозы эволюционирования наших с мужем отношений я поняла одно. Если вы находитесь в поиске партнера, первый и ключевой вопрос, очень банальный, но честный: готовы ли мы будем прожить вместе сто восемьдесят лет.

Если Ваш ответ: “Не знаю”, если у вас возникает хоть доля сомнений, то есть шанс, что вы где-то друг другу врете. Хотя, это моя личная позиция, я любитель долгосрочного партнерства. Я сильно радуюсь, когда встречаю пары, а сейчас все больше таких в моем окружении, кто в отношениях более пятнадцати-двадцати лет. Честно, меня это вдохновляет. Наверно поэтому мне очень Ок жить сейчас в мусульманской стране.

Вообще семья – для меня главная ценность и идея. Семья как долгосрочный, лайф лонг ластинг проект (с английского «Длящийся всю жизнь») вдохновляет меня больше всего. И когда стала заниматься эфирными маслами, я четко поняла, что для меня это инструмент, созидающий и объединяющий людей.

В своих отношениях мы, люди, проходим множество уроков и эволюционируем, при условии, конечно, что этого хотят обе души. На эту тему написано уже множество книг и умных изречений по поводу того, что партнер нам дается для

роста и развития себя. И если с этим не спорить, а принять как истину, доверившись мудрости Вселенной, создателя и себя, то в конце концов, все становится супер просто и легко, кроме одного фактора – внешняя среда.

Она будет постоянно подкидывать тебе уроки для прохождения и миллиард раз тебе будет сложно понять, куда это тебя ведет. К эволюции или к революции. Короче, я топлю за то, что ты не можешь не чувствовать на 1000 % твой это человек или не твой, с самого начала. Если сомневаешься, ты не сомневаешься, а возможно не честен с собой и идешь за выгодой: материальной, жертвенной или еще какой. Надеюсь, вы не запутались в моих мыслях и осознаниях? Я любитель порассуждать, ничего не поделаеть.

Для меня муж – мой Бог, мужчина, коуч, учитель, друг и партнер в одном лице. Не обольщайтесь, это не всегда просто и позитивно, но это определенно выбор. Для меня брак – это когда люди усиливают друг друга, не паразитируют, а являются безвозмездным вкладом в развитие друг друга. Находясь в уловках ума, люди ищут идеального человека, но фишка в том, что идеальными вы становитесь друг для друга в процессе совместной жизни. Более того, в объединении двух умов и тел заложен смысл и продолжения рода, и это не что-то новое, это принцип эволюции человечества, существующий тысячами.

Английский

Большую роль в моей жизни, и сейчас важно это сказать, занимал английский язык. Кстати, если вам кажется, что я скачу с темы на тему, то знайте, сейчас я описываю кусочки пазла и в конце вы поймете, как это составит единую картину. И вы научитесь так же, составлять собственную картину мира самостоятельно.

Итак, про английский. Я не училась в специализированной школе, но Бог точно вел меня к чему-то мощному. В семь лет, поступая в школу я не умела ни читать, ни писать, но каким-то волшебным образом, в средней школе с очень смешанным уровнем жизни и базовых знаний детей, я прошла аудирование, где отбирали детей в маленькую группу из семи человек для углубленного изучения английского!

Для меня это было невероятно интересно. Только ради этого я готова была ходить в школу. Было ощущение, что я знала этот язык и просто вспоминаю его. И как же кстати были гастроли с «театром ледовых миниатюр» (фигурное катание) на чемпионат мира в Бельгию среди других таких же театров. Кстати, в тот год мы заняли второе место в Мире. Мне было девять лет.

Я благодарна родителям, что они отдали меня на фигурное катание в четыре года, а тренировки проходили на другом конце города и в детский сад я ну никак не успевала.

К сожалению, но не моему. Жаль, что кроме «рабочих» командировок, у меня не было опыта поездок в отпуск с родителями вместе. Зато я понимаю теперь, как важно было им отдыхать вдвоем. В общем Испанию и Турцию, как вид семейного отдыха, я познала, лишь родив своих детей. Свой отпуск в детстве я проводила в заброшенной деревне Брод Березовского района Пермского края, в конце географии. В месте невероятной красоты, на берегу реки, в окружении гор и изобильных лесов.

В последнее время, образ тех мест приходит мне все чаще. Даже вчера, находясь в медитации, я увидела свой Дубок, который посадила сама тридцать лет назад. И подумала, наверное, он вырос, стал мощным и ждет меня до сих пор.

В детстве, я умела занимать себя сама: записывала кассеты с лицензионных дисков, которые папа привозил из множественных командировок. И слушала песни Мадонны, Аэросмит, Джорджа Майкла, Битлз. Таким образом за лето я прокачивала свой английский и из деревни приезжала с отработанным американским диалектом. Думала ли я тогда, насколько мне это пригодится во взрослой жизни? Нет. Но, видимо, вселенная знала, куда меня вести.

ЗОЖ

В деревне мы ели все натуральное, я даже сама доила корову, чем жутко горжусь по сей день. Телевизор там не ловил, но бабушка умудрялась настроить антенну на «Санту Барбару» и «Богатые тоже плачут». И мы обе упирались в экран размером двадцать на двадцать сантиметров и смотрели эти гениальные сериалы в черно-белом мутном качестве с рябью и шипящим звуком. Тогда я думала, что это самое скучное время, в моей жизни. И моя основная цель поездок в деревню была – приглядывать за бабушкой и дедушкой. Но, честно говоря, сейчас я понимаю, что это было лучшее детство, которое я могла бы себе пожелать. Я научилась колоть дрова, пасти коров, снимать с тела клещей, различать травы, варить суп из полыни, мыться всего пару раз в неделю в бане и строить эти бани (да-да, у нас было несколько бань, их постоянно поджигали местные пьющие жители и мы просто строили и строили новые).

Теперь отматывая назад, я понимаю, что в общем-то с этого возраста, у меня и началась тема ЗОЖ. В город я возвращалась очень радостная, каждой клеткой ощущая цивилизацию. Родители из отпусков привозили крутые вещи, и я была сверх модной девчонки.

ЗОЖ остался со мной несмотря на то, что деревня и детство остались в воспоминаниях. Это один из кирпичиков в

фундаменте, который заложила я и мои родные давным-давно. И это точно не было зря.

Прогрессивность

Большое влияние на меня оказала американская культура, еще до появления самой моды на все американское, ведь жила я в Перми и до нас все доходило гораздо позже. Но папа ездил в разные командировки. Его партнеры жили в Германии, Азербайджане, Москве и США. Каждый раз из этих поездок, папа привозил мне игрушечную обезьянку. Это был наш символ. Причем самых разных размеров – однажды потребовалось оплатить даже отдельное место в самолете, чтобы везти одну из таких игрушек. Так у меня накопилось больше тридцати обезьян и даже, когда папы не стало, я чувствовала его любовь и глобальный смысл в каждой из этих вещей. Это, как если бы любовь можно было измерить, чем-то физическим, когда ты ребенок, ты видишь это и можешь даже обнять.

Хочу сказать, что мой папа был нереальным крутаном, как сейчас модно говорить. Каждый раз из своих поездок он привозил сверхсовременные вещи: музыкальные диски, одежду Кэлвин Кляйн, кроссовки Рибок... в то время в Перми это казалось чем-то нереальным.

Однажды нас даже ограбили, забрав всю эту роскошь. Это звучит страшно, но история была супер детективная. Итог ограбления был, самый непредсказуемый. Это простимулировало наш переезд в новую квартиру за один вечер. Квар-

тира была давно готова, но переезд все откладывали. А все богатство было в старой квартире с очень хлипкой дверью. И находилась она на втором этаже хрущевки, окна которой выходили на крышу магазина. В общем, заходи и бери.

Самое интересное было то, что украли все, кроме моего «золота». Золотом я называю маленький кошелек с монетами из разных стран, которые я собирала. Парой сережек, золотым кольцом низкой пробы от одной из моих бабушек и еще несколько безделушек. Секрет в том, что я спрятала свою сокровищницу хорошенько и потом жутко этим гордилась. С тех пор я люблю припрятать что-нибудь ценное куда-то подальше. Еще одним важным элементом моей прогрессивной части детства были мультфильмы Дисней, а особенно Алладин. Папа оперативно поставлял мне видеокассеты с новыми сериями и в итоге у меня собралась полная коллекция.

Как я уже писала ранее, в двенадцать лет я посетила США с папой. Это была рабочая поездка, и, честно говоря, я до сих пор помню практически каждый день и каждую деталь тех невероятных недель. В аэропорту я смело и свободно договаривалась о покупке билетов и видела, как гордится мной папа, ведь его английский был намного хуже моего. У папы это была пятая или шестая поездка и я чувствовала, что он хочет показать мне весь мир.

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.