

НАТАЛЬЯ ВОЛОХИНА

Что почитать?

КАНАЛ НА ЯНДЕКС. ДЗЕН —
ЛУЧШИЕ МАТЕРИАЛЫ

voloxina.ru



Наталья Волохина
Что почитать? Канал
на Яндекс.Дзен –
лучшие материалы

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42350002

ISBN 9785449665706

Аннотация

Интересные, информативные, самые популярные публикации авторского канала «Что почитать?» на Яндекс. Дзен. Интервью, фрагменты из произведений, статьи по психологии, эзотерике, самопознанию, саморазвитию, воспитанию. Автор – психолог, писательница Наталья Волохина. Переходите на канал, читайте, подписывайтесь.

Содержание

От автора	5
Люди	6
Жизнь после смерти. Возвращенцы	6
Атаман	9
Книгоноша	12
Невозвращенцы	17
Художник	17
Неутилизируемый мусор	21
Уже не обезьяна, но еще не человек	23
Третий глаз	25
Конец ознакомительного фрагмента.	28

Что почитать? Канал на Яндекс.Дзен – лучшие материалы

Наталья Волохина

Фотограф фотографии с <https://pixabay.com/> по лицензии
CC0.

Оформление обложки Наталья Волохина

© Наталья Волохина, 2019

© фотографии с <https://pixabay.com/> по лицензии CC0.,
фотографии, 2019

ISBN 978-5-4496-6570-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

От автора

В сборнике размещены публикации с авторского канала «Что почитать» на Яндекс Дзен: статьи, рассказы, отрывки из произведений, интервью. Некоторые из них набрали больше миллиона дочитываний (полное прочтение текста, не путать с просмотрами) и сотни тысяч отзывов.

Не скрою, множество жарких дискуссий содержат не только положительные отзывы, но и жесткую критику. Обычно заданная тема сопровождается художественным отрывком, в качестве иллюстрации. Я разместила здесь по тому же принципу некоторые из них. Для удобства разделила на тематические разделы и дала ссылки на публикации и канал.

Думаю, очень удобно. Можно перейти к заинтересовавшей теме, поучаствовать в обсуждении и прочесть что-то ещё.

К сожалению, трудно охватить весь диапазон тем, поэтому, если станет интересно, переходите на канал.

С Уважением, Наталья Волохина.

Люди

Жизнь после смерти. Возвращенцы



Принято считать, что небытие, скрытое завесой тайны, включает в себе что-то чудесное, в земной жизни для человека непостижимое и малополезное. Ну, есть там что-то такое или нет, нам то что. Разве только любопытно. Верующий человек представляет себе райские кущи или адское пламя, агностик уверен, что мир полностью познать невозможно и незачем искажать его представлениями, атеист убежден

в окончании жизни с гибелью физического тела. Все вышесказанное на уровне предположений и представлений.

Я, человек практический, работающий много лет с тонкими материями человеческой психики, с «тем светом» познакомилась непосредственно через практиков – путешественников в небытие – людей, переживших клиническую смерть. Но, как целителя человеческих душ, меня больше интересовало не устройство потустороннего мира (в свое время сама все узнаю), а причина возвращения и результат перемещения. Зачем и по какой причине человеку дается шанс вернуться в земное бытие? Какая трансформация происходит с ним во время путешествия в «загробный мир», за смертельную черту? Как меняются его ощущение жизни, цели, желания.

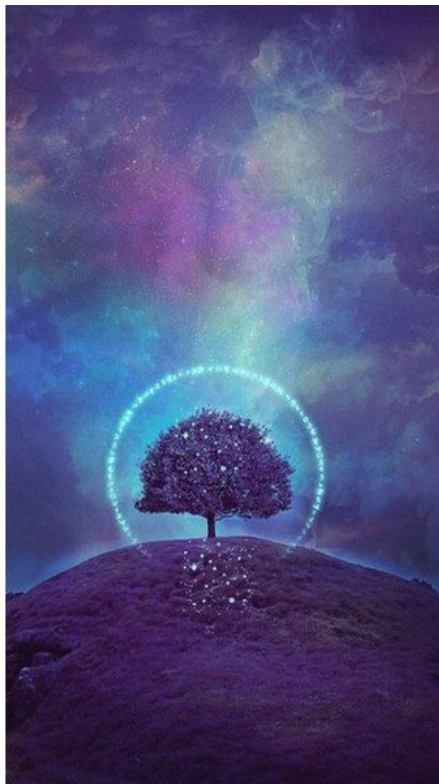
Анализируя свои записи о «возвращенцах», я сделала вывод, что почти все они свой новый шанс использовали во благо, не только себе, но, в первую очередь, другим людям. Говорят, что смерть открыла в них невероятные способности. Но я считаю, что они есть у каждого, только для того, чтобы их использовать, почему-то надо обязательно умереть. Пережив смерть, осознав бренность бытия, пустоту и никчемность суеты, условностей, люди начинают ценить главное – жизнь, человека, любовь, веру. И оно становится смыслом их жизни. С возвращенцами легко. Они сразу видят суть,

не отвлекаются на пустяки, но самое замечательное, сразу действуют, потому что ценят быстротечное земное время.

Назвала я цикл «Записки душеведа». Надеюсь, со временем они станут книгой. А для вас сегодня в подтверждение своих мыслей опубликую несколько историй возвращенцев и невозвращенцев. Да, такие тоже бывают. Я определила этим термином тех, кто знает, что скоро умрет, осознает причину ухода, но ничего не хочет менять. Обычно реальный выбор уходящего изменить невозможно. Он уверен, что с переходом кончатся все его страдания, разрешатся все неразрешимые ситуации и вопросы. Если бы! Но никакие увещевания, рассказы о том, что за порогом смерти все может только начаться, не действуют. И дело тут не в религии или вере, а в стремлении удержать иллюзию глобального, окончательного облегчения, в полном отсутствии интереса к себе, людям, жизни и полном отсутствии желания этот интерес искать. Приговор вынесен окончательный и обжалованию у Творца он не подлежит. Потому шансов на возвращение не получают.

Вот, пожалуй, и всё. Остальное каждый осмыслит сам, сделает свои выводы и свой выбор. Любопытные имеют возможность почитать на другие интересные темы.

Атаман



Эти возвращенцы обычно знали, зачем вернулись.

Атамана привезли ко мне, как испорченный овощ на свалку. Сгрузили и умыли руки. Громадный мужик после двух инсультов, с ограниченной подвижностью, частично восстановленной речью, списанный докторами с диагнозом «постинсультная деменция» (приобретенное слабоумие, маразм).

Когда начал внятно говорить и самостоятельно двигаться, мы с ним запели. Как стал материться на тренажерах и в репертуар вошли удалые казачьи песни, реабилитация двинулась полным ходом. Тогда и рассказал.

– Я ж помер, та ожил.

– Клиническая смерть была?

– Ото ж. Эх, мама, ты знаешь, я никого не праздную, тебе одной скажу. Что я там пережил, за всю жизнь такого страху не було.

Сразу тёмно стало, должно, insult самый, сознание потерял, а после летел на свет, как через трубу какую. А куда прилетел, там серое все, мабуть сумерки, та противные такие, шо на душе кошки скребуть. А кругом, сколь видать – ничего, только небо низко-низко и серый тот свет, противный. Ну, что ж, я пошел. Куда идтить не знаю, чую только, шо надоть. А под ногами земля мягкая, як замазка, и тож серая, ноги проваливаются. Присмотрелся, мама, ото ж мясо, плоть человечья. И ни бочком, никуда ни стать. Везде она самая. Пошел, куда деваться. А на душе такая боль и тяжесть, хуже того свинцового неба. И тут я понял, что буду так идтить вечно, не то шо долго, всегда. И эта невыносимая тос-

ка, ну, просто нечеловечья, она всегда со мной будет, вечно. Понимаешь ты, всегда и без конца! Ну, вот всегда и усё. Я уж думал, что мне хуже и быть не может, но, как такое понял, совсем неумоготу стало, такая тоска взяла, хоть снова помирай, а чую, больше разу помереть не получится. Хотел кричать, выть – голосу нема, плакать, та и слез немае. И как скрутило меня у жгут, та и снова через трубу полетел.

Очнулся в палате, дочка коло меня сидить. Увидала, шо я глаза открыл, заплакала. И я ж заплакал, должно, первый раз после полвеку. Силюсь ей сказать: «Доча», – а не могу, язык не слушается. Я ж её дочей с пеленок не называл, усё Ирка, да Ирка. А сынок помер, тож слова ласкового от меня не слыхал. Как же, усе думал, дурак, детей в строгости держать надо. Жинка от одного взгляда моего тряслась, усохла уся со страху, усе болеет. А какая красуля была молодкой, ой, мама! То ж усё я их застращал, замучил. Все гаркал, та и поколачивал, учил время от время, сатана. Баба, она свое место должна знать. От же дурень! А теперь шо? Сколько времени щё господь отпустил? Кто знает? Я, как на том свете тоску смертную почуял, понял усё.

– Что понял?

– Усё! Как жить надо було и что жизнь про... л к такой матери.

– А ты зачем вернулся?

– Ты ж знаешь, умна девка. Ясно зачем – любить.

Он уехал и через десять дней вернулся на повторный курс,

уже сам за рулем машины.

Похохатывал басом, зыркал на бабенок черным игривым глазом, рассказывал, как соседи и родня ходят на него смотреть, как на воскресшего Лазаря.

– Ото ж и есть – воскрес. Думали, куттю есть, а я им вина домашнего налил. Чего, толкую, на наследство рты раззявили, та и не обломилось. Мама, ты бы на их морды подивилась, точно ожившего покойника увидали.

Потом один на один рассказывал:

– Я усе жене та и дочке отписал, внучек домой привез. А то ж дом большой, та и пустой. Веришь, мама, первый раз в жизни девчушек по голове погладил – слеза пошла. А хорошо на душе стало, тёпло.

И уже громко, уверенно, командным голосом продолжил:

– Я тут под домом магазин затеял. Та-а-ак. Еще повоюю. Я ж атаман походный.

– Ты же инвалид, маразматик, – пошутила я.

– Кто инвалид, я инвалид?! Не дождётесь. Я еще, може, сына рожу! – загремел он.

И тихонько добавил:

– Щё ручки – ножки ему нацелую, за всю нецеловальную жизнь свою, нацелую. Ото ж.

Книгоноша

Алексей, хоть и технарь, читал запоем с самой школы.

В Перестройку, когда завод его выбросил, спасло умение добывать книги. Старые московские книгочеи связали с нужными людьми, и стал инженер книгоношей. Возил из столицы под заказ драгоценные книги, о которых раньше только слышали и мечтали, неслыханные эзотерические и расхожее чтиво. Сложился круг заказчиков, «сарафанное радио» его вырастило. С развала на земле да на столе перебрался под крышу, в уголок, потом в комнатку, вскоре занимал целый этаж в престижном, проходном месте. Уже не справлялся один, приятеля в помощники взял. Наладилось, закрутилось, вроде, само по себе.

Вздохнул свободно, наелся, отъелся, все попробовал – «адидасы», цепи, барсетки, машины, путешествия, бани, девки, жене цацки. На все потратился, а деньги все есть и еще прибывают. Книжный голод тоже в любой момент утолить можно. Что делать, чего хотеть, куда бежать? В неё, горькую. Поначалу, конечно, для форса, пил «Наполеон» да «Сангрию», а потом «Смирнов» и даже «Рояль» в ход пошел.

Уснул однажды с сигаретой (классика жанра) и костюмчик спортивный, «паленый» – синтетический, сплавился, к телу прирос. Ожоги несовместимые с жизнью. Тут денежки и пригодились – на ожоговый центр. Денежки тут, Алексей там – в коме.

– Пролетел я через трубу, – рассказывал он мне, – серую, полупрозрачную, и очутился в доме каком-то, вроде барака. Подходят ко мне два парня, один белобрысый, другой чер-

нявый. «Пойдем, – говорят, – мы тебя проводим». Пошли. По обеим сторонам коридора сплошь двери. И чувствую я, что за ними кто-то есть, хоть и не слышно ничего. Страшно, жуть. Откуда-то я знаю, что в комнатах люди мучаются, невыносимо страдают. И все никак не кончается ни коридор, ни ужас этот. Спрашиваю провожатых:

– Мне куда?

А брюнет отвечает:

– Куда хочешь, в любую дверь заходи.

Кто ж захочет в такую дверь? Я молчу, они молчат, и все идем да идем. Чую, не могу больше – что тут страшно, что там, решил, будь что будет, толкнул одну дверь и вошел. Оказалось, вышел, а парни там остались. И барак исчез. А передо мной девица явилась, цыганистая такая, красотка жгучая.

– Пойдем, – предлагает, – я тебя угощу.

Смотрю, вроде, рыночек – столы под навесами. Откуда взялись, только что пусто было? А на столах сладостей разных немеряно. Я таких и не видал никогда. Пить хочу, не могу, а кругом только сладкое и никаких тебе напитков. Деваха же так нахваливает, что хоть и жажда, а взял бы да попробовал. Только чую, нельзя ни под каким видом брать, не знаю почему, но нельзя, и всё.

Дошли до конца ряда она спрашивает:

– Точно ничего не хочешь?

– Нет.

Красотка и пропала, а я снова через тоннель полетел.

В нем понял, что значит, космическая скорость.

Очнулся, лежу в ванне – кровать водяная в ожоговом. Стена передо мной белая. Вдруг прямо из неё, как в кино, не поверишь, два мужика выходят, блондинистые, как тот парень из барака. Но он одетый был, а на этих только рубахи белые до колен. Подошли ко мне с двух сторон, встали и молчат. Потом один протягивает стакан:

– Пить хочешь?

– Очень хочу. Только взять не могу, руки не двигаются.

Он поднес стакан мне ко рту, я и присосался, будто с рождения не пил. А вода вкусная, холодная. Я пью, она всё не кончается, словно стакан бездонный. Он отнял стакан и у второго спрашивает:

– Хватит что ли?

Тот отвечает:

– Еще чуть-чуть.

Ну, я снова, как из титьки.

– Теперь хватит, – второй говорит.

Стакан и пропал. А они в стенку ушли. Я плаваю, сообщаю, не свихнулся ли часом. Но губы-то мокрые и желудок полный, да и весь я полный, будто кровь новую налили. Тут медсестра зашла, я окончательно убедился, что не брежу и не сплю. Сестричка, как увидела, что я очнулся, за врачами побежала. Врач толкует, мол, в рубашке родился, а кожа нарастет. Но я понимаю, что шкуру не зря с меня спустили, было за что. И на «экскурсию» не просто так водили. Только

я испытание выдержал: дверь нужную выбрал, ни на какие соблазны не покусился. Обожрался и так уже по самое не хочу, ясно дураку стало, что вкуснее чистой воды – жизни – ничего не бывает.

– Зачем же ты вернулся? Что делать теперь станешь?

– Я точно знаю, что – проводником буду.

– Куда, кого водить станешь?

– Таких же, как сам, потеряшек, чтоб не через трубу, чтобы здесь нашлись.

Алексей – защитник, оберегал пацанов наркоманов в центре реабилитации, как самого себя. Верили они ему, старались, чтобы он им поверил, вывел. Некоторые прошли. Даже если бы один, уже много.

Невозвращенцы



Художник

Привел его ко мне знойно – рыжий татарин Ильяс. Вдохновленный своим чудесным исцелением, он верил мне свято. Но я работать с художником отказалась.

– Почему?! Ведь ты можешь ему помочь! Только ты!
У живописца был рак.

– Я, возможно, могу, он не хочет.

Поверить в то, что «такой хороший человек» может добровольно отказаться от жизни, Ильяс не мог.

– Ну, что ты меня, как целку уламываешь? Друга своего уговори выбрать жизнь.

Тут я дала маху. Ильяс любое предложение, тем более мое, воспринимал как руководство к действию. Короче, все всех уговорили. Хотя с самого начала было ясно, что художник спрятался в болезнь, чтобы оправданно перестать рисовать. Под тем же предлогом, якобы, чтобы не мучить умиранием домашних, он съехал из семьи к старенькой маме, с которой в этой жизни развестись невозможно, и стал жить на инвалидскую пенсию, занимаясь исключительно своим лечением. Рак был, но упорно не метастазировал, значит, где-то, на полках творческого подсознания, завалялся повод для жизни земной. Его —то мы и искали. Нашли, отмыли, приодели, и тело послушно справилось с опухолью. Ильяс ликовал, заливался соловьем о новой жизни друга.

– Вот, видишь, без умирания справился. А ты не хотела за него браться.

– Не кажи гоп, – вяло парировала я.

Надо все-таки отметить, что художник был смелый парень. Даже порисовывать начал, на пенсионные деньги кистей красок подкупил. Но стресса снятия с инвалидности он вынести не смог.

– Это что, я теперь снова должен буду работать? – оша-

лел он.

– Разве не к этому мы шли? К тому, что ты снова станешь полноценным человеком, а он, как известно, сам добывает хлеб свой насущный, трудом праведным. Ты даже нашел, каким именно.

– Ну, я бы мог работать, а инвалидность-то зачем убирать? – растерянно бормотал творец новой жизни.

– Затем, что ты здоров. И чтобы чувствовал себя уверенно.

Бывший больной был подавлен. Не верил братец, что реально придется снова брать ответственность за свою жизнь.

– У меня температура! —обрадованно кричал он в телефон.

Трубку взяла его старенькая мама, в жизни, кроме меня, психотерапевтов не выдавшая, и с горечью поставила профессиональный диагноз:

– Не слушайте его. Он просто боится жить. Не хочет начинать все сначала.

Всем, кроме упертого татарина, все было ясно. С мощностью ядерного реактора он продолжал дело спасения: ссужал деньгами на первых порах, устроил на приличную работу, что по тем временам непросто, поддерживал, не давал падать духом и поднимать температуру. Художник вынужден был жить и не болеть.

Но тут Ильясов шеф забрал его в столицу. Им там самим такие нужны. Художник держался. Даже поговаривал

о возвращении в семью. Но однажды позвонил мне и радостно, гордо, как будто получил государственную премию за свои шедевры (замечу, непризнанным гением они никогда не был), сообщил, что у него снова рак, совершенно другой этиологии. Терминами профессиональный больной владел хорошо.

– Поздравляю, – совершенно искренне сказала я, – теперь у тебя снова есть то, чего ты хотел.

– Да, – тоже искренне, спонтанно брякнул он.

И сообразив, что выдал себя, смущенно замялся.

– Да, ладно, со мной можешь не притворяться. Зачем звонишь? Порадовать? Или, думаешь, снова буду спасать тебя?

– Нет, что вы! – испугался художник. – Я так, сообщить...

– Что прав в своем выборе. Не переживай, ты всегда прав.

Ильяса только жалко.

– Да, – снова искренне согласился он.

На похоронах восьмидесятилетняя мама художника сказала татарину: «А я смирилась. Я поняла, что он так решил. Значит, ему так лучше». Но Ильяс смириться не мог, не мог принять чужой выбор «не жить».

– Надо бы вернуть тебе деньги, что ты заплатил мне за своего друга. Но я тебя предупреждала – чужой выбор не изменить. Нельзя прожить чужую жизнь и чужую боль.

– Но я все же попробовал, – упрямо ответил рыжий.

Ох, не зря его вернули с того света. Может, чтобы давал шансы художникам своей жизни.

Неутилизируемый мусор

Включаться в жалость непрофессионально, не сможешь работать. Сострадание остается в подкорке, поэтому можешь делать все необходимое с полной отдачей. Но любой спец скажет вам, что и на старуху бывает проруха.

Моя проруха сидела передо мной в образе пятидесятилетнего красивого мужчины. И такой он был хороший, добрый, правильный, порядочный, состоявшийся, просто зубы ныли. А еще у него был метастазированный рак простаты четвертой стадии.

– Чего так поздно пришел? – отрешенно поинтересовалась я. В твоем состоянии ты можешь ждать от меня только душевного облегчения, а от себя только чуда. Но ты душевно спокоен, готов, а про чудо сам знаешь.

Долгое молчание.

– Знаешь, какое чудо тебя может спасти? – на всякий случай интересуюсь.

– Конечно, – просто отвечает чей-то принц, – любовь.

– Ну?

– Я не могу.

Молчу. Жду. Начинает оправдываться.

– Я женился по любви. А когда разлюбил, оставить не смог, это нечестно. Она мне доверяла, любила. Сын рос.

Вот и жил, как мог. Работал, завод мусороперерабатывающий построил. Сын выучился, женился. А я вот...

– А жена тебя все еще любит?

– Не знаю. Но как я могу её оставить, вдруг не найдет никого больше.

– Раньше надо было, может, и нашла бы. А теперь все равно придется оставить.

– Да, – вздыхает он с сожалением о жене.

– Ну, сделай чудо – вернись в любовь. Вдруг выживешь. Дай себе и ей шанс. Глядишь, и ей повезет – снова влюбится.

– А если нет?

– Значит, не судьба. После твоей смерти тоже может не получиться.

– Может, – уныло роняет он и вдруг взвизгивает – но зато я умру порядочным человеком.

– Ну, да. А если бы вдруг случилось невероятное – исцелился, ничего не меняя, что бы стал делать?

Задумался.

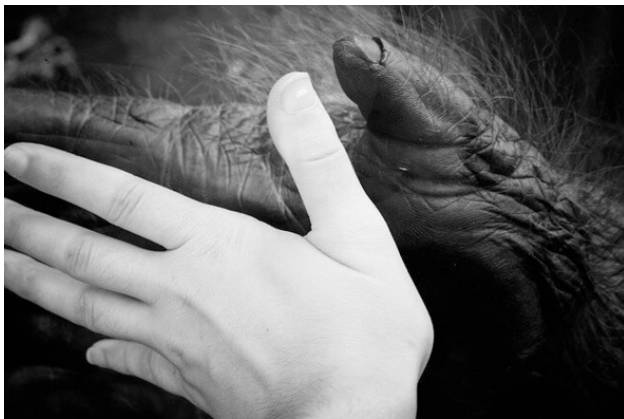
– Не знаю. Еще один завод построил.

– М-да, похоже, твой мусор в этой жизни не переработается.

Не обижается. Он все понимает, он замечательный, только несчастный от уверенности в своём выборе. Уходит. Уходит умирать. Я плачу. Ни черта не профессионально плачу.

Размещены главы из книги Н. Волохиной [«Жизнь после смерти. Возвращенцы»](#)

Уже не обезьяна, но еще не человек



У каждого из нас есть «крамольные» мысли и желания, но это не значит, что мы их реализуем. Не надо бояться быть «плохим», важно просто им не быть.

Означает ли наше сиюминутное желание «прибить на месте», что именно это мы стремимся сделать или сделаем? Нет, конечно. Просто мы сильно разозлились, да еще фигуру речи. Неконтролируемая агрессия обычно быстро переходит от слов к делу, а у самого «агрессора» море проблем. Осознанно стыдящийся своих «злых» мыслей или сорвавшихся в сердцах слов, вполне нормален и безопасен. Человек, управляющий своими спонтанными, опасными для окружа-

ющих и него самого эмоциями, желаниями и поступками, – сформировавшаяся, зрелая личность.

Но если человеку угрожает реальная опасность, не проявлять защитную агрессию противоестественно. Агрессия досталась нам от прародителей именно, как способ защиты и выживания. Отнять у слабого и съесть. Защитить потомство. Расширить территорию охоты.

Сегодня агрессия – это проявление активного недовольства условиями жизни, окружающими людьми и собой. Бесконтрольность – неадекватная реакция на один из вышеперечисленных раздражителей, особенно часто проявляемый при затянувшемся открытом или скрытом, внутреннем, неразрешенном конфликте.

Провоцирует, усиливает агрессию социальная среда, прессингующая слабых, формирующая нормы и привычки агрессивного поведения, как способ отношений и защиты. Например, школьный класс, спортивная команда, студенческая группа, живущие по законам стаи.

Часто гипер-агрессивный человек становится заложником своей проблемы. Агрессивное поведение делает его изгоем в коллективе, при затруднениях мешает решить проблему или поставленную задачу, угнетает чувством вины после необдуманных, неконтролируемых поступков.

Золотая середина – результат воспитания, самоконтроля, выбора созидательного действия.

Если часто срываешься и самоанализ не помогает, мож-

но попросить откровенную обратную связь от людей незаинтересованных, беспристрастных, при условии, что готов её принять и, вместо самооправданий, трезво оценить. Мы порой не замечаем, что даже в мелочах, по незначительным поводам, бессознательно проявляем агрессию. Особенно, когда пытаемся навязать собственное мнение окружающим. Желание быть правым – один из сильнейших провокаторов спонтанной агрессии. Замечали, как меняется интонация, тон, взгляд убеждающего? А на какие выражения переходят милейшие люди в попытке отстоять свои «единственно правильные» убеждения?

О чем я? О золотой середине – адекватной реакции на происходящее, адекватной оценке своих эмоций и поступков. А на закуску, как всегда небольшая экскурсия за кулисы сознания.

Третий глаз



У Ивана Петровича открылся третий глаз. Только как-то странно открылся. Первая странность – видел он, в отличие от описанных случаев, не только, что внутри у других делается, но и у самого себя. Вторая – обычные два глаза в момент внутривидения слепли. Была и третья, не то чтобы странность, но некоторое неудобство. Изнутри виделись вещи, не новые, но неприятные, самим Иван Петровичем от себя тщательно скрываемые и отгоняемые. Иногда стыдные, а иногда и жутковатые.

А началось все самым обычным вечером, в пятницу. Иван Петрович с супругой, ждавшие на завтра гостей, готовили

птицу по их знаменитому семейному рецепту. Дружно возились на кухне.

– Ваня, достань пока противень, только на плиту не ставь, стукнешь еще нечаянно по керамике, – «домашним» голосом попросила супруга.

Иван повернулся к духовке, не глядя достал противень и со всего маху опустил жене на голову. Раздался звук раскрывшегося гигантского грецкого ореха. По толстым щекам, припухшим поросычьим глазкам Маруси потекли алые струйки. Но сквозь расколы трещин в её черепушке, как ни странно, была видна противоположная стена с крючками для полотенец и кухонных прихваток.

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.