

18+



TÉT-A-TÉT

ИРЭН ПЭНТИДЖИНИ

Ирэн Лэнтиджини

ТЕТ-а-ТЕТ

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=56079070

ISBN 9785005103963

Аннотация

Книга «ТЕТ-а-ТЕТ» – это трансформация. При ее чтении, желании и готовности работать с собой невозможно избежать качественных внутренних и внешних жизненных изменений. Это вызов к встрече со своим истинным Я, своими внутренними потребностями. Эта книга о принятии.

Содержание

Глава 1

8

Конец ознакомительного фрагмента.

84

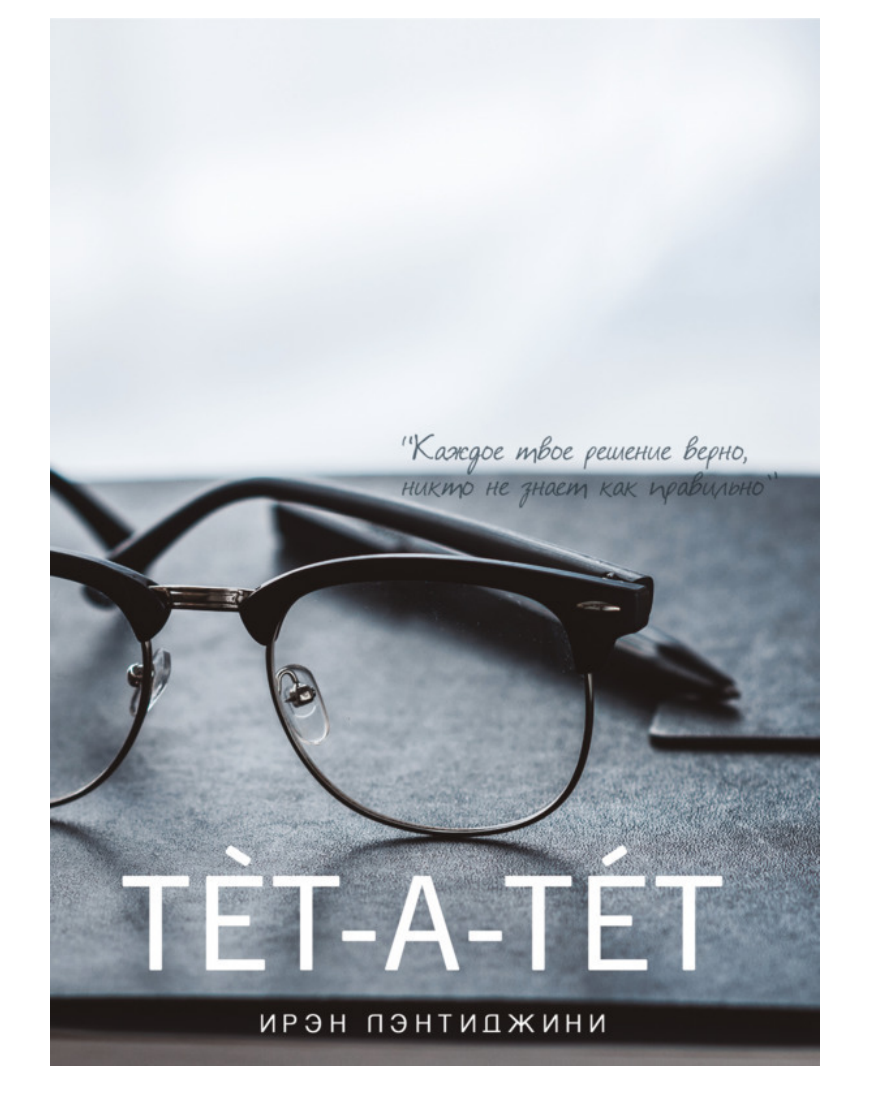
TET-a-TET

Ирэн Лэнтиджини

© Ирэн Лэнтиджини, 2020

ISBN 978-5-0051-0396-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



*"Каждое твое решение верно,
никто не знает как правильно"*

TÉT-A-TÉT

ИРЭН ПЭНТИДЖИНИ

*Ушедшей из жизни бабушке Марии – ты была
и остаешься моим Светом!*

ТЕТ-благодарность

Моим родителям за самый бесценный подарок – жизнь – и воспитание.

Моим Великим Учителям: Юрию Бриедису, Татьяне Греник, Ирине Ковальчук, Виктории Ламыге, Бачинской Ольге Николаевне и Савельевой Вере Леонтьевне.

Моим друзьям-Наставникам: Сурену Балаяну, Ирине Бойко, Денису Харитонову, Людмиле Морозовой, Роману Загороднюку, Наталье Дихтяр, Satya, Henk Dieprik и многим другим, принявшим участие в моем взрослении и становлении.

Моей команде профессионалов и прекрасных людей: литературный редактор и друг – Елена Шагоян, корректура и верстка – Юлия Дворецкая, дизайн – Ольга Белова, издательство «Ридеро».

Ирэн Лэнтиджини – писатель, регрессолог и астропсихолог. Основатель компании по духовному и личностному росту СНГ – LI LIFE Монако www.chili-life.com. Автор книг: «Мой Мистер Судьба, или 9 месяцев», «Каракули», «Зеркало», – и уникальной методики по восстановлению жизненных сил и раскрытию энергопотенциала «Коучинг-медитация».

В данном подходе объединены два полярных направле-

ния. Корректное трансовое погружение дает расслабление и более четкое осознание запроса на терапию, а коучинг-техники – импульс к действию.

СТМ-метод, или «Коучинг-медитация», построен на исцелении осознанных и вытесненных болезненных воспоминаний, центрировании себя среди множества субличности, исцеление любовью и восстановление баланса жизненного ресурса с дальнейшей фокусировкой на конкретные цели.

Книга «ТЕТ-а-ТЕТ» – это трансформация. Читая ее, при желании и готовности работать с собой, невозможно избежать качественных внутренних и внешних жизненных изменений. Это вызов к встрече со своим истинным Я, своими внутренними потребностями. Эта книга о принятии. Как и каждое мое профессиональное рандеву с клиентами. Наши встречи наполнены любовью ко всем сторонам себя, целительной силой, самопознанием и действием. Действием на пути к новой счастливой жизни, преобразовавшейся вместе с вами из мечты в реальность.

Желаю каждому быть в настроении и единении с Собой настоящим!

С Верой и Любовью,
Автор

Глава 1

Что за шальная мысль, запретно сладкая и беспокойная, ломится в голову без стука, как только я вижу его? Надеюсь, он ничего не замечает в моем голосе и выражении лица? Что-то, а это я умею – держать себя под контролем. Профессиональный укротитель собственных эмоций. Могла бы давать мастер-класс за большие деньги, как мой первый муж. В наше время это ходовой товар для политиков и бизнесменов. «Язык мимики и жестов, или Психология лжи» – неплохое название курса. Свою мимику, жесты, позы я шлифовала годами. Все отработано до автоматизма. Так неужели в одночасье все может рухнуть, измениться? Глупости! Уже давно никто не в силах раскачать меня. Ни взлетов, ни падений. Любимое, выращенное и взлелеянное равновесие, а тут, гляди, качнуло... Давно со мной такого не было. Сменила деловой брючный костюм на юбку и каблуки. Иногда даже стала позволять себе платья с глубоким вырезом, эффектно подчеркивающим пышную грудь. Да и на телефон стала поглядывать часто, как глупая девочка. Смешно.

Сколько же это длится? Месяц? Два? Три? Уже четыре. Все началось в июне. И как меня угораздило? Против всех правил. Даже профессиональная этика отступила на шаг. И понесло! Только куда? Боже, не дай мне окончательно потерять бдительность. Уже и словечки стали проскальзывать

из чужого лексикона. Не хватает скатиться к идиотскому «та да».

Впервые за несколько лет столичные пробки не раздражали, скорее, наоборот, становились союзниками, давая незапланированную возможность подумать о себе. Светофор моргнул. Тут же в мозгу просигналило: «Еще есть время включить красный свет, развернуть машину и ехать в обратном направлении». И тогда – низкокалорийный ужин, разговор с сыном о его курсовой по лингвистике и предстоящем зимнем отдыхе с отцом в Австрии, легкий фильм, комедия или мелодрама, ежедневник перед сном, будильник на утро. Можно, конечно, позвонить подругам и организовать посиделки в любимом итальянском ресторанчике на Подоле. Все будут рады, но разве этого мне хочется? Я же решилась, зачем включать заднюю. Никаких «но»... Еду на встречу с неизвестным.

Машины, и без того еле плетущиеся по проспекту, вдруг вовсе остановились. Правый ряд кое-как продолжал ползти, два остальных, похоже, застопорились надолго. Машинально открыла окно. Из соседнего авто доносилась знакомая музыка. Низким голосом Леонард Коэн пел: «Dance Me to the End of Love». Как я любила когда-то эту песню! Голова непроизвольно повернулась на источник звука. В машине с музыкой сидела немолодая пара. Женщине – лет сорок с хвостиком (моя ровесница), мужчине – под полтинник. Они держались за руки и так однозначно смотрели друг на друга...

Я отвернулась. И тут произошло невероятное: в носу непривычно защипало, а из глаз полились слезы. Соленые и крупные. Рекой. «Господи, да что со мной происходит?» – вырвалось из глубины. Внутренний голос подхватил: «Прекращай играть с собой в прятки. Просто тебе захотелось бабьего лета, и чтобы вот так, как эта тетя, смотреть на мужчину, положив свою хрупкую ладошку с проступившими синими венами и уже заметными пигментными пятнами на его большую загорелую руку. И не думать, соответствует ли твой внутренний голос ситуации, не препарировать живое чувство, расчлняя его на множество составляющих. Ведь в сорок лет жизнь только начинается... Мысли прервал телефонный звонок.

– Привет. Что-то случилось?

– Все в порядке, просто стою в пробке и, похоже, это надолго. Может, встретимся завтра?

– Я жду вас.

Всего три слова. По телефону он всегда говорил кратко, информативно, чем сразу же подкупил меня. Я и сама не любила растекаться мыслью по древу. Четкость и аргументированность были моим коньком. Хотя недавно меня задела за живое мысль индийского философа Рабиндраната Тагора: «Ум, в котором все логично, похож на лезвие, которое движется только прямо». Вот и сейчас вдруг стало дискомфортно. Давно забытое чувство тревоги? Или просто волнение? Когда я в последний раз была на свидании? «Нет мужчины –

нет проблем, ты даже не представляешь, какая ты счастливая», – как черт из табакерки, выпрыгнули недавние слова близкой подруги.

А ведь и правда, несчастной меня не назовешь. Я в прекрасной форме. Успешная карьера, приличные заработки, любимый сын, друзья... И стоит ли менять такую спокойную и удобную жизнь, на строительство которой я потратила не один год, на?.. Мысли путались. Я даже не могла четко описать свое состояние. Он так сексуально заряжен: молод, красив, блестяще образован, что немаловажно для такой взыскательной дамы, как я. Ухоженный столичный денди, всегда подчеркнуто обращающийся ко мне на «вы». Зачем обманывать себя: этот парень все чаще вызывает личную заинтересованность...

В комнате было темно. Лишь модная дизайнерская лампа, низко опущенная на спиралевидной пружине, освещала изысканно сервированный стол.

- У вас очень стильная квартира.
- Спасибо, я рад, что вам нравится.
- Главное, чтобы она нравилась вам.

Он подошел так стремительно, что я невольно отшатнулась. «Сейчас возьмет за плечи», – подумала я, но Вадим лишь отодвинул стул, приглашая тем самым сесть за стол.

– Чертовски хочется есть, – улыбнулся он.

Неторопливо налил в бокалы вино. Мы чокнулись.

– Красота! – не удержалась я, осматривая стол. – Мне нравится!

– Видит Бог, я старался, – не без пафоса произнес хозяин, – пригодились знания эксперта по вопросам протокола и этикета. Я как-то говорил вам, что предпочитаю все проверять на практике.

– Да, припоминаю.

Я кивнула головой и продолжала с интересом слушать.

– Посудите, скучно было бы вести программу «Искушение вкусом» и не уметь делать собственными руками то, о чем вещаешь армии своих поклонников. Да и, по-Станиславскому, не поверили бы...

– А у вас уже армия?

Эта фраза задела меня, показалась не к месту бравурной. В моем кавалере явно просыпалось тщеславие. Хотя почему бы и нет? Вполне имеет право. Словно в подтверждение моих мыслей он продолжил.

– И довольно внушительная, с авиацией и танками. – Он растекся в улыбке. – Вы, как никто другой, знаете. Мы вместе долго прорабатывали различные способы манипулирования массами.

– Вадим, вы меня ни с кем не путаете? Мы встречаемся вот уже пять месяцев два раза в неделю совсем по другому вопросу.

– Разве? – он вопросительно поднял бровь, а потом вдруг громко и благодушно рассмеялся. – Да шучу я, шучу. Думал, вы оцените с вашим-то чувством юмора. Вы лучше скажите, как вам моя стряпня? Из множества множеств я выбрал классический рецепт приготовления улиток с грецкими орехами и укропом.

Я смотрела на дивные выбеленные раковины с коричневатыми полосками, лежащие на белом фарфоровом блюде, и не могла оторвать от них глаз. Разрушать такую изысканную композицию было кощунством, но и обижать хозяина отсутствием аппетита тоже не хотелось. Первый же кусочек моллюска поверг меня в шок. Все вкусовые рецепторы разом сигналили мозгу: «Это оргазм!» Даже голова слегка закружилась. «Вино», – подумала я. Вадим ловко орудовал щипцами и небольшой вилкой, извлекая мясо улитки из панциря. Я не отставала. Вскоре на тарелке остались пустые раковины и соус, который очень хотелось вымакать хлебом и тут же отправить в рот, но что-то меня сдерживало. Возможно, дурацкая привычка быть примерной девочкой.

– Еще бургундского?

Его вопрос вернул меня с кулинарного Олимпа на землю.

– Нет, спасибо, я за рулем. Улитки были восхитительными! Вадим, у вас настоящий талант. Почему вы об этом никогда не говорили?

– Я не волшебник, только учусь, – не без удовольствия ответил он.

Ему нравилось мне нравиться. Если это игра, то меня она тоже все больше увлекала. Скрывать свои эмоции было глупо, да и трудно. Внутренний контролер незаметно куда-то исчез. Наклонившись, я сняла под столом туфли. Захотелось пройтись босиком до окна. Так и сделала. В огромные панорамные стекла смотрел ночной город.

– Как в кино.

– Вы находите?

Казалось, хозяин роскошной видовой квартиры и мужчина, приходивший ко мне в кабинет два раза в неделю на протяжении нескольких месяцев, были разными людьми, хотя это был один и тот же человек. Значит, я чего-то не увидела. Сейчас он стоял за спиной так близко, что я слышала его дыхание. Бросило в жар. Мы молчали. В наступившей тишине постепенно росло напряжение. Это настораживало и возбуждало одновременно. Его пальцы, словно улитки, медленно заскользили по моей шее. Я обернулась. Наши взгляды встретились и тут же разошлись. Резким движением он приклонил меня к стене. Довольно грубо для первого раза. Наши роли поменялись настолько, что я сконфузилась. Теперь он был ведущим, я – ведомой. Это доставляло дискомфорт, ведь, согласившись на свидание, я рисовала в своем воображении совсем другую картинку. Теперь мы стояли, глядя друг на друга.

– Давай сделаем это, – произнес Вадим.

Его пальцы медленно заскользили по моей блузе, расте-

гивая одну за другой непослушные пуговицы.

– Мы что, перешли на «ты»?

– Может, обойдемся сегодня без вопросов?

В его прищуренных глазах читалась откровенная похоть и приказ: «Сдавайся!» Вцепившись пальцами в его густую шевелюру, я дрогнула и слегка выгнула спину. «Когда это было последний раз?» – молнией ударило в мозг.

– Поцелуй меня, – прошептала я, почти задохаясь.

Он покрывал мое лицо, шею, плечи, грудь жадными поцелуями. Казалось, еще немного – и он распнет мое тело на этой стене. В голове, все ускоряясь, кружилась безумная карусель. Было сладко и страшно. Моя плоть готова была взорваться, когда его пальцы поползли вниз, к животу, пытаясь содрать с меня узкую юбку. Не знаю, почему я схватила его за руку.

– Не сейчас.

– Да брось. Мы и так столько дней потеряли впустую.

Он крепко сжал мои бедра, но его слова подействовали, как отрезвляющий душ.

– Я не хочу так.

– А я не спрашиваю.

– Вы забываетесь!

Я резко сменила тон, пытаясь вернуть ситуацию в контролируемое русло. Он тут же отпрянул от моего лица, словно пытаясь рассмотреть, что стоит за этими словами.

– И как же ты хочешь? – с наигранной иронией поинтере-

совался Вадим.

Машинально нащупав первую попавшуюся пуговицу на блузе, я четко загнала ее в петлю, втайне радуясь, что смогла избежать банального развития сюжета.

– Иллюзия близости – не совсем то, что мне нужно.

Он отошел от стены, возле которой так эффектно поставил меня несколько минут назад, сел на стул, достал из пачки сигарету. Мне показалось это странным, он никогда раньше не упоминал о курении. Закинув ногу за ногу, Вадим закурил.

– И что? Уж лучше нырнуть в эту иллюзию, чем все время плавать у берега на надувном матрасе запретов. Разреши себе неконтролируемую страсть. Выйди из образа. Или ты умеешь ликвидировать лишь чужие зажатости и комплексы?

Его наглый взгляд продолжал изучающе шарить по моему телу.

– Всегда внутренне восхищалась вашим красноречием, но слова – не мой фетиш.

– Иди ко мне. Твоему образу явно не хватает завершенности.

Он похлопал ладонью по стулу. Я подошла к столу, надела туфли, поправила смятую юбку и только после этого коснулась его руки.

– Спасибо за ужин. Все было прекрасно, правда, но мне пора. Уже поздно. Встретимся завтра, как обычно, в 16:30.

– Я провожу.

Вадим поднялся с места.

– Не стоит, – направляясь в прихожую, бросила я, – до завтра.

– Я больше не приду.

Услышав его слова, я остановилась.

– Ты плохой специалист, – добавил он, подавая мне плащ.

– Вы сейчас расстроены, – спокойно ответила я.

– Ничуть. Просто вы действительно не профи, а я не трачу время жизни на дилетантов. Да и как вы можете показать путь, если сами сбились с пути, – он выдержал паузу и продолжил: – Если вы такая умная, знающая, как жить в гармонии с собой, почему одиноки?

– Это осознанный выбор. И потом у меня есть сын, друзья. Где здесь одиночество?

– Все отговорки. Вы так хорошо научились любить себя – единственную и неповторимую, что забыли, как любить других, а может, никогда и не знали. Да и вас, в общем-то, если честно, никто не любит. Простите, если обидел своими словами, но на правду обижаются только дураки, а вы умная.

Вадим открыл дверь. Я вышла. Спускаясь в лифте, все еще не могла прийти в себя от его слов. Что со мной происходит? Моя жизнь как будто раздваивается. Мой мир, такой прогнозируемый и безопасный, очерченный со всех сторон, стал расти. И именно этот вечер показал, что я готова принять в него что-то еще, кроме работы и материнской заботы о сыне. Да, в него должен был войти мужчина. Не Вадим,

конечно, нет. Никакой любви в этом увлечении не было. Теперь это стало очевидным. Я была благодарна этому человеку за то, что он дал понять, а вернее, почувствовать, что моя душа тоже нуждается в лечении. Ну что же... Надо этим заняться. Тем более, профессия обязывает.

Традиционно к психологам, психотерапевтам и психоаналитикам в нашем обществе относились, как к шарлатанам или работникам специализированных клиник, куда насильственно прятали неугодных. Многие люди до сих пор испытывают страх, настороженность или презрение к представителям этих специальностей, но у меня совершенно другой взгляд на психотерапию. Я вижу в ней возможность познать себя настоящего. Я – психотерапевт...

Моя специализация – семейная терапия, личностное развитие, глубинная психотерапия, проблематика личных взаимоотношений. По своему опыту могу сказать, что чаще всего люди обращаются к психотерапевту либо из-за кризисов в личной жизни, либо по причине психосоматических заболеваний.

Зовут меня Татьяна Владимировна, но мне гораздо ближе традиции запада, где все, независимо от возраста и материального благополучия, называют друг друга по имени, а еще такое обращение не напоминает о возрасте. Не то чтобы я

хотела забыть о том, сколько мне лет, конечно же нет! Хотя я все чаще вижу отражение своей студенческой юности в сыне, мой возраст несказанно хорош тем, что позволяет приправить игривые искорки молодости спокойной уверенностью жизненной мудрости.

В нашей стране, как и во всех странах постсоветского пространства, моя профессия долгое время была таким себе «изгоем». Зачастую и сегодня мы ментально не можем признаться в том, что нуждаемся в помощи психоврачей. Если ты идешь к психологу, значит у тебя не все дома. Какие уж тут сомнения: ты сам это подтвердил, отважившись на такой шаг!

И вот, кстати, тот, кто категорически отрицает потребность в помощи психолога или психотерапевта, как раз и будет самым тяжелым пациентом, ибо он скован страхом признать и осознать свои внутренние конфликты, а также связан по рукам сознательным или бессознательным нежеланием их разрешить.

Европеец, американец, одним словом – западный человек не столь открыт, как наш соотечественник. На вопрос: «How are you?» (как дела?) – на западе ожидают услышать только лаконичное «Ок». То ли дело у нас... Мы любим друзей, застолья, нам свойственно панибратство, которое превращает соседей и друзей не только в добровольных слушателей драмы чьей-то личной жизни, но зачастую и в ее участников. Мы рассказываем близким (и не очень) людям о наших пе-

реживаниях, о том, какие он (она), супруг (супруга), шеф, соседи, родственники, коллеги – сволочи... (далее фантазия и словарный запас у каждого свой). Мы погружаем близких в свой крошечный ад и даже не задумываемся над тем, что тратим драгоценные минуты их жизни на выслушивание наших стенаний, а сами что? А сами жутко раздражаемся, когда нам десятый раз пересказывают какую-то душераздирающую историю. Вполне закономерно может появиться коварная мысль: «А зачем тогда нужны друзья?» Как по мне, точно не для того, чтобы быть помойкой наших душевных нечистот.

«Если все так сложно, зачем было идти в психологи?» Виной всему – детская мечта стать врачом. Меня завораживали люди в белых халатах, аптечно-больничный запах действовал просто магически. Маленькой девочке казалось, что врачи – настоящие волшебники или феи. Они ведь дарили людям здоровье, а иногда и новую жизнь – с новыми возможностями, радостями, желаниями и целями! Было, правда, одно «но». Я боялась крови. Пытаясь обойти свой страх, но, не желая прощаться с волшебством профессии медика, я выбрала направление «психология».

Правда, выбор мой был продиктован не только страхом крови. На самом деле мысль о том, чтобы стать психологом, появилась у меня впервые еще в детстве. Мама часто оставляла меня на соседку, любимую тетю Машу – замечательную, добрую, внимательную и улыбчивую. Я на всю жизнь

запомнила ее по-детски задорные глаза. Она много играла со мной. Мы лепили из пластилина, сочиняли сказочные истории и, самое главное, – говорили.

Я уже тогда знала, что тетя Маша – психолог. Как-то она мне сказала: «Береги свою душу, деточка. Она слишком ценна, чтобы ею торговать». В сложные жизненные моменты я часто вспоминала ее слова и понимала, как мне повезло их услышать. Почему всем нам в детстве не говорят эти самые важные в жизни человека слова?

В школе я была конфликтным ребенком, выпадала из общества девочек-одноклассниц, мне было тяжело адаптироваться в классе. За мой взрывной характер, экзальтированность и правдолюбие меня окрестили психичкой и ненормальной. Хотя кто определяет норму? И хорошо ли это – вписываться в среднестатистические показатели «нормальности», быть как все?

Теперь мне легко рассуждать на эту тему – тогда же это были ежедневные боль и обида. Моим спасением стало чтение. Я начала читать книги по психиатрии, поскольку боялась: а вдруг я и правда ненормальная? Из увлечения это переросло в серьезное занятие.

Так начался мой путь психотерапевта. Следующим шагом стала студенческая скамья легендарного столичного вуза – университета имени Т. Шевченко. По семейным обстоятельствам практиковать я начала не сразу после получения диплома. Я всегда была амбициозной и целеустремленной,

но от женщины в нашем мире ожидают совершенно иного. Прежде всего – жена и мама, ну а потом уже успешная стаяхановка. Думать о работе, покуда не укреплены надежно семейные тылы, было даже как-то... легкомысленно. И в целом женщинам в большей мере, чем мужчинам, свойственна гибкость и самопожертвование во имя сохранения брака.

Чтобы открыть практику, психолог или психотерапевт должен сам пройти индивидуальный и групповой курс глубокой психотерапии. Найти квалифицированного психолога не составило труда: в нашей с мужем среде куда ни глянь – одни психотерапевты. Жалею лишь об одном – что так долго откладывала индивидуальную терапию. Отнесись я к этому серьезнее, моя жизнь сейчас могла бы быть совсем иной. Это я говорю как обычный человек, а как психолог я положительно расцениваю любой данный свыше опыт, учусь не вспоминать о былом, изучать природу возникшей проблематики и двигаться вперед.

С мужем мы познакомились на вступительных экзаменах. Я сразу обратила на него внимание – интересный собеседник, галантный кавалер, яркая внешность! Огромные синие глаза, тонкие, как у пианиста, руки, пшеничные густые волосы и легкий, едва уловимый аромат – мое сердце буквально выскакивало из груди, когда я его видела. Из толпы од-

нокурсников его выделяло все, но особенно манеры и культура общения. Он из семьи врачей – начитанный, интеллигентный, но при этом озорной и открытый парень. Ко всему этому он был взрослее мальчишек на курсе. До поступления в институт отслужил два года в армии, а в юношеском возрасте даже пару лет творят чудеса – парень моментально приобретает ореол серьезности и мужественности.

Мы начали встречаться. Он всячески опекал меня. Как мало нужно молодой девчужке!.. Я совсем не знала Киева. Он открыл для меня этот чудесный город: зеленые парки и таинственно-темные скверы, просторные бульвары и огромные площади, пропитанные историей переулки и контрастирующие с ними современные улицы. Мы любили гулять по ночному Киеву, когда улицы загораются миллионами фонарей, люди разбредаются кто куда, гул машин, трамваев и троллейбусов стихает и, если прислушаться, можно услышать, как мирно дышит засыпающий мегаполис. Первые лучи яркого летнего солнца, озаряющие купола соборов, заряжали невероятной энергией и дарили веру в лучшее.

Сама я родом из Харькова – бывшей столицы Украины, но Киев всегда манил меня своей величественной красотой. Именно ради этого города я решила покинуть родные места и поступать в столичный вуз, несмотря на то, что харьковская школа психотерапии была и остается одной из лучших на постсоветском пространстве. Она и по сей день имеет ми-

ровое имя и признание.

Поначалу я чувствовала себя уязвимой чужестранкой в незнакомом месте. Родителей рядом не было. Вернее, мамы не было... Папа погиб – утонул в шторм. Мне тогда едва исполнился годик, поэтому я совсем его не помню. Мама растила меня одна. Она много рассказывала мне об отце: вспоминала, как они познакомились, как любили друг друга, показывала фотографии, на которых он держит меня на руках, целует. К сожалению, я никогда не видела их вместе, а потому не знала, как мужчина может поддерживать женщину. Для меня это был невыработанный опыт – я просто не видела мужской помощи и не знала, какой она должна быть. Мама вниманием тоже не баловала: она постоянно работала, чтобы более-менее достойно содержать семью.

Возможно, одиночество и чужой город по-своему подтолкнули провинциальную девочку к уверенному и симпатичному столичному парню. Мой будущий муж практически с первого дня нашего знакомства стал для меня и другом, и семьей.

Детские мечты и увлечения. Образование. Первая любовь. Общность интересов двух молодых амбициозных людей. Для моего избранника я была жизнерадостной любопытной девушкой, а никак не маразматичкой, сдвинутой на психологии. Он и сам был таким. Два сапога – пара.

Первое время после института мне трудно было устроиться. По распределению меня направили работать детским

психологом, но, видимо, на тот момент я сама еще была ребенком. Вскоре я забеременела, и о работе на время пришлось забыть. Большую часть времени я проводила дома, даже начала рисовать – неплохо получалось. Карьера супруга, несмотря на его юный возраст и отсутствие опыта, стремительно шла вверх. Он не сидел на месте ни секунды, делал все, чтобы мы жили лучше и наш ребенок рос в хороших условиях. Мой домашний режим затянулся на несколько лет, пока мы не отдали сына в детский сад. В какой-то момент мы с супругом почувствовали, что между нами образовывается пропасть. Он – молодой, перспективный, не по годам успешный. Я – амбициозная домохозяйка. Мы относились к роли друг друга в нашей семье с огромным уважением и пониманием, поэтому нам удалось преодолеть первый кризис. В каждой семье случаются кризисы, но не каждая семья способна набраться сил и решить проблему или хотя бы попробовать это сделать, чтобы потом не сожалеть о напрасно ушедшем времени и упущенном шансе вновь почувствовать себя счастливым с рядом идущим по жизни человеком.

Семейная жизнь напоминает известную с детства забаву: «Любишь кататься, люби и саночки возить». Не всегда дорога, по которой приходится везти саночки на пути к совместному счастью, – без кочек и резких поворотов, но важно знать цель, конечный пункт назначения и ответ на вопрос, зачем лично тебе нужно неустанно двигаться в этом направлении.

Загнанные каждый по-своему домохозяйка и трудоголик – картина нашей молодой семьи. Я знала из учебников, практики, личного и чужого опыта, что должна избежать этой ситуации, но сама стала пленницей своих страхов. На время я перестала думать о себе и, сама того не замечая, постепенно начала превращаться из молодой женщины в ломовую лошадь, которая тянет быт, ребенка, мужа. Я делала это для супруга и благополучия нашей семьи, а он, как нам всем тогда казалось, работал для нас. Трудоголизмом чаще всего болеют те, кому не удастся самоутвердиться в семье. Первым им заболел мой муж.

В подтверждение своих опасений я нашла интересные мысли о кризисах семейной жизни в докторской одной выпускницы нашего института.

«Первый семейный кризис»

Кризис первого года жизни связан с притиркой партнеров друг к другу. Почему говорят, что быт портит отношения? В данном случае речь идет не только о разбрасывании и собирании по квартире мужских носков, но и о разных образах жизни, привычках, чертах характера партнеров. Он может быть прижимист, будучи хорошо обеспеченным человеком, поскольку его тип мышления настроен на накопление. Она любит тратить деньги, делать подарки, облагораживать дом симпатичными вещами. Он воспринимает ее отношение к деньгам как пустые инвестиции, мотовство, транжирство. Она видит в нем жлоба. Он привык по ночам работать

за компьютером и поздно вставать. Она живет по графику: рано засыпает и рано просыпается, чтобы не опоздать на работу. На первый взгляд, такие мелочи кажутся легко разрешимыми, но эффекта «пазла», идеально подходящего для бытовой жизни, не возникает. Это может явиться первопричиной всех последующих конфликтов.

«Кризис первенца»

Не все пары решаются на зачатие ребенка в первую же брачную ночь. Некоторые успели стать родителями еще до момента бракосочетания; кто-то хочет пожить для себя и только через пару лет «обзавестись» младенцем.

Женщина поглощена беременностью, затем – малышом. Мужу, в свою очередь, не хватает женского внимания, он может даже ревновать жену к ребенку. Мужчина сексуально не удовлетворен, видит в жене все больше недостатков, раздражается и способен решиться на измену. Жена нервничает, мучается подозрениями, скандалит или молча страдает.

Психологическая готовность супругов к тому, чтобы стать родителями, практически исключает подобную картину.

«Кризис возвращения»

Проходит два года после рождения ребенка и жена возвращается к активной профессиональной и социальной жизни. Перед ней стоит почти непосильная задача: сохранять уют в доме, уделять внимание ребенку и мужу, выполнять свои обязанности на работе и привлекательно выглядеть.

Супруг отвык видеть свою вторую половину активной,

с боевым настроем, подтянутым внешним видом и наполеоновскими планами. У него это вызывает раздражение и недоумение, ревность – теперь к работе, желаниям жены полноценно жить. Он может вновь чувствовать себя обделенным, поскольку теперь все внимание супруги уходит на уход за собой, работу, хобби, новых коллег. В этот момент мужчина может перебазироваться на сторону ребенка и занять позицию, будто они чувствуют себя ненужными.

«Кризис монотонности»

Проходит еще два года, и стаж семейной жизни насчитывает уже семь лет: налажен быт, интимные отношения, общение, работа. Статистика свидетельствует, что на данном этапе инициаторами развода чаще всего становятся женщины. Муж и жена уже пресытились друг другом.

Этот тот этап отношений, когда «жена смеется над шутками мужа, если в доме гости». Партнеры слишком хорошо знают друг друга, их душа требует чего-то нового: интересов, увлечений, времяпрепровождения, сексуального опыта, эмоций, впечатлений. Стремление защитить, понять, поддержать партнера угасает, на смену ему приходят агрессия, а в худшем случае – апатия, из состояния которой выйти значительно сложнее.

«Кризис сорокалетних»

Когда в семейном активе насчитывается уже четырнадцать лет совместной жизни, супруги приближаются к своему главному кризису. У женщин он может быть связан

с приближающимся климаксом, ухудшением характера, повышенной раздражительностью. Практически у любой пары со стажем наблюдается сексуальный и эмоциональный застой. Женщина боится стареть, начинает чувствовать себя ненужной, недееспособной, менее привлекательной. Мужчина – напротив, ощущает экономический результат своей деятельности, обретает положение в обществе и готов наслаждаться жизнью, пожиная плоды своих многолетних трудов. Он начинает бодриться, причем не из последних сил, находит более молодых партнерш, нежели его нынешняя спутница – супруга. Двадцатилетние хотят двадцатилетних, сорокалетние хотят двадцатилетних и даже семидесятилетние, которые по идее ничего «не должны» хотеть, хотят двадцатилетних.

Единственный способ при совместном желании партнеров выйти из образовавшегося застоя и побороть страх – создать иллюзию молодости, именно поэтому многие «зрелые» пары в возрасте решаются на позднего ребенка, чтобы вновь ощутить себя молодыми и энергичными, нужными своему малышу.

Наша семейная пара испытывала кризис первой и второй стадии одновременно. Мы с мужем оба осознавали возникающие проблемы и поэтому совместными усилиями победили первые признаки кризиса семейной жизни.

Со временем я устроилась в больницу, в отделение погра-

ничных состояний, где лежат с невротами и депрессиями. Это был едва ли не самый тяжелый период в моей жизни. Ты забываешь, что это твоя работа, не можешь абстрагироваться и каждый раз проживаешь чужую боль, как свою собственную. Это было сложным психологическим испытанием, но я должна была его пройти.

Моя работа носила закрытый формат, а деятельность мужа была более открытой, публичной: лекции, интервью, конференции, круглые столы...

Я приходила домой изможденная, а муж – веселый и окрыленный. После трудового дня меня ждал ребенок со своими детскими переживаниями, болезнями, невыполненным домашним заданием, а мужа – ужины с клиентами и первые интервью в газетах и журналах. Через несколько лет я стала понимать, что мое депрессивное состояние может разрушить нашу семейную жизнь.

Специалист, работающий в пограничном отделении, в любом случае ведет индивидуальную практику, приобретая тем самым серьезный профессиональный опыт. Я не была исключением: открыла свой кабинет в частной клинике. Пятнадцать лет назад они только начали появляться.

Начав работать в больнице, поступила в аспирантуру и могла преподавать психологию в высших учебных заведениях. К тридцати годам защитила диссертацию и докторскую. Муж защитился раньше, его карьерный рост был более стремительным. Не секрет, что дети усложняют жизнь,

но они ее и упрощают. По сравнению с ними все остальное – неважно. Сверхнагрузка и отчасти даже конкуренция между мной и мужем превратили наши отношения в «скачки» – но рабочие, а не любовные.

Я практиковала как психолог и на полставки работала преподавателем. Муж, будучи доктором наук, занимался только преподавательской деятельностью. Я радовалась за него, он – за меня, но гордость друг за друга со временем трансформировалась в демонстративный эгоизм и гордыню. Мы стали отдаляться...

Беда не ходит одна. Вскоре нас постигло горе: сыну установили диагноз – порок сердца. Осознание, что ты ничем не можешь помочь собственному ребенку, разрывало душу на части и обнуляло мою жизнь, перечеркивая будущее. Именно в эти страшные, чудовищно несправедливые моменты понимаешь, как нужно жить и что ценить. Ребенку нужно было делать сложную операцию, и я вынуждена была взять тайм-аут в работе и заниматься исключительно его здоровьем. Мы с мужем хорошо зарабатывали, но деньги на операцию пришлось откладывать.

Муж в то время переживал карьерный взлет, и ему предложили поехать по контракту на два года за рубеж. Он согласился и сделал это по нескольким причинам: ради сына и для удовлетворения собственных амбиций. Заключил договор с польским ВУЗом и уехал в Варшаву сразу после того, как нашему мальчику сделали операцию на сердце. В те

чение двух лет я занималась ребенком одна. Муж вернулся, и я поняла, что мы абсолютно чужие люди. Мы с сыном были лишним звеном в жизни преуспевающего мужчины. На фоне его успешности наш трагизм выглядел никчемным. Я не могла простить супруга за то, что он предал нас в самый неподходящий момент. Да и бывают ли подходящие для предательства моменты?!

Ведь это я родила ребенка, дала ему жизнь, носила под сердцем! Я могу дать своему сыну все, что нужно, и просто не вправе требовать этого от кого-либо еще. Даже от его отца. Может, эти мысли пахивают феминизмом, но это правда, рожденная в кризисный момент моей жизни в голове и душе. Сейчас я понимаю, что люди по-разному переживают трагедии, но тогда я твердо решила, что нам с супругом надо развестись. Так и сделали.

Но после вчерашнего «оригинального ужина» с пациентом мысль о муже впервые за несколько лет снова отчетливо всплыла в голове. Тишина, пустота... А ведь Вадим был прав, хотя и груб. Помогая другим разобраться в себе, я редко заглядывала в день раскола собственной семьи. Что было главным в моем решении? Ночью, приехав от Вадима, я вспоминала до мельчайших оттенков все свои чувства: обида, недоверие, сомнения, потеря интереса, отчуждение... Нет! В тот серый понедельник я стояла у окна и смотрела, как, выйдя из машины, муж странно, как в замедленной съемке, идет к подъезду. Лицо его не выражало ни од-

ной эмоции, кроме тоски. И, глядя на его потухшие глаза, я впервые ничего не почувствовала. По улице шел абсолютно чужой мне человек. Шум лифта. Звонок в дверь. Я открыла. Мы столкнулись взглядами, и я окончательно поняла, что в сердце не осталось ни капли любви. Никаких внутренних монологов – тишина пустоты. Продолжать это состояние не имело смысла. Развод был единственным правильным тогда решением.

Что я чувствую теперь, вернувшись в тот день осени? Наверное, освобождение. «Только свободный человек может сделать правильный выбор». Сколько раз я говорила это своим пациентам. Проработав свою собственную проблему, я лишь тщательно препарировала ее в голове. Трезвый рассудок расставил все по полочкам. Все было понятно и логично, но на душе было прохладно... Какое правильное слово – «прохладно». Больше не пекло от обиды, гнева, боли, не сковывало душу ледяным одиночеством. Казалось, внутренний термометр показывал вполне комфортную температуру, как говорят в народе – «ни холодно, ни жарко». Отчего же тогда эта грусть?

Жизнь продолжалась. Моя карьера постепенно начала набирать обороты. Я издала две книги по психологии: «Кризис на двоих» и «ПСИХОЛОГиЯ», преподавала в институтах, вела индивидуальную практику. После разрыва с отношений с первым мужем, который, несмотря ни на что, помогал ребенку, я достигла того уровня, когда и без него могла

полностью обеспечивать жизнь свою и ребенка и чувствовала себя комфортно. Пришло ощущение самореализованности и самодостаточности.

Я давно собиралась написать книгу, в которой хотела рассмотреть разные жизненные ситуации моих пациентов через призму психологии, конфликтологии личности, но пока только собираю материал для этого проекта. Подобный опыт внедрения элементов психотерапевтической практики в литературную деятельность присущ американскому психологу и психотерапевту, профессору психиатрии Стэнфордского университета Ирвину Ялому. Мне нравятся его работы, и я часто при необходимости советую клиентам ознакомиться с ними. Люблю его «Жизнь без страха смерти». С удовольствием издала бы свое авторское – «Жизнь без страха жизни».

Подавляющее большинство моих пациентов – это женщины, ведь именно им по своей природе больше свойственно страдать от неудовлетворенности в личной жизни.

Возрастной диапазон моих клиентов колеблется от шестнадцати до шестидесяти четырех лет. С кем-то я провожу краткосрочную терапию, кого-то веду годами.

Среди моих «подопечных» много, на первый взгляд, сильных духом людей, но лишь крайне малая часть из них поистине морально устойчивы. Иногда человек крепкого телосложения, достигший больших высот и являющийся авторитетом или угрозой для других, имеет крайне нестабильное

душевное состояние, а хрупкое, с виду совсем не адаптированное к жизни создание может оказать достойное сопротивление любым тяготам и невзгодам, возникшим на пути.

Пару месяцев назад ко мне по рекомендации пришла пациентка, которая поначалу ничем меня не удивила. Клиенты, собственно, и не должны удивлять врача, но эта мысль промелькнула у меня в голове. Что-то неосознанно влекло меня к этой девушке. Казалось, я знала ее раньше, хотя лицо мне было незнакомо. Неотступно в голове вертелась мысль: «Мы уже встречались», но где, когда и при каких обстоятельствах – я вспомнить не могла. Человек к психологу, как и к любому врачу, обращается осознанно, но о ней я бы такого не сказала. Таким было мое первое впечатление.

– Вас зовут Дарья? – начала я.

– Да, – кратко и просто ответила девушка.

– Вы опоздали. Впредь, пожалуйста, приходите к назначенному часу. Время сеанса строго ограничено.

Она растерянно закивала головой, как ребенок. В ее взгляде было что-то неуловимое, скользящее, словно она не понимала, что с ней происходит. Темноволосая, ухоженная, красивая, с глубокими зелеными глазами, переполненными страхом и печалью... Моя строгость тут же улетучилась. Хотелось по-матерински ее пожалеть, прижать к себе,

приласкать, вселить в нее веру в будущее. Я врач, и прием пациентов для меня – безэмоциональная хирургия души, но именно эта запутавшаяся в себе, растерянная девушка заставила меня встряхнуться.

– Татьяна Владимировна, – представилась я в ответ, указывая на себя ручкой, зажатой между указательным и средним пальцами правой руки.

– Очень приятно.

– Мне тоже.

Я на миг опустила глаза на планшет с чистыми листами формата А4, заготовленными для нового пациента.

– Даша, что вы ожидаете от нашей встречи сегодня?

– Мне плохо... – протянула девушка, больше не выдавив из себя ни слова.

Я взяла паузу и ждала, что она скажет дальше. Из глаз Даши полились слезы. Даже не полились – она буквально задыхалась от них, но при этом плакала она как-то вкрадчиво, боязливо, будто пыталась это сделать незаметно. Видно было, что это пик ее страданий. Она не хочет и не может больше так жить. Или жить вообще?.. Откуда у такого неискушенного создания столько боли и горя в душе? У нее начали трястись руки, слезы, не переставая, катились по щекам, всхлипы становились все громче. Было ясно, что остановиться она уже не может. В течение следующих пятнадцати минут это были сплошные рыдания.

Подобная реакция при первых встречах с психологом слу-

чается в тех случаях, когда проблема сидит глубоко, еще не вынесена наружу и оглашать ее или, по крайней мере, свои догадки о первопричине внутреннего беспокойства приходится, переступив через себя, самому пациенту.

Я перевела дыхание и профессионально сдержанно отреагировала на подобный всплеск эмоций.

– Как к вам обращаются близкие люди? Как они вас называют?

– Дашуня, Дашенька... Бабушка называет меня Даня, – казалось, что при упоминании о бабушке девушка оживилась и ее глаза наполнились светом.

– Какое обращение вам было бы наиболее комфортно слышать от меня?

– Даня, – тихо и вкрадчиво произнесла она.

Интересно наблюдать, как тело человека реагирует на произнесение своего имени в уменьшительно-ласкательной форме – отзывается, словно на поглаживание любящей руки. Дыхание становится более спокойным, плечи расправляются, а в глазах появляются проблески веры в добро и любовь.

– Даня, когда вы сегодня шли на встречу, то чего-то ожидали? Попробуйте оформить в слова свои ожидания.

– Я понимаю, что за одну встречу мне не разобраться во всех моих проблемах, но... Наверное, я хотела определить, смогу ли я вам доверять. С моим складом характера странно вот так прийти к незнакомому человеку и вывер-

нуться перед ним наизнанку. Словом, доверие... Ну хоть немного, если это возможно... – запнулась она, – облегчить боль в душе.

– А что вы сейчас чувствуете, Даня?

– Мне страшно, – уже более спокойным тоном произнесла Даша. – Кажется, будто жизнь закончилась, и я не знаю, что делать. У меня нет сил, чтобы жить дальше, а может, нет желания искать в себе эти силы. Состояние застоя, безысходности, полного вакуума. Жизнь стала делиться на плохое и хорошее, правильное и неправильное, черное и белое, без полутонов, без стремления идти вперед, без планов на будущее. Имея любящую семью, я чувствую себя невероятно одинокой, брошенной. И никто не замечает всей глубины моих переживаний. Мне хочется кричать, моля о помощи, но нет сил даже на это. От боли и страданий я словно онемела...

– Так ли это, что вас охватывает чувство безысходности, когда вы не можете представить себе своего счастливого будущего?

– Да, именно чувство безысходности, а еще я злюсь на себя: почему я – умная, добрая, симпатичная – не могу быть счастливой? Что со мной не так?

Было видно, что Даша начинает нервничать.

– Вы считаете, что только умные, добрые, порядочные и симпатичные могут быть счастливыми?

– Ну... не знаю, – в глазах Даши мелькнуло недоумение. –

Удивительно, я никогда не думала об этом. Конечно нет! Сколько отъявленных негодяев считает себя счастливыми. Наверное... – протянула она, – счастье действительно понятие субъективное.

– Попробуйте рассказать о своем понимании счастья.

– Счастье – это когда занимаешься любимым делом и за это получаешь достойную оплату; когда у тебя есть любимый человек и верные друзья, когда в семье все хорошо.

– У вас, Даня, такая четкая картина вашего счастья. Очень интересно, как она формировалась. Вы готовы сегодня рассказать?

– Думаю, что готова.

Девушка начала рассказ с детских воспоминаний. Это был тот типичный случай, когда человек первые пару минут не знает, с чего начать, а потом не может остановиться. Зачастую в конце первого сеанса клиенты думают, что слили все, что было у них в душе, и каждый считает, что его история особенная, но психолог – это хирург на тонком плане. Нас трудно чем-то удивить, как, собственно, и врача тяжелыми последствиями ангины. Тяжелая или легкая форма – какая разница, если это все равно ангина. Задача специалиста – определить запрос клиента, обнажить первопричину боли, исцелить воспоминание и, забрав оттуда энергию, трансформировать ее в любовь и благодарность.

– У меня очень хорошая семья, – было первым, что сказала Даша. – В моем воспитании принимали участие папа, ма-

ма и мамыны родители. Я была счастливым ребенком, правда, болезненным, надо мною все тряслись. Бабушка, чтобы не занести с улицы микробов, мыла по несколько раз в день полы в моей детской. Дедушка во мне тоже души не чаял, водил к озеру смотреть на лебедей. Я очень любила их кормить, – вот так сумбурно и вразнобой Даша дала оценку своему счастливому детству.

Если человеку задавать конкретные вопросы, касающиеся воспоминаний, он всегда отвечает членораздельно и тезисно, редко когда услышишь цельную, красивую, логично построенную речь.

– Когда вы были маленькой, ощущали себя принцессой в сказочном государстве?

– Да, точно! Меня так папа и называл – моя принцесса, – Даша заметно оживилась.

– А члены семьи создавали волшебство вашей жизни?

– Да! Я им благодарна за эту сказку.

Говоря о детской сказке, Даша улыбалась. Это была улыбка не только губ, глаза ее сияли счастьем и лучиками душевного тепла, которые светились из самого сердца.

– У родителей в целом были хорошие отношения. Я никогда не видела ссор, скандалов, оскорблений. Мне казалось, что все семьи на свете живут примерно так. Я была очень прилежным ребенком. Училась отлично, участвовала в конкурсах, олимпиадах. У меня всегда было много друзей, в смысле знакомых, но в детстве ты всех воспринимаешь как

друзей.

– Даня, а если описать вас – школьницу, какие три определения первыми приходят вам на ум?

– Прилежная, правильная, хорошая.

– Для вас и сейчас важно быть прилежной, правильной и хорошей?

– Нет! Но я не могу иначе, – Даня многозначительно вздохнула и замолчала.

– А какой вы бы чувствовали себя счастливой?

– Не знаю. Я не знаю, какая я настоящая.

– Возникает определенная связь между определениями быть настоящей и счастливой. Если бы вы знали, какая вы настоящая, то стали бы ближе к счастью?

– Думаю, что да! – не задумываясь, четко и громко ответила девушка.

Как же ей не хватало счастья, хоть капельку! Говоря о ком-то, мы всегда говорим о нас самих. Хоть на секунду безгранично окунуться в него! Как мало, оказывается, нужно человеку, чтобы быть счастливым, и какой долгий путь нужно пройти к пониманию этого.

– Даня, я хочу предложить одно упражнение, которое позволит разобраться с тем, что с вами сейчас происходит. Вам когда-то делали кардиограмму?

– Да, конечно.

– Кардиограф рисует на ленте извилистые линии, а потом доктор понятным языком объясняет, в каком состоянии ва-

ше сердце. Так вот, сегодня в роли кардиографа выступит ваша левая рука. Готовы?

– Да, интересно, – Даша улыбалась, слегка приподняв от предвкушения чего-то загадочного свои хрупкие девичьи плечи.

– На столе лежит бумага разных форматов. Выберите лист, на котором хотите нарисовать ваше состояние.

Даша долго стояла около стола, рассматривала бумагу, ощупывала ее фактуру. Потом выбрала стандартный А4.

Я вспомнила два случая с выбором формата бумаги для рисования. Самый маленький – женщина вырезала ножницами листочек размером со спичечный коробок. Ей было сорок пять лет, нигде не работала, занималась домашним хозяйством и воспитанием двоих детей. На первый взгляд, благополучная семья, но случилась неожиданная для нее страсть. Она влюбилась в парня своей дочери, чувствовала себя гадкой, недостойной жить. Самый большой выбрал мужчина тридцати восьми лет – глава службы безопасности одного из мегамаркетов. Он себя величал тайным хозяином мира бизнеса. И не только называл, в его реальности он себя так и воспринимал.

– Выбирайте из карандашей, фломастеров, мелков тот цвет, которым вам хочется рисовать.

Даша выбрала синий карандаш. Именно синий цвет она ассоциировала со свободой – свободой выбора, свободой внутри себя, а еще – с бесконечностью, полетом, чистотой.

– Сейчас положите перед собой лист бумаги, расположитесь удобнее, закройте глаза. В левой руке у вас карандаш. Обратитесь к ней: «Моя левая рука, прошу нарисовать то, что я чувствую сейчас. Открой мне все те чувства, которые скрывает от меня сознание». Теперь начинайте водить по листу. Отпустите свою руку, дайте ей возможность говорить от вашего бессознательного. Вы только сопровождаете движение своей руки.

Даша начала рисовать. Вначале робко, потом более уверенно на листе стал появляться рисунок. Далее эстафету взял оранжевый и красный цвета. Человек всегда сам чувствует, что рука завершила рисунок. Даша замедлила движение. Было видно, что ни по инерции, ни намеренно ее рука больше не собирается перемещаться по бумаге.

В этот момент я внезапно для себя перешла с пациенткой на «ты». Такое бывает в психотерапевтической практике, с некоторыми клиентами так легче работать. Они не просят меня называть их на «ты» или на «вы», они даже сами порой не замечают этого перехода, но при этом ощущают возникшую зону комфорта. Иногда я делала этот переход мгновенно на входе в терапию.

– Даша, посмотри на картину и дай ей название.

Мои глаза в этот момент лишь поверхностно изучили рисунок.

– Да уж, – на выдохе протяжно: – Не художница! Хочу назвать картину «Где я?»

Я улыбнулась. Мне импонировало ее чувство юмора, умение пошутить над собой. Это был признак мудрости и силы духа.

– Интересное название. О чем оно говорит тебе?

– Я действительно не чувствую, что живу. Не мертвая, но и не живая. Вот то состояние, которое я не могла охарактеризовать. Очень тонкая формулировка.

– Вопрос «Где я?» ищет подтверждения того, что ты живая и живешь, а не проживаешь жизнь?

– Да, так и есть.

Даша опустила глаза.

– Продолжим изучать твой рисунок. Попробуем ответить на вопрос «Где я?» Найди на рисунке семь символов, знаков, ассоциаций и выпиши их в столбик.

– Вижу... шапку, плот, решетку, луну, плиту, маску и собаку.

– Теперь к каждому из них напиши чувство, эмоцию, которые он вызывает. Где эта эмоция находится в теле? В виде чего она тебе представляется? Что она тебе говорит?

Девушка весьма быстро справилась с заданием, описав свои ассоциации.

Шапка – безопасность – голова – шапка или капюшон – я защищу тебя

Плот – плыть по течению – низ живота – лодка – я зацепилась, освободи меня

Решетка – несвобода – грудь – решетка – я проржавела,
сними меня

Луна – страсть – пах – звезда – как мне хорошо светить тебе

Плита – чувство долга – глаза – крест – поставь ты меня!

Маска – чувство вины – грудь – маска – отдай меня в театр

Собака – преданность – плеч – жилетка – я тяжелая от твоих слез

– Даня, а какие мысли возникают, когда ты смотришь на содержание таблицы?

Она задумалась, на мгновение прикрыла глаза и начала углубляться в ее содержание.

– Я сейчас чувствую себя защищенной. По крайней мере, мне теперь так кажется. Надеюсь, это не временное чувство. Мне мешает моя безынициативность, я чувствую, что застряла. Я долго думала над тем, что могу, что могу и умею в жизни. Хорошо помню слова бабушки: «Солнышко, какое бы занятие ты ни выбрала своей профессией, делай это лучше всех». Я сама себе ограничила свободу, пора освободиться. Столько границ, навязанных устоев, принципов, условностей. Кто их придумал, откуда они взялись, почему я попала под их влияние?

Девушка вновь взглянула на таблицу и невольно улыбнулась.

– О! Со страстностью у меня мир и полная гармония. Хоть

с чем-то... Только кто об этом узнает при моей запуганности и нерешительности, – вновь искусно подшутила над собой Даня. – Меня гнетет чувство долга перед семьей, родными, близкими. Я всем что-то должна. Только не пойму – это действительно так или это чувство мне навязали?

Мне мешает чувство вины. Постоянно преследуют мысли, что я многое не дала тем людям, которых уже нет в моей жизни. Недолюбила, недоласкала, проявляла мало внимания, заботы, просто не была рядом. С этим чувством очень сложно жить, от него невозможно избавиться.

Наверное, я зря думала, что быть жилеткой для подруг – это проявление преданности. Да и что такое дружба? Во мне и моей помощи или поддержке нуждались только тогда, когда им было плохо, когда они этого требовали. Выплакаться, пожаловаться на жизнь, на несправедливость судьбы и ждать от меня понимания, мудрого совета, поддержки. Я при этом всегда оставалась рассудительной, спокойной, умеющей вовремя пошутить, найти нужные слова и вытереть слезы, а кто-нибудь из них спросил, как мне сейчас? Что у меня в душе? Что у меня болит? И что скрывается за моей не сходящей с лица улыбкой? Чего мне это стоит? После каждой подобной встречи с «проблемной» подружкой у меня оставалось двойное чувство. С одной стороны, я понимала, что помогла человеку, а с другой – пустота в душе... Очень познавательно. Станный, но интересный тест.

– Даня, я тебе предлагаю остальную часть упражнения

сделать самостоятельно, а на следующей встрече мы обсудим результаты работы.

– А я думала, что закончила задание.

– Закончила одну часть из четырех. Вторая часть – это рисунок твоего желаемого будущего. Такого, в котором ты будешь действительно счастливой. Объясню, чем ценно это упражнение. Предположим, молодой человек родился в семье врачей. С самого рождения ему внушалось, что счастливый человек – это высшее образование, высокий социальный статус. Вот ему исполняется пятьдесят лет, он успешный экономист, но счастливым в аспекте профессиональной самореализации он себя не чувствует. Почему? Да потому что он выполнял программу семьи, близких, но не свою. Ведь его предназначение – это гончарное ремесло. Третья часть – рисунок того, что тебе помогает достичь желаемого, а вот четвертая – что мешает.

– Я обязательно принесу. Мне самой не терпится узнать.

Время первой встречи подошло к концу. Мы попрощались с моей юной клиенткой, оговорив предварительно дату и время ее следующего визита. Многие из услышанного для меня не было открытием, но то, как она это подавала, как сильно запуталась и как искренне хочет найти выход из лабиринта своих страхов, комплексов и переживаний, взволновало и даже несколько озадачило.

На нашу вторую встречу Даша приехала вовремя. Поче-

му-то возникло чувство, будто и не расставались. Мы сразу приступили к делу и начали обсуждать ее «домашнюю» работу.

Даша цепко держала обеими руками уже изрядно помятый листок А4, на котором я увидела несколько рисунков – она не забыла о домашнем задании – и небрежно вырванный листик в клетку со своими личными пометками и комментариями.

– Татьяна Владимировна, я, кажется, все поняла! – зататорила Даша вместо приветствия. – Идеальный мир для меня – это спокойствие, любовь, успех, предприятие, здоровье, детки и семья.

Даша на мгновение взяла паузу, чтобы перевести дыхание, и продолжила с таким энтузиазмом, словно речь шла о мировом открытии – собственно, для нее это так и было:

– А вот что касается средств достижения этих целей, то первое: я могу обрести спокойствие тогда, когда начну доверять себе. Второе: любовь я познаю тогда, когда признаю свое право быть такой, какая я есть. Третье: мой успех – это то, что зависит только от меня, а вот с предприятием у меня возникли трудности. Не понимаю, это значит, что для того, чтобы я была счастлива, у меня должно быть предприятие?

– Даня, а какое твое умозаключение относительно предприятия? – спросила я.

– Размах творчества будет удовлетворен через предприятие. А, поняла! Здоровье сохранить и укрепить мне поможет

аромат. Я так понимаю, что это ароматерапия. Так... Дальше. Пятое: дети – это плоды любви, и они пока не созрели. Там дерево только цвести начало.

Когда Даша говорила о детях, она буквально расплылась в улыбке.

– Под крышей дома своего, когда семью свою я соберу, то тут же счастье обрету. Видите, как я заговорила – стихами! – Даша звонко рассмеялась.

Она становилась раскрепощенной, расслабленной. Приосанилась, голос стал более уверенным, а мысли – упорядоченными. Было видно, что ей нравилось то, что других моих клиентов раздражало. Девушка прекрасно осознавала, что она сама – не только корень всех проблем, но и путь к их решению. Чем больше она пыталась заглянуть в себя, тем короче становился этот путь. Мне нравился ее настрой.

– Даня, а как ты восприняла свои выводы?

– Некоторые меня удивили. Несмотря на первый неудачный опыт замужества, если честно, я хотела бы выйти замуж, родить детей и, только когда дети подрастут, пойти работать. В моем представлении это должна была быть работа для удовольствия: три-четыре часа в день, а оказалось, что мне необходимы слава, предприятие, семья, дом, традиции... Есть над чем подумать.

– Давай перейдем к ответу на вопрос, что тебе мешает?

– Мешает мне самоограничение в виде запретов, чувство вины, Маша, спячка, страх и розовые очки.

– То, что тебе мешает, уже было в описании актуального состояния?

– Да, это чувство вины и самоограничение. Только я смогла больше понять.

– Готова озвучить свои выводы?

– Я чувствую вину перед папой, так как не послушала его и в результате причинила ему боль. Вот теперь думаю, почему именно перед папой? – Даша опустила глаза.

– Какой ты себя чувствовала раньше в глазах папы?

– Принцесса, чистая, красивая, почти воздушная.

– А в отношениях с мужем?

– Прямая противоположность. Теперь я понимаю. Автором моего сказочного счастливого мира был именно папа. Он безгранично меня любил и баловал, никогда не наказывал и выполнял любые просьбы. Мне кажется, что папа оказывает огромное влияние на будущее девочки. От того, как он относится к дочери, зависит успешность и самореализация женщины в дальнейшем. Модель отношений «как папа относится к маме» становится неким клише, образцом. И потом, когда девочка становится женщиной, она интуитивно ищет такого партнера, который относился бы к ней так, как когда-то папа относился к маме. Хотя... – Даша замолчала. – Это ведь все прописные истины, кому я рассказываю? – девушка улыбнулась, и это вызвало у меня ответную улыбку.

Девушка все больше трогала меня своей искренностью и убежденностью в правоте. Даша продолжила:

– Я запрещаю себе мечтать о чем-то грандиозном. Запреты, которые сама себе придумала, – это акт мести за что-то. Может быть, это и есть предприятие? В смысле – тайные мысли о предприятии, о своем деле, о которых я даже не догадывалась?

– Возможно, это действительно так, если предприятие для тебя – это что-то грандиозное.

Вопрос явно озадачил Даню.

– Ну да. В тесте под словом «предприятие» я подразумевала любимое дело, которое из разряда мечты, хобби, увлечения я превращаю в прибыльное дело. Получается так... А почему нет?... – размышляя вслух, Даша продолжала отвечать на вопрос: – А Маша – это моя приятельница, тусовщица.

– Чем она тебе мешает?

– Я не готова сейчас ответить. Я поняла, но сейчас сказать это не могу.

– Хорошо, – согласилась я. – Это вообще замечательно, что ты можешь защищать зону своего комфорта.

– И вы несколько не обиделись?

– Нет, конечно. Это твое право, и я к нему отношусь с глубоким уважением.

– Спячка уже выполнила свою функцию – проснись. Последние полгода я спала по десять-двенадцать часов в сутки и при этом все время хотела спать. Все закончилось – спи с миром, – Даша в недоумении замолчала и после па-

узы осторожно продолжила: – Думаю, что это моя пассивность. О, поняла! Я злюсь на себя, потому и наказываю себя за безынициативность! Знаете, за последние пару лет у меня сформировалась привычка все откладывать на потом. Теперь я поняла, почему так много спала...

Вдруг Даша поменялась в лице – на нее нахлынули какие-то неприятные воспоминания – и почти шепотом проговорила:

– Меня сковывает страх бывшего мужа, и я сама не могу с ним справиться.

Она снова замолчала. Было видно, что ей трудно об этом говорить и вспоминать вообще, но только тогда, когда чувствуешь в себе силы справиться с проблемой, она начинает разрешаться.

– Розовые очки сними – мир гораздо ярче! Тут мне все понятно. Можно я уже перейду к тому, что мне поможет в достижении желаемого? Это какое-то волшебство!

– Конечно, Даня, что ты восприняла, как волшебство?

– А вот сейчас расскажу, – игриво ответила Даша.

Девушка выпрямила спину, приподняла подборок и начала говорить. Вся картина напоминала выступление оратора на городской площади. Дарья поняла главное: чего хочет и как это получить. Значит, конец горю, разочарованиям и страданиям.

– Мои выводы, – набрав полные легкие воздуха, начала Даня: – Во-первых, чистосердечность мне поможет нести

добро в каждый дом; во-вторых, ангел-хранитель мой всегда рядом. Третье: мудрость бабушки моей поможет воспитать своих детей; четвертое: вера в свои силы меня всегда будет вдохновлять; пятое: любовь к людям откроет мне глаза на собственное счастье; шестое: бережное отношение к телу воздастся мне сторицей, ну и седьмое: веселый нрав привлекает ко мне хороших людей. Ну, как вам? – прямолинейно, но осторожно спросила Даша.

– Даня, это все есть в тебе. Возможно, ранее ты не задумывалась о себе как обладательнице таких сокровищ души?

– Это точно. Я даже удивлена, что во мне так много хорошего, – радостно и облегченно ответила Даша. – Я привыкла считать себя в целом неплохой, а если, случалось, сделаю что не так – забуду что-то, не справлюсь идеально с задачей, опоздаю, чего делать не привыкла, – то корю себя, будто совершила серьезный порок. Меня и другим хулить не нужно, я сама себя наказываю на отлично.

– Даня, что вы чувствуете сейчас, в конце встречи?

– Чувствую, что вышла из тупика. Мне понравилась картина моего будущего. И самое главное, я знаю теперь, что во мне самой помогает и что мешает стать счастливой. Я уже хочу туда – в свое будущее.

– Ты готова отправиться в путешествие к себе настоящей, счастливой?

– Да, готова. Когда мы можем начать? – с нетерпением спросила Дарья.

– На следующей неделе. Вторник и пятница в 16:00, удобно?

– Да, удобно! Спасибо вам большое! Нет, огромное! – ерзая на месте, выпалила Дарья.

– Спасибо вам, Даня, за доверие ко мне!

Девушка встала с кресла, как бегун берет старт на долгую дистанцию.

«Да, – подумала я, – эта девочка всегда добивается поставленной перед ней цели. Она привыкла, что цели ставят любящие, заботящиеся о ней люди. Возможно, и остановилась на распутье, так как не чувствует по отношению к себе любви. Ну а если не любят, то как она сможет поставить перед собой правильную цель?»

Все, стоп! Это мое видение ее картины жизни, но не ее. Что же во мне заставило увидеть ее такой? Мое желание переложить ответственность за свои победы и поражения на обстоятельства? Возможно. Мне тяжело ставить перед собой цель, я всегда мучаюсь в сомнениях. Что ж, Даня, спасибо за проекцию... В области груди разлилось приятное тепло любви, заботы и внимания к себе. И это благодаря девочке, маленькой хрупкой, которая мне годится в дочери, но уже успела так много пережить. Может, именно поэтому в ней столько глубины и жизнестойкости? Эта мысль не покидала меня до конца дня. Я думала о ней и не могла переключиться. Я ждала нашей новой встречи и понимала, что нам обоим это будет полезно и интересно, как бы нелепо это ни звуча-



На следующую встречу Даня пришла за пять минут до назначенного времени. Я подошла к распахнутому окну. Вейло осенней прохладой, деревья, уже почти без листьев, выглядели голыми и жалкими. Унылое, сонное осеннее солнце еле-еле пробивалось лучами сквозь угрюмые низкие тучи. Вот-вот должен был пойти дождь.

Странно, но погода всегда отражала мое состояние души. И понимаешь, что все естественно, что за грустной увядающей осенью будет снежная чистая зима, но как пережить эту хандру? Как дожить до зимы без потери духа? Мои мысли прервала подъехавшая машина. Из нее вышла Даня. Я видела, как она виртуозно припарковала внедорожник между двумя другими автомобилями. Интересно, почему хрупкая девушка ездит на огромной машине? Это ее выбор?

Даша настойчиво жала кнопку звонка, а когда я открыла двери, одарила меня лучезарной улыбкой. На ней было цветное платье из мягкой ткани, по ее внешнему виду чувствовалось, что ей хотелось одеться комфортно и привлекательно, но не пошло и вызывающе. Улыбку на лице, красивый наряд на теле и массу новых идей и мыслей в голове Даша принесла с собой.

– Добрый день! Я готова продолжить путь к себе! – хи-

хикнула девчушка.

– Добрый день, Даня! Как настроение?

– О! Замечательное!

– Яркий ответ, слегка на французский манер, – подметила я.

– О, qui! – расплывшись еще в большей улыбке, не стала отрицать она.

– Даша, я наблюдала за твоей виртуозной парковкой. У меня возник вопрос при виде машины. Какова история этой машины для тебя?

– Это был подарок-сюрприз от родителей.

Было видно, что девушка готова все рассказать, всем поделиться. Она была передо мной как открытая книга. Ее огромный внутренний мир хотелось узнавать.

– Ты не принимала участия в выборе машины?

– Да, в смысле нет, не принимала.

– Тебе комфортно в ней?

– Не совсем. На нее многие обращают внимание, а мне хотелось бы юркую и малоприметную. А как это относится к психотерапии?

– Объясню, почему меня заинтересовал твой автомобиль и манера парковки. Видение Лиз Бурбо о связи между травмой, маской, которую носит человек и выбором автомобиля, на котором он ездит, мне кажется достойным внимания.

Каждая субличность с учетом ее личностных характеристик имеет свои предпочтения и свою мотивацию:

Беглец любит малозаметные машины неяркого цвета.

Зависимый предпочитает автомобили комфортабельные и не такие, как у всех.

Мазохист выбирает маленький, тесный автомобиль, где еле умещается.

Контролирующий покупает мощную, заметную машину.

Ригидный предпочитает машину классическую, рабочую, выносливую – он хочет получить сполна за свои деньги.

После того, как я рассказала Даше о диагностике масок, она попросила книгу Лиз Бурбо. Мне нравилась ее жажда знаний, девушку интересовало буквально все! Ее стремление к самосовершенствованию, познанию нового напоминало мне меня. Она была открыта миру, открыта новому, неизведанному.

Я достала из книжного шкафа книгу Лиз Бурбо «Пять травм» и протянула ее Даше. Позже она попросит у меня еще не одну книгу по психологии.

Даша, даже не взглянув на обложку, открыла книгу и, словно гадая по ней, начала читать вслух первую попавшуюся страницу:

«Если ребенку позволено быть самим собой, он будет вести себя естественно, уравновешенно и никогда не станет устраивать «кризисов». К сожалению, таких детей почти не бывает. Вместо этого, по моим наблюдениям, большинство детей переживают четыре следующих этапа:

1-й этап – познание радости существования, бытия самим

собой;

2-й этап – страдание от того, что быть самим собой нельзя;

3-й этап – период кризиса, бунт;

4-й этап – чтобы избежать страданий, ребенок уступает и, в конце концов, строит из себя новую личность, соответствующую тому, чего хотят от него взрослые».

– Парадокс! Мне никогда ничего не запрещали. Получается, я сама навязала себе стереотипы поведения, придумала ожидания общества от себя и начала их придерживаться. Окружение привыкло ко мне такой, и я стала пленницей своих же надуманных ограничений, из которых всю оставшуюся жизнь не знаю как выбраться, потому что не привыкла жить по-другому, не оправдывая чьих-то надежд. Да уж... – протянула Даша, словно разговаривая сама с собой.

– У этой девочки есть основная на данный момент цель – разобраться в себе. Мы дойдем до этого, – произнесла я про себя, а у Дани спросила: – Ты готова сейчас вернуться к рисункам?

– Да, после нашей встречи я постоянно вспоминала рисунок своего будущего. Понимаете, мне этого так не хватало – именно моего будущего!

– Если рисунок твоего будущего тебя вдохновляет, то ты можешь сделать его заставкой на компьютере или телефоне, можешь определить в красивую рамочку и повесить на видное место.

– Я хотела спросить, а у вас есть такой рисунок?

Этим вопросом Даша поставила меня в тупик. На секунду я замолчала. Ее заинтересовала я. Странно, но наш диалог «доктор – пациент» превращался в дружеский разговор давних приятельниц. Для полной атмосферы доверия не хватало только чашек ароматного горького кофе и вкусного сладкого печенья. Впору было бы поделиться личным опытом, но у меня последние несколько лет такого рисунка не было – ни на бумаге, ни в голове. Я давно перестала рисовать будущее, вполне довольствуясь настоящим. И вдруг я поймала себя на мысли, что мне хочется это сделать, но тут же вернулась к нашему сеансу.

– Да, и он действительно вдохновляет. Даня, располагайтесь удобнее. С чего вы хотите начать наше общение сегодня?

– Я вам рассказывала о школе, а сегодня, если можно, я расскажу о студенчестве.

В общих чертах я представляла, о чем она будет говорить, но мне была интересна ее интерпретация. Даша удобно села в кресле и начала свой рассказ.

– Я поступила на экономику, которую, мягко говоря, не любила. Я всегда была чистым гуманитарием: математика, физика, алгебра вызывали во мне не столько непонимание, сколько неприятие, а тут экономика. Это был удар. Так решили родители, поскольку я сама четко не осознавала, чем хочу заниматься в будущем, долгое время не могла определиться, поэтому пришлось принять сделанный ими выбор.

– Как ты сейчас воспринимаешь решение родителей относительно выбора вуза и специализации?

– У меня противоречивые чувства. Иногда я злюсь на них за то, что они навязали мне свое мнение. Временами благодарна за то, что они освободили меня от права выбора.

– Так ли это, что принимать жизненно важные решения для тебя проблематично. Ты ощущаешь, что паника нестабильности охватывает тебя?

– Ну да! Как мне понять, что я принимаю правильное решение?

– Ты не имеешь права на ошибку?

– Я боюсь ошибиться.

Даша нервно начала перебирать пальцами.

– В тебе есть определенный индикатор, который после принятия тобой решения высвечивает на табло – «Решение правильное», «Решение ошибочное»? – без иронии прозвучал вопрос с моей стороны.

– Нет! – улыбнулась Даша. – Мне только такого индикатора не хватало!

– Даша, что значит для тебя принимать правильные решения?

– Принимая правильные решения, я буду жить правильно.

– А кто живет правильно?

– Правильные, хорошие люди.

– Правильные и хорошие люди для кого?

– Для всех.

– Дашенька, если мы спросим разных людей, кого они считают правильным и хорошим человеком, их описания будут абсолютно разными. Для кого-то щедрость – главная добродетель, а для кого-то щедрый человек – глупец и неудачник. Доброта для одного – признак силы и мудрости, а для другого – проявление слабости. Так что для всех хорошей и правильной ты не можешь быть. Не можешь всем нравиться. Помнишь свои рисунки левой рукой?

– Да, конечно помню. Вот, посмотрите, – Даша показала мне заставку на телефоне – это был ее образ желаемого будущего.

– Когда ты выполняла это упражнение, ты слышала чьи-то советы или подсказки?

– Нет, я сама рисовала.

– То есть ты слушала себя. Даня, когда мы слушаем себя – мы поступаем правильно. Возможно, поначалу тебе не понравятся результаты твоих действий, но спустя время, оглядываясь назад, ты поймешь, что все, что происходило в твоей жизни, – все это было дорогой к счастью и сама эта дорога была счастьем. Единственное условие – научиться слушать и слышать себя. Расскажу тебе одну притчу.

Все к лучшему

У одного африканского короля был близкий друг, с которым он вместе вырос. Этот друг, рассматривая любую ситуацию, которая когда-либо случалась в его жизни, будь

она позитивная или негативная, имел привычку говорить: «Все к лучшему!»

Однажды король находился на охоте. Друг подготавливал и заряжал ружья для короля. Очевидно, он сделал что-то неправильно, готовя одно из ружей. Когда король взял у своего друга ружье и выстрелил из него, у него оторвало большой палец руки. Исследуя ситуацию, друг, как обычно, изрек: «Все к лучшему!» На это король ответил: «Нет, это не к лучшему!» – и приказал отправить своего друга в тюрьму.

Прошло около года, король охотился в районе, в котором он мог, по его мнению, находиться совершенно безбоязненно. Каннибалы взяли его в плен и привели в свою деревню вместе с остальными пленниками. Они связали ему руки, натаскали кучу дров, установили столб и привязали короля к столбу. Когда они подошли ближе, чтобы развести огонь, то заметили, что у короля не хватает большого пальца на руке. Из-за своих суеверий (в племени не ели тех, кто имел ущербность в теле) дикари развязали короля и отпустили.

Вернувшись домой, он вспомнил тот случай, когда лишился пальца, и почувствовал угрызения совести за свое обращение с другом. Он пошел в тюрьму, чтобы поговорить с ним.

– Ты был прав, – сказал он, – то, что я остался без пальца, было к лучшему.

И он рассказал все, что с ним произошло.

– Я очень жалею, что посадил тебя в тюрьму, это было с моей стороны плохо.

– Нет, – сказал его друг, – это было к лучшему!

– Что ты говоришь? Разве это хорошо, что я посадил своего друга на целый год в тюрьму?

– Если бы я не был в тюрьме, то был бы там вместе с тобой...

В большинстве случаев мы все происходящее в жизни воспринимаем так: представь, что тебя завели в зал с закрытыми глазами, а когда с тебя сняли повязку, ты увидела, что стоишь перед картиной на расстоянии десяти сантиметров. Ты понимаешь, что картина огромная, но видишь только то, что возможно увидеть в данных условиях. И только дистанцировавшись от нее, отойдя на несколько метров, ты сможешь увидеть целостную картину. Так и король увечье руки воспринял как трагедию, так как видел эту ситуацию ограниченно, а не в контексте всей жизни. В общей картине его жизни этот случай оказался впоследствии счастливым.

– Так ведь его друг тоже не был ясновидящим?

– Да, не видел всю свою жизнь, но он доверял себе, слушал и слышал себя. Не тратил свои силы на переживания, страдания или обвинения, он жил.

– Я буду стараться, буду пробовать, – утвердительно прозвучало из ее уст.

– Можем вернуться к твоим студенческим годам?

– Да. Хотя ничего интересного в это время не происходило. Группа у нас была не особо дружная. Погулять – это всегда, а как только дело доходило до чего-то серьезного, так сразу от ворот поворот. Поначалу я обижалась, не понимала, а потом поняла и принимала все происходящее как должное. Вот так учеба и пролетела. Сейчас я с дипломом.

– Даня, почему ты хотела рассказать о студенчестве?

– Я хотела понять, почему они себя так вели. Ведь не случайно я попала в такую группу.

– Если этот вопрос тебя волнует сейчас, то могу предположить, что ответ на него ты искала и ранее. Правильно?

– Да, но хотелось бы получить на этот вопрос правильный ответ.

– Вновь мы возвращаемся к правильности ответа? – я непроизвольно улыбнулась.

– Я еще не привыкла, – смутилась Даня.

– Какие ответы есть у тебя сейчас?

– Думаю, уже при поступлении я настроилась на то, что в группе будут одни мажоры, поэтому так их и воспринимала.

– Замечательно, вот этот ответ и есть правильным для тебя сейчас.

Позже мы вернемся к этому вопросу. Посмотрим, изменится ли на него ответ.

– Второе образование не решились получить?

– Нет. Я не знала и до сих пор не знаю, какой специ-

альностью я бы хотела овладеть. Я закончила институт. Яр-ко выраженной занятости, помимо самообразования, у меня не было, и я была в поисках, руководствуясь мыслью, что «талантливый человек талантлив во всем»: рисовала, что-то проектировала, моделировала. Я знала языки, много бывала за границей, в чем меня всячески поддерживали родители. Первое время после института я долго не могла найти себя и даже на встрече выпускников мне было дискомфортно, поскольку я толком не могла рассказать о своей деятельности: вроде и занята целый день, но ничем не занимаюсь – то у меня теннис, то французский.

– Даня, я правильно поняла: ты ощущала, что наделена определенной миссией, но время еще не пришло. Ты словно подготавливала себя к выполнению этой миссии, но как об этом сказать другим, если сама посмеиваешься над этой идеей?

Даня молчала. Она потупила глаза, и только румянец, заливший ее лицо, указывал на правильность моего предположения.

– А если это так? Я, наверное, ненормальная?

– Для вас важно услышать мое мнение по этому вопросу? Что вы будете делать с моим мнением?

С течением нашего разговора она все больше удивляла меня.

– Конечно важно! Я буду знать мнение профессионала относительно моего психического здоровья.

– Когда вы будете позволять себе мысли о миссии в жизни, вы достанете справку о психическом здоровье?

Девушка рассмеялась.

– Даня, у каждого человека есть своя миссия. Чтобы признать и выполнить ее, требуются усилия, активность и, самое главное, – понимание своих желаний и потребностей. Надо быть верной себе.

– Понимаете, – начала Даша, – у меня нет опыта зарабатывания денег, и у меня не было узкой специализации. Мое окружение состоит либо из однокурсников, которые уже давно работают и зарабатывают, либо из девочек-пустышек, которыми я просто заполняла и сейчас иногда заполняю свободное время. Я разрывалась между самой собой, поскольку и в той, и в другой компании мне неуютно. Я понимала, что мне необходимо найти себя. В связи с этим я задумалась: а что я умею? Я много времени проводила за границей, знаю языки, поэтому решила, что буду делать переводы для родителей, чтобы принять участие в семейном бизнесе, и стану преподавать в коллективе английский, чтобы иметь хоть какую-то копейку на кафе для удовлетворения чувства собственного достоинства, но цифра заработка не может сравниться с моим прожиточным минимумом сегодня. Содержать себя, покрывать личные материальные затраты входит в мои планы, амбиции, стремления.

– Даня, для ощущения чувства собственного достоинства вы должны не только быть полезной другим людям, но и за-

рабатывать деньги.

– Да, меня так воспитали, это правильно!

– А люди, которые не приносят пользы и не зарабатывают, не могут быть достойны?

– Ну, не все могут.

– Себя вы решили отнести к категории тех, кто может?

– Естественно!

– Предлагаю сделать стоп-кадр. Когда вы сказали, что приняли решение быть «возможностной» – вы самостоятельно взяли ответственность за сценарий своей жизни.

– Вот так просто?

– А разве жить сложно? Кто вам навязал это решение? – уточнила я.

– Я его сама приняла, – ровно, без эмоций ответила девушка.

– Чем вы руководствовались? – поинтересовалась я, подводя Дашу к нужному выводу.

– Я прислушалась к себе.

– Видите, получается. Что вы чувствуете сейчас по отношению к себе?

– Уважение, – Даша, сама того не замечая, приосанилась.

– Продолжим? – спросила я.

И мы продолжили. Даша делала все новые и новые открытия, вытаскивая себя настоящую наружу. Я не переставала удивляться странному, на мой взгляд, стечению обстоятельств. Почему именно в этот момент моей жизни судьба

привела ко мне девушку – мое зеркальное отражение...

Мы продолжали работать с Даней. Наши встречи открывали в ней новые грани и формы. Работой это назвать было сложно, но это было очевидным только для меня, имевшей огромный опыт многолетней практики и возможность сравнить степень близости с пациентами. В данном случае мы были рады друг другу и нашему общению.

На следующих встречах Даша рассказывала о том, что за последнее время к ней обратились несколько человек с просьбой помочь что-то перевести, поприсутствовать на деловых переговорах с иностранцами в качестве переводчика. Она согласилась, только теперь за свое время и знания выставила цену, которая оказалась довольно посильной для заказчиков. Они даже удивились, почему она только сейчас начала работать за достойную плату, адекватную ее труду, а не сделала это раньше... Даша относилась к числу людей, которые, не щадя себя, основательно готовятся к переговорному процессу, чтобы все прошло на должном профессиональном уровне. На время девушка успокоилась – она при деле, правда, в личной жизни штиль – есть какие-то ухажеры, но она не воспринимает их всерьез. Нет любви, всепоглощающего чувства, а значит, нет гармонии с собой и с окружающим миром.

На одной из встреч Даша была подавлена. Тихим расстроенным голосом она спросила:

– Я не могу понять, что произошло с моим миром тогда. Что дало сбой? Где произошел слом в практически идеальной картинке моей жизни?

– Даня, тебе сейчас важно понять, что произошло с твоим миром?

– Да. Я хочу рассказать всю историю.

Как часто пациенты говорят, что чего-то хотят, готовы к изменениям, но готовность еще вовсе не сформирована. Возможно, ей хочется большей уверенности, что ее действительно понимают.

– Даня, перед тем как вы продолжите рассказ, я задам вопрос, на который сейчас отвечать не нужно. К ответу на этот вопрос мы вернемся позднее. Что именно вы хотите осознать, понять и как в дальнейшем намерены это использовать?

– Хорошо... – протянула Даша, автоматически задумавшись над ответом. – Год назад, когда стоял вопрос о получении второго высшего образования за границей, я колебалась, хотя всегда об этом мечтала. Я до конца не могла определиться, чего хочу: поступать в *Marangoni Milan* на дизайнера одежды, получить диплом ВНМС «Менеджмент в гостиничном бизнесе» в Швейцарии или плюнуть на все и поехать в Штаты попытать счастье в Голливуде: открытая студия – закрытая система. Я металась, не могла толком определить-

ся. Это больше походило на стремление переехать за границу и изменить свою жизнь, окружение, нежели на осознанное взвешенное решение о том, как я хочу в дальнейшем строить свою жизнь и что мне для этого нужно, какая теоретическая, практическая база.

Чаши весов постоянно колебались. Когда ты в чем-то не уверен, верное решение часто приходит само собой, независимо от тебя. Именно тогда, я познакомилась со своим тогда «будущим супругом». Более галантного, обходительного и романтического мужчины я не встречала. Все в нем – каждый взгляд, слово, действие позволяли, а иногда и заставляли чувствовать себя женщиной.

Он жил в Швеции, маленькой, холодной стране, в которой я ни разу не была и не стремилась увидеть. Сложный язык, сложные люди, сложный климат, но меня пугали не трудности, а отсутствие желания разбираться в отношениях с собой и другими. Тогда появилась цель. Через некоторое время я переехала жить в Швецию и была абсолютно счастлива с Динном. Удивительно, что человек, в символике имени которого заложено слово «закон» имел с ним проблемы, как я выяснила потом. Мы запланировали свадьбу на осень. Я ослеплена любовью. Он очень хотел детей. По-моему, мужчина должен хотеть ребенка больше, чем женщина, тогда из этого может выйти что-то путевое. Нет, плохое слово «путевое», «путное», в общем, что-то выйти.

На дворе стоял май. Погода в Швеции в эту пору от-

нюдь не шепчет, и мы решили поехать на машине в гости к моим родителям. Киев пуст на майские праздники, есть возможность увидеть все красоты города без дымовой завесы выхлопных газов и проблем передвижения в трафике. Я не очень люблю ездить на машине, хотя летать вообще терпеть не могу.

– А почему? – перебила я ее.

Сама того не понимая, Даша затронула серьезную тему – один из ее страхов.

– Потому что боюсь.

– Как давно?

– В моем случае боязнь летать приобретенная. Я никогда не боялась летать, считала себя фаталистом: чему быть, того не миновать. Летать всегда боялась моя мама. Однажды она решила себя пересилить, и мы на ее день рождения полетели втроем в Париж: родители и я. Впервые за всю историю моих бесчисленных авиаперелетов самолет попал в дикую зону турбулентности: дети кричали и плакали, предметы падали, стюардессы сбивались в проходе с ног. С тех пор я боюсь летать и не могу избавиться от этого. О маме вообще молчу. Я хоть боюсь, но летаю, ее же никуда невозможно уговорить полететь отдохнуть.

– Дашенька, – обратилась я, привстав с рабочего места и потянувшись за книгой в моей библиотеке, – возьми эту книгу и прочитай на досуге, думаю, она поможет тебе избавиться от чувства дискомфорта при полете, а на одной из на-

ших встреч мы проработаем этот страх, чтобы у тебя больше не было с этим проблем.

Я протянула ей небольшую книжечку в твердом переплете.

– Хорошо, спасибо, – одобрительно посмотрела на книгу, а затем на меня Дая. – Удивительно, что книжка с такой яркой оранжево-синей обложкой может говорить о смерти.

– Не о смерти, а об отсутствии страха смерти.

– Ну да... Ирвин Ялом «Вглядываясь в солнце, жизнь без страха смерти». Практическая психотерапия, – медленно прочитала себе под нос Даша.

– Продолжай.

– Так вот. Мы поехали к родителям. Время провели превосходно. Правда, я заметила, что последние дни перед отъездом Дин был какой-то нервный. Его глаза бегали из стороны в сторону, он не знал, за что хвататься, боялся что-то забыть, старался максимально загрузить свой большой джип. Я любила подойти к нему, большому и могучему (у Дина было восхитительное телосложение: высокий рост, широкие, в меру накачанные плечи, длинные ноги), упереться носом в стальную грудь, обнять, успокоить его в случае раздражительности. Это действовало на него магически. Он чувствовал себя сильным и главным, а я хотела в этот момент быть слабой. Любила брать его большую ладонь, класть на нее свою крошечную и показывать ему, как его большая может запросто накрыть мою, свернутую в кулак. Он немного успо-

коился, но все же тревога читалась на его лице.

Я любила в нем все: его достоинства, недостатки, даже неизвестно, что больше, но было и то, что меня в нем пугало. Первые месяцы влюбленности сопровождались постоянными путешествиями, уикендами, ужинами в красивых ресторанчиках и кафе. Мы заказывали к обеду и ужину вино, но у нас это никогда не ограничивалось одной бутылкой. Дин любил прийти домой после громкой вечеринки и дополнительно поддать. Он не был агрессивен, но мне хотелось вести более здоровый образ жизни, учитывая тот факт, что мы имели грандиозные планы на будущее.

Мы не раз говорили о свадьбе и приняли решение пожениться, но родителям решили огласить это в августе, а сейчас ехали просто на отдых. Я думала о том, что Дин готовит мне сюрприз и вся суета вызвана этим.

Дорога была красивой, но изнурительной. Мы проезжали живописные села и города, но я совершенно не понимала, зачем из Стокгольма, где мы жили, ехать в Киев через Хельсинки? Для чего сознательно удлинять и без того неблизкий путь? Дин объяснил, что нам необходимо заехать в гости к его друзьям в Финляндии. Он долгое время мечтал меня с ними познакомить. Они ненадолго прилетели из Канады, и другой такой возможности не будет. Я сдалась, но когда мы пересекли черту моего родного города, первое, что я сказала: «На машине больше не поеду. Трое с половиной суток, чтобы добраться до Киева! О нет! Это не для меня!»

С Динем все было просто. От него я слышала лишь: «Хорошо, любимая, как скажешь», – и при этом он, будучи старше меня на пятнадцать лет, ни разу не повел себя, как подкаблучник. Когда я увидела родителей, то сумбурная изнурительная дорога стерлась из моей памяти. Хотелось думать только о хорошем.

Папа с мамой были несказанно рады нашему приезду. Мы отправились вчетвером погулять по Львову, рванули с моими друзьями на пару дней в бесшабашную Одессу, по пути обратно насладились воскресным пикником в «Софиевке». Дин любил Украину, ему нравилось здесь бывать, а я была горда за родину и любимого человека, который умеет радоваться жизни и ценить в ней каждый миг и каждую деталь.

На обратном пути я пила успокоительное, чтобы спать в дороге и не видеть злых собак с еще более злыми пограничниками, витиеватые проселочные трассы и придорожные однотипные фастфуд-кафе.

Месяца через два, в августе, мы решили снова поехать в Украину, только теперь на пару недель в Крым. Мы обещали родителям провести с ними время в Гурзуфе – живописном месте среди лесов, скал и обрывов. Именно там Дин планировал просить моей руки.

За несколько дней до отъезда мы начали ссориться по поводу того, как ехать. Дин настаивал на том, чтобы ехать на машине, любуясь красотами природы, и, возможно, заскочить на пару дней в какой-то чудный уголок и провести там

репетицию медового месяца. «Если городок снова финский, мы будем репетировать то, как ветер срывает с меня фату или дождь со снегом портят наше праздничное действо?!» — зло шутила я, но не умела долго на него злиться, и его сумасшедшие идеи чаще доставляли мне удовольствие, нежели вызывали неприязнь. Из его уст очередная затея звучала заманчиво и вызвала у меня улыбку, но я не понимала, почему при наличии возможности купить билеты бизнес-класса нужно трястись в машине. До скандала не дошли: зачем ссориться, если потом все равно помиримся. Мы приняли решение, что Дин едет на машине, везет свой горный велосипед и еще что-то из спортивного инвентаря, а я лечу налегке самолетом. Все вещи я запакую Дину в машину, а сама отправлюсь в дорогу на пару дней позже любимого с маленькой ручной сумочкой и iPad с музыкой и фильмами, которые по моей просьбе Дин любезно закачал. Все без исключения о любви.

Перед отъездом мы устроили дома романтический ужин при свечах: заказали еду из ресторана. На пятой бутылке вина я попросила Дина остановиться и перестать пить. Видимо, у него был повышенный уровень аутоагрессии (ранее я бы назвала его психозом). Его окончательно вывело из себя, что я диктую ему, как жить, прошу не перебарщивать со спиртным, что отказалась за ужином возвращаться к вопросу о переезде.

Он схватил меня за волосы и шею и усилием руки дал по-

нять, что мы незамедлительно идем в постель. Я противилась ему, так как понимала, что за этим последует секс. Он настаивал на том, что сегодня мы зачнем ребенка. Я кричала, что не позволю ему это сделать. Он прекрасно знал мой менструальный цикл и то, что сегодня был идеально подходящий день для зачатия, который он испохабил лошадиной долей алкоголя.

Я умоляла его прекратить, но он не останавливался. Напротив – его заводило мое сопротивление. Он закрыл мне рот левой рукой, правой сорвал с меня белье и вонзил в меня свой член, а я в судорогах билась под ним до тех пор, пока он не кончил.

Через пару минут он перевалился на бок. Я вскочила и побежала в туалет, меня тошнило. Рвало от мысли, что любимый мужчина, которому я отдавала себя с желанием и трепетом, решил взять меня силой, как последнюю дешевую девку или просто вещь.

Я вышла из ванной и больше не вернулась в постель. При входе лежали мои вещи. Я надела первые попавшиеся на глаза джинсы и белую футболку, натянула кроссовки, накинула курточку и с маленькой сумочкой и iPad под мышкой пулей вылетела из дома. Он не стал меня догонять, отключился в пьяном угаре и даже не понял, что меня нет рядом.

Отчего он так требовал, чтобы я родила ребенка? Ему нужно было, чтобы его кто-то безоговорочно любил? Он желал привязать меня? Стремился продолжить свою жизнь

в ком-то?

Я приземлилась в Киеве. Не хотела слышать ни его, ни других, поэтому радовалась, что телефон во время полета был отключен.

Домой ехала на такси. Мама была шокирована моим приездом раньше запланированного времени. У нее ничего не было готово, но мне ничего и не хотелось: ни пить, ни есть, ни спать, ни жить.

Я начала отматывать пленку назад и вспоминать последние дни, проведенные с Дином. Были ссоры, небольшая агрессия с его стороны, которая вечно выползала наружу перед ответственным моментом. Да, предстояла долгая дорога, но в этом не было ничего ужасающего. Что с ним происходит? Где «мой» Дин? Кто его подменил? Может, он всегда был таким? Я ошиблась?

На вторые сутки в пять утра ночные кошмары прервал звонок. Разрывался домашний телефон, мой мобильный был отключен. Мне сообщили из полиции, что Дин арестован по подозрению в хранении и распространении наркотиков. У меня был шок. Я молчала и даже не сообразила спросить, что мне делать, как действовать дальше, когда могу увидеть Дина, где он, в конце концов?

Положила трубку. В голове тотчас взорвалась бомба, разлетевшаяся на тысячи кусков разными мыслями: хорошо, что жив; это неправда, они что-то перепутали; я ничего подобного за ним не замечала; это подстава; он не мог мне

врать; мой Дин не способен на предательство; как увидеть его; его покормили? Что делать...

Больше всего я боялась поверить, что это – правда, что он мог подставить и меня в нашем прошлом вояже. Я готова была потратить все средства, лишь бы увидеть его, чтобы его выпустили под залог, но стражи закона и слышать меня не хотели. Я прошла десятки допросов и ни разу не видела его лица, не слышала его голоса. Обвинение оказалось верным: он бывший наркоман и драгдилер, от рук которого, как бывает обычно, погибли сотни молодых ребят. Он числился в списках крупнейших наркодельцов. Его настоящее имя Люк М., выходец из семьи ремесленника в маленьком городке. Он жил и разъезжал по поддельному паспорту. На случай срочной эвакуации из страны у него имелась еще парочка фальшивых документов.

Я была ослеплена любовью. Он очень хотел детей. После не увенчавшейся успехом борьбы длиною в год за его освобождение, амнистию. И все это время я пыталась понять, что это было: зависимость, боль, предательство, желание быть обманутой или все же желание быть любимой?

– Интересное описание вашего чувства... ослеплена. Часто водители объясняют ДТП словами: «Меня ослепил свет встречных фар». Даня, так ли это, что вы, будучи ослепленной любовью, не могли нести ответственность за свою жизнь, словно водитель за поведение на дороге?

– Я думала, что, выйдя замуж, стану опорой для мужа, ро-

жу детей и буду образцово-показательной женой и матерью. Мне кажется, – после паузы добавила Даша, – есть более точное определение моего тогдашнего состояния – «добровольно ослепшая», нашедшая поводыря.

– Что вы чувствуете, когда описываете себя в роли добровольно ослепшей?

– Злюсь на себя. Как я могла так поступить со своей жизнью, душой? Ведь я действительно верила, что все делаю правильно, что я должна жить ради мужчины и полностью раствориться в нем! Я увлеклась переездом в Европу, совместными романтическими путешествиями, домашними делами, подготовкой к свадьбе. Оказывается, я потеряла год, а затем еще год пыталась вытянуть из тюрьмы человека, который стал для меня всей жизнью и забрал ее у меня в момент, когда попал за решетку.

– Тогда вы иначе поступить не могли. Вы поступили наилучшим образом, находясь в том времени и в той ситуации. Даня, чем вам может быть полезна злость на себя?

– Еще не решила! – она неожиданно рассмеялась.

В этом смехе звучало самопрощение. Девушка резко замолчала, и лицо ее изменилось, она серьезно продолжила:

– Мое стремление родить ребенка тоже было грандиозным. Я много ездила по врачам, сдавала анализы, обследовалась, но никак не могла забеременеть. Я была абсолютно здорова. Врач предложил обследовать моего партнера, но он категорически был против. Тогда я не понимала почему. Те-

перь догадываюсь...

– Стремление родить ребенка было навязчивым?

– Да, я прикладывала все усилия для того, чтобы забеременеть от любимого человека, поэтому так категорично относились к тем моментам, когда он злоупотреблял алкоголем, я знала, чего для меня стоит подготовка к зачатию, как важно взвешенно и ответственно к этому подойти.

– Даня, а как вы сейчас воспринимаете такую всепоглощающую активность? Почему вы стремились родить ребенка?

– Не знаю, – она замолчала. – Для меня это был естественный процесс. Выйти замуж, родить малыша. Мне казалось, что нас это сблизит еще больше, появятся общие цели.

– Я вас правильно понимаю, что с рождением ребенка ваша совместная жизнь приобрела бы цель, нечто скрепляющее ваши отношения?

– Так ведь и живут в других семьях?

– Как вы думаете, счастливы дети, рожденные с уже уговленной участью быть неким цементом между двумя кирпичами?

– Я не думала про рождение ребенка в таком контексте.

– Даня, что вы знаете о формировании психологической готовности к материнству?

– Это такой психологический термин? – заинтересовалась Даша.

– Будем разбираться вместе. Мы уже много говорили о вашем избраннике. Я предлагаю поговорить о вас. Его судьба

уже решена, как бы жестоко это ни звучало, а ваша решает-ся, и только вами.

В жизни каждого человека наступает момент, когда он осознает, что готов стать родителем. Прекрасно, когда за этим осознанием наступает желанная беременность, но зачастую действительность более коварна, и многие пары сталкиваются с фактом беременности до того, как поймут, что больше всего на свете хотят иметь ребенка. В этом случае в жизни женщины наступает период мучительного поиска ответа на вопрос: «А готова ли я стать матерью?» Предлагаю вам некий алгоритм определения готовности к рождению ребенка.

Прежде всего, продолжение рода – естественный процесс, поэтому именно от состояния здоровья зависит первый этап – зачатие. Если репродуктивное здоровье женщины является удовлетворительным и достигло стадии зрелости, это базовая основа для того, чтобы она в будущем стала матерью. У здоровой женщины с устойчивым менструальным циклом при отсутствии гормональных нарушений или заболеваний половой системы ожидаемая беременность может наступить в течение первых трех месяцев активной половой жизни без предохранения.

Но физиологическая готовность продолжить свой род должна быть подкреплена психологической уверенностью в этом. Адекватная оценка того, что ждет пару с появлением ребенка, какие изменения произойдут в их жизни, должна

сформироваться задолго до его рождения.

Люди, готовые стать родителями, не обязательно похожи на фанатов, способных отречься от всего ради своего кумира – ребенка. Напротив, они хорошо представляют и чувствуют в себе силы для того, чтобы гармонично развиваться дальше.

Я предлагаю тебе пройти тест «Готовы ли вы к рождению ребенка?». Сделай это в домашней обстановке, в расслабленном состоянии. Не торопись, вникни в суть каждого вопроса и ответь на него честно. Я отдаю тебе листик с вопросами и комментариями, заключениями, ключ к результатам теста. Они написаны на обратной стороне листа. Желаю удачи! Прошу пройти тест до нашей следующей встречи в пятницу. И не забывай делать дыхательную гимнастику утром и вечером.

Даша ушла, а я решила привести себя в чувство, сделать передышку. Уж слишком много эмоций ушло на эту встречу – эта жуткая история любовных отношений с наркотически зависимым человеком, связанным с криминалом... И не важно – в прошлом или сейчас, но психика девушки надломлена.

На следующую встречу Даша пришла поникшая.

– У меня 16 баллов. Я еще не созрела. Это действительно

так? – с грустью произнесла Даша.

– Хорошо, что ты пришла к этому выводу сама. В прошлый раз я не стала давать тебе еще один тест, но сегодня в конце встречи я тебе его вручу. Можешь его пройти, когда считаешь нужным, он о готовности к браку. Почему я дала эти два теста именно в таком порядке? Ты готова была зачать ребенка до момента регистрации брака, могу сделать вывод, что для тебя вопрос рождения ребенка стоял более остро. Ты его проработала. Теперь давай проверим твою готовность к браку. Была ли ты готова к нему тогда или это было лишь навязанное любимым человеком безудержное желание тебя оплодотворить?

– Как ужасно звучит это слово, – протянула Даша, потупив взгляд.

– Я не могу назвать это по-другому при таком отношении партнера к зачатию. Были еще какие-то патологии у твоего избранника, заметные для тебя, а не скрытые, как зависимость от наркотиков? Те, что могли отвернуть от брака как таковой и желания строить нормальные, не невротические стабильные отношения?

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.