



Юлия Ларина

Фантазии

Проблема
коммуникации

16+

Юлия Сергеевна Ларина

Фантазии. Проблема КОММУНИКАЦИИ

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=58120978

SelfPub; 2021

Аннотация

Вы знаете о себе все? Вы уверены в этом? Так почему вы несчастливы? Знаю, все дело в работе, в семье, в других людях, а еще сегодня погода не по вашему нраву. А если я скажу, что все дело в вас, то какие будут ваши действия? Когда покинете свои фантазии? Фантазии – это способность создавать образы об этом мире. В вашей голове создан мир фантазий. И поверьте мне, он отличается от реальности. Из-за этого возникают проблемы в коммуникации с другими людьми и даже с самим собой. Элис – героиня моей книги, решила быть смелой и выйти из мира фантазий. Она узнает страшные тайны, которые скрывает ее подсознание. Нет, она не обнаружила, что она маньяк-убийца. И нет, она не подвергалась жесткому насилию. Хотя, прочитав эту книгу, вы поймете – этого и не надо, чтобы появились психологические травмы. В книге много диалогов – это один из важных инструментов, который помогает расширить представление об этом мире и перестать врать самому себе и окружающим. Конечно, если вы умеете им пользоваться.

Содержание

Кто я	4
Встреча	11
Пустыня	15
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Юлия Ларина

Фантазии. Проблема КОММУНИКАЦИИ

Кто я

– Привет, меня зовут Элис. Я – человек...

Каждый раз, когда надо себя представлять, у меня ступор. Что говорить? Что вообще интересно людям обо мне узнать? Может рассказать о хобби? Так они обычные: книги, фильмы, иногда походы в театры. Хотя бывают интересные увлечения, но надолго они не остаются. Например, игра на гюккофоне, курсы актерского мастерства, вокал, езда верхом, сноуборд, велосипед, походы и даже восхождения на горы. Перечислила их все, и стало грустно. Ведь ими я занимаюсь, потому что мне одиноко. Нет, конечно, у меня есть друзья. Мы с ними встречаемся, веселимся, хорошо проводим время. Но это происходит не так часто, как хотелось бы. Поэтому большую часть времени я одна.

Когда ты один, у тебя море времени. Можно заняться разнообразными вещами. Наверное, поэтому я так часто меняла профессии. Моя первая профессия была инженер-проектировщик зданий, я потратила на обучение 5 лет. Скажу чест-

но – зря. Как показал мой опыт, мне бы хватило года, чтобы выучить все дисциплины и разобраться как работает данная отрасль. Но система образования говорит, что нужно 5 лет. За это время я успела не только выучить все положенные и неположенные дисциплины, но также осознать, что это не женская работа. А точнее, мне тут не реализовать. Почему-то к женщинам в этой отрасли скептически относятся. Хотя по уровню стрессоустойчивости и умению надавить на собеседника во время переговоров, у меня не было равных.

В этой отрасли я проработала 6 месяцев. Затем уволилась и мне попала вакансия ассистента профессора, который должен сопровождать его в экспедициях для изучения поведения аборигенов. Недолго думая, я решила подать заявку. На удивление со мной решили встретиться для собеседования. Мне задали много странных вопросов, а также спросили опыт работы в психологии и в биологии. На что я ответила: “Я гениальный наблюдатель. Я могу обучиться, наблюдая, как работает другой человек. Обычно мне хватает около месяца, чтобы получить первые навыки. А если я еще подключу книги, статьи и научные фильмы, то результат будет намного лучше”. Этот ответ их устроил, и меня взяли в команду.

Четыре месяца я прожила в Африке, 3 месяца – в Амазонии, и еще 3 месяца – в поселениях хантов. Я работала ассистентом профессора психологии и нейробиологии Ноа Картосон. Моя задача была писать его заметки, наблюдать за экс-

периментами, выслушивать его бред... одним словом я была разнорабочим. Но мне очень нравилось, я узнала о строении мозга, нервной системы, появились общие представления как работает все тело. А также я узнала себя – узнала, что мой внутренний мир отличается от того, что я себе представляла. Профессор Ноа много говорил о том, что люди любят упрощать реальность, конечно, он имел в виду, что мозг любит это делать. Но для меня было странно разделять человека и мозг. Все таки мы же живем в одном теле.

Эти поездки меня вымотали. Я хотела вернуться домой. Профессор Ноа даже расстроился, но не стал уговаривать. Единственное, он мне предложил поступить в университет на нейробиолога, даже обещал меня устроить на бюджет. Но после 5 летнего опыта обучения на инженера, мне не в коем случае не хотелось тратить на это время. Конечно, я пообещала подумать, но кого мы обманываем.

Я приехала домой, у меня были небольшие накопления, поэтому я решила расслабиться. Хватило меня на пару недель. Когда ты один, сложно ничего не делать.

Мне попались курсы удаленной работы, я решила их пройти. Бессмысленные курсы, но они мне дали направление – веб-дизайн. Я прошла еще курсы, устроилась на работу, потом еще на одну. В конце концов, мне надоело работать с бесхребетными менеджерами и решила показать им пример, поэтому устроилась менеджером в IT фирму. Не ожидала, что будет столько информации. Но благодаря моему стрем-

лению изучить новое, мне хватило 6 месяцев и меня повысили на должность верховного менеджера.

Я не любила уступать, как говорил профессор Ноа, это было моей ахиллесовой пятой. Если мне бросили вызов, то я не успокоюсь, пока враг не будет повержен, и не будет умолять меня о пощаде. Кто бы мог подумать, что я встречу точно такого же человека, который меня размажет по стенке. Пришлось капитулировать. Благодарю своего директора, который смог сохранить мое лицо и защитить остатки моей гордости.

Этот человек даже приезжал к нам в фирму, чтобы обучать нас и поделиться опытом. Мне было интересно как мы будем общаться, но этот человек даже не вспомнил, что у нас были разногласия. Она, да, это была женщина, вела себя спокойно, рассказывала смешные истории из своей практики. Даже рассказала, что был опыт работы парикмахером. Я увидела, можно сказать, свою родственную душу. Этот человек, испытывал те же сомнения, переживания и даже имел те же мысли. Она видела слабости в других людях и использовала их в своих целях. И чем больше она рассказывала про свой опыт, тем страшнее мне становилось, кем я могу стать. Жестоким, не знающий компромиссов, жаждущим утвердиться за счет других человеком. И эта правда пугала меня.

Через несколько месяцев я уволилась. Я работала менеджером в других фирмах в IT отделах, но потом я полностью забросила эту работу. И мой путь в поиске себя продолжил-

ся.

Каждое утро, ну почти каждое, я хожу в кафе и пью кофе. Люблю утреннюю тишину. Однажды, я повстречала профессора Ноа со своей женой в кафе “Встреча”. Люблю такие совпадения, они меня забавляют. Мы приятно поболтали.

Наверное, тут надо остановиться и рассказать подробнее о профессоре, ведь этого персонажа в моих рассказах вы часто будете встречать, поэтому пора познакомиться с ним поближе.

Профессор Ноа – высокий и статный зрелый мужчина, ему 51 год. На голове уже видны седые волосы, много морщинок вокруг глаз. Его голос достаточно низкий, но не грубый, мне всегда нравились такие голоса. Они меня успокаивают. Он сразу определил направление своей деятельности, когда ему было 12 лет, он увлекся биологией и строением тела человека. После школы поступил в ВУЗ на нейробиолога, а еще параллельно изучил психологию. Затем получил докторскую степень, потом стал преподавать, затем опять увлекся экспериментальной наукой, поэтому часто отправляется в какие-то экспедиции. А вот его жена – Лия, простой библиотекарь. Она ростом 1,65 м. Видно, что красит волосы и является очень спокойным человеком. И так как она мне не интересна, я не буду много о ней рассказывать.

Мы с профессором обсудили некоторые теории, как делали раньше. А также я рассказала, чем занималась последние три года. Не знаю почему, но предполагаю, потому что

он психолог, я всегда могла ему доверить свои сомнения, страхи, переживания. В итоге нашего разговора, он предложил мне отправиться в экспедицию с его другом, который занимается археологией, профессором Юханом Максаном. Он никак не мог найти ассистента, который бы согласился с ним отправиться на год в пустыню. Недолго думая, я согласилась.

Профессор Юхан – смешной малый, причем в прямом смысле. Он был ниже меня сантиметров на 20, любил сарказм, голос его был мягким, но забавным. Он мне напомнил мою покойную бабушку по материнской линии. Она была мягкой, но стойкой. Не любила много говорить, но когда говорила, я чувствовала безопасность. Также было и с профессором Юханом, хотя если бы возникла драка, защищать нас пришлось бы мне. Хотя о чем я? Профессор Юхан настоящий дипломат. Он смог даже уговорить правительство дать нам доступ к секретным военным материалам, чтобы мы нашли какой-то камень.

Ваша фантазия смотрю, разыгралась. Нет, мы искали обычный камень. Ну хорошо, не камень, гробницу. Если бы вы провели год в пустыне, где только песок и камни, которые отдалённо напоминают какое-то сооружение, вы бы тоже скептически стали относиться к данному мероприятию.

Мой контракт истек, и так как песок и жара меня достали, я решила отправиться в свой холодный и одинокий мир. Признаюсь честно, мне тяжело было покинуть профессора

Юхана. С ним было так весело, что у меня никогда не возникали мысли, что я одна. Но я понимала, что таким образом убегаю от себя. Точнее, об этом мне сказал профессор и сказал, что пора мне с этим разобраться. А затем я могу вернуться в сказочную пустыню и продолжить с ним искать “камни”. Любил он сарказм.

Я вернулась домой. Так как мне неохота было искать работу, я написала профессору Ноа, и попросила его взять меня в ассистенты в местную команду. Он согласился, но сказал, мне подать документы на обучение на нейробиолога. Пришлось согласиться.

Учеба шла нормально. Славу богу, я откосила от посещения общих дисциплин, поэтому времени было достаточно, чтобы разобраться со своим одиночеством.

Встреча

Я тот человек, который любит разбираться в чем-то до тех пор, пока это интересно, или пока проблема не будет решена. Чем больше я изучала строение мозга, тем больше понимала, что одиночество меня мотивирует. И от этой мотивации мне сложнее отказаться, чем от “второй половинки”.

Вторая половинка – как же это слащаво звучит. Давайте будем разумными. Я могу сама себя обеспечить, накормить, позаботиться о себе и даже развеселить себя. От партнера я жду сотрудничества. Это значит, он должен быть самодостаточным и не зависеть от меня. Поэтому меня раздражают те пары, где есть родитель, который указывает, что сегодня они будут делать. И ребенок, который все время устраивает бунт: то забудет ипотеку оплатить, то напьется перед важным мероприятием, то по случайности трахнет другого человека.

Профессор Ноа все время мне повторял: “Расширь свою реальность, усложни ее, и тогда тебе станет все понятно. Ну или почти станет, ты ведь не гений”. Меня эта фраза всегда забавляла, а также мотивировала доказать ему обратное. Старый черт знал, на что надавить.

В Инстаграме я уже редко обращаю внимание на рекламу, но эта зацепила: “Спорим, ты не знаешь о себе все?” Это была страничка мастера тета-хилинга. Она разбиралась в мыш-

лении, установках, программах мозга. Также она проводила консультации. Я записалась.

– Привет, меня зовут Юнна. Вы бывали раньше на те-та-сессии?

– Здравствуйте, нет. Впервые.

Она рассказала, как проходят консультации. И затем спросила, что я хочу разобрать? Какая сцена моей жизни меня не устраивает? Сцена – это слово я никогда не использовала по отношению к своей жизни.

– Меня беспокоит внутреннее одиночество. Мне сложно находиться наедине с собой. Какая-то боль сжимает все сердце. Я почти 28 лет пытаюсь убежать от себя, но никак не выходит. Поэтому набралась смелости и решила познакомиться с собой поближе. Правда, пока не сильно выходит. Как только начинаю погружаться в свои страхи, то сразу внутри слышу крик, и это заставляет меня заниматься чем-то другим. Я могу перечислить кучу хобби и профессий, которыми я занималась, только чтобы не слышать этот крик.

– Забавно – ответила Юнна. – Что-то поменялось в нашей реальности. Чувствуете, да?

Мы общались через видео-связь Zoom. Я даже не знала, как реагировать на данный вопрос. В мыслях была путаница, может это своеобразная проверка или способ найти мои триггеры. В общем я молчала и ждала.

– Ой, извините. Я вас смутила. Давайте поясню. Обычно ко мне приходят со следующим заявлением: “Я хочу постро-

ить отношения, но никак не получается. Все время встречаются “плохие” люди. Почему?” И мне приходится объяснять, что дело не в людях, а в них самих. Они сами выбирают быть одинокими, чтобы лучше познакомиться с собой, а главное решить свои проблемы. А тут вы. Меня удивила ваша честность с самой собой, да еще с посторонним человеком. Вот я и решила, похоже реальность поменялась. И так как вы честны с собой, я могу предположить, что вы догадываетесь, что за одну сессию, эту проблему мы не решим. Поэтому предлагаю выстроить план, по которому мы дойдем до ваших триггеров и уберем их все, чтобы вы наладили отношения со своим внутренним я.

Мы обсудили план сессий. Она предложила пойти в обратном порядке и разобрать каждый кусок моей жизни. Начнем мы с пустыни и работы с профессором Юханом. Встречаться будем раз в неделю. И на следующую сессию дала домашнее задание: написать список, что мне понравилось и не понравилось в этой работе.

Юнна выглядела лет на 25, хотя ей уже было 30. Единственное, что могло выдать ее возраст – это седина в ее рыжих волосах. Она сменила несколько направлений своей деятельности, но остановилась на коучинге. В ее речи часто встречались термины из нейробиологии, хотя она не была не нейробиологом, не психологом. Из любопытства я спросила, почему она не получила диплом психолога? На что она ответила: “Не люблю тратить время попусту”.

Такое интересное чувство, когда ты встречаешь человека, который похож на тебя, но уже прошел путь сомнений и тревог. В его пространстве летала уверенность, самооценność и знание своего пути. Я с нетерпением ждала следующую консультацию.

Пустыня

Я не проходила не собеседование, не даже телефонное интервью. Мне просто пришел по электронке список вещей, которые стоит взять с собой и билет на самолет. Первая встреча с профессором Юханом состоялась в аэропорту. Я нашла его легко, по описанию профессора Ноа, мне надо было искать мелкого старика, который любит прикидываться беспомощным и злым. Он ненавидел аэропорты, и все делал, чтобы насолить службе безопасности. Но метод, который он использовал, даже мне показался слишком уж беспощадным.

Профессор Юхан надевал на себя одежду, которая состояла из максимального количества металлических изделий. Он снимал по одной вещи и выкладывал на ленту досмотра. При этом все это делал медленно, трясущимися руками и злобным взглядом. А затем проходил через металлическую рамку. Естественно она пищала, и сотрудник безопасности аэропорта просил проверить, снял ли он все металлические элементы. На что он фыркал и говорил: «Нет, я забыл про эту вещь». Также он стремился никого не пропустить вперед. Таким образом, очередь двигалась медленно. И как раз в этой очереди я его и нашла.

– Профессор Юхан? Я – Элис, ваша ассистентка. Нужна помощь?

Он посмотрел на меня таким взглядом, как смотрит ребен-

нок на своих родителей, которые мешают ему играть. И сказал:

– Эххх, привет.

Он ускорился, вытащил все металлические элементы и прошел через рамку досмотра. Я последовала за ним.

В зале ожидания, профессор поделился своими возмущениями на счет бессмысленных проверок в аэропортах, и как он их ненавидит. Что это система запугивания, сдерживания и контроля. И как он дал клятву и посвятил свою жизнь борьбе с этой несправедливостью. В общем, псих он был еще тот. В этот момент я уже сомневалась в правильности своего решения, и не удивлялась, что не было собеседования. Если бы я увидела его раньше, то процентов на 80%, меня бы тут не было.

Мы прилетели в Эль-Аюнь, прошли досмотр, нас встретили, и мы сразу отправились в пустыню к объекту исследования. Дорога была кошмарной. Я вымоталась. Нам дали вагончик, и я пошла спать.

Утром разбудил меня профессор со словами: “Соня, пора вставать, а то пропустишь самое интересно”. Мнение на счет интересного у нас различалось. Несколько часов с другими участниками экспедиции мы ходили по площадке, где нашли камни. Они восхищались, говорили про какие-то необыкновенные открытия. В обед им наконец-то надоело восхищаться, мы отправились кушать, и профессор рассказал, что мне придется делать.

В обед он дал мне инструменты, и мы с ним отправились на площадку, где ему выделили место для раскопок. Скажу честно, я и в огороде у мамы ненавидела работать, а в пустыне, где стоит невыносимая жара тем более.

Спустя, наверное, месяц я заметила, что профессор Юхан меня тщательно изучил. Он знал даже какой температуры я пью кофе, что предпочитаю в еде, какая работа мне больше приносит удовольствия, а какую я ненавижу. Также он определил мои триггеры, которые мотивировали меня. Это меня бесило. Чужак знает меня лучше, чем я сама. Он мог предугадать даже, какое печенье я хочу съесть в определенный момент, когда я хочу прилечь поспать, а когда выпить воды. Мой мозг не мог сообразить, как это ему удастся. Ведь сам мозг еще не обработал сигналы, что нужно это сделать.

Я человек прямолинейный, и когда меня стало это сильно раздражать, я об этом спросила:

– Профессор Юхан, мне кажется вы какой-то шаман. Откуда вы знали, что сейчас я захочу выпить горячий кофе со сладким печеньем? – он мне принес кофе с печеньюшками в палатку, где я очищала находки.

– Скажем так, у меня развито чутье, – он посмеялся, а потом добавил. – Я поступал на нейробиолога вместе с профессором Ноа. Но спустя год, мне это надоело, все казалось таким очевидным, что не понимал, зачем на это тратить 5 лет. Поэтому я перевелся на археолога. Не спрашивай почему, просто в нужный момент попалась нужная информа-

ция. Обучение меня зацепило, и это время пролетело незаметно. Во время обучения, я часто ездил в экспедиции. И знаешь, что мне понравилось? Я абсолютно не могу предсказать свою жизнь. Мы могли попасть в бурю, в яму, под проливной дождь без возможности укрыться. Нас могли не пустить на площадку или наоборот не выпускать. Мой мозг был в панике, так как будущее было неизвестно. С каждой экспедицией мозг привыкал к этой неизвестности, но, конечно, ему была нужна точка опоры. Вот я и придумал себе занятие, я изучал привычки людей, с которыми ездил в экспедиции.

Он достал блокнот, где подробно был расписан мой распорядок дня: во сколько встаю, как долго сплю, вижу ли я сны, сколько раз в день я хожу в туалет, какое настроение у меня в течение дня. А также, что ем, что вызывает восторг и удовольствие. А затем он показал такие же наблюдения и за другими людьми. Одним словом, он – чокнутый. Я даже не удивлялась, что он ни разу не был женат, и постоянной подружки у него тоже не было.

Спустя три месяца, его странности перестали меня волновать. А даже наоборот, мне было приятно. Он заботился обо мне как папа, о своей любимой дочке. У нас часто были откровенные разговоры, но я запомнила один:

– Зачем ты тут? – спросил меня профессор Юхан. – Кому и что ты хочешь доказать?

– Я ничего не хочу доказывать, просто нужна была работа.

– Ага, кроме как в пустыне больше негде работать, – он звонко посмеялся и продолжил меня пытаться. – Неудачные отношения? С мамой не можешь найти общий язык? Или внутри очень больно?

Я замерла. Он всегда мог задать нужный вопрос, чтобы внутри у меня екнуло.

– Да, внутри больно. Причем я не знаю почему. Но мне сложно быть одной, а также сложно быть с кем-то. Я пыталась ходить к психологу, но меня раздражало, что они сразу пытались узнать все подробности моего детства. А детство у меня было вполне нормальное. Мама, папа, старшая сестра. Мы жили в хорошем районе, у родителей была высокая зарплата, нам покупали все, что мы хотели. Поэтому мне не понятно, почему все время ищут в моем детстве какой-то изъян.

– И не говори, чертовы психологи. Думают, что знают все, а на самом деле ничего.

Мне было приятно, что он не стал меня переубеждать, поэтому я продолжила:

– Я все время ищу место, где смогу быть полезной и где признают мои навыки. Я работала в разных сферах, но пока не могу найти ту, в которой бы совпали оба параметра. Если говорить о пустыне, то тут, конечно, мило, но в таких условиях я бы не хотела провести всю жизнь.

Профессор Юхан рассмеялся и добавил: “Я бы сам не хотел. Ох, это жестокая любовь”. Я улыбнулась.

– Хотя о чем я? – продолжил он. – Любовь – это самое прекрасное чувство. Только мы не умеем его осознавать. Путаетем с другими чувствами: со страстью, с наваждением и даже с влюбленностью. Знаешь, какую любовь сложнее всего заметить?

– Ммм... Может между мамой и ребенком?

– Нет, хотя твои рассуждения мне понятны. На самом деле, сложнее всего заметить любовь между внешним и внутренним я.

– В каком смысле? – такое ощущение, что эту фразу я уже поняла, но мне хотелось, чтобы профессор пояснил мои чувства.

– Вот, например, ты хочешь сейчас жить в красивом, уютном доме, где тебя будет окружать миленький интерьер. И где в любой момент ты сможешь принять ванну. Но из-за того, что ты не чувствуешь внутреннюю любовь, отправляешься в пустыню, где тебя будут окружать вонючие вагончики и придется слушать бред старика. Тогда наконец-то, конечно если сложатся определенные условия, ты услышишь свой внутренний голос. И он будет шептать тебе: “Я люблю тебя. Тебе нечего мне доказывать. Ты лучшее для меня творение на этом свете”.

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.