



«**ОДИНОКО
ЖЕНАТЫЙ**»

ДЛЯ
ТЕХ, КТО
СЛЫШАЛ:
«Я ТЕБЯ
НЕ
ЛЮБЛЮ!»

**ЕВГЕНИЙ
ЮШКО**

СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

18+

Евгений Юшко

Одинокó женатый

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68591929

SelfPub; 2022

Аннотация

ДЛЯ ТЕХ, КТО БЫЛ СЧАСТЛИВ В БРАКЕ ДОЛГИЕ ГОДЫ, А ПОТОМ В ОДИН ДЕНЬ ЖЕНА СКАЗАЛА: «Я ТЕБЯ НЕ ЛЮБЛЮ!» Честная история о том, что пошло не так. Вы сможете прочесть мои мысли, Вы подсмотрите в замочную скважину, Вы узнаете все потаённые «мужские» секреты. Все персонажи являются вымышленными, и любое совпадение с реально живущими людьми случайно. Правда ли всё это? Вам решать!

Содержание

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ	4
ГЛАВА 0. СПОЙЛЕР.	9
ЧАСТЬ 1. СОН	10
ГЛАВА 1. НАЧАЛО КОНЦА ИЛИ КОНЕЦ ВО БЛАГО НАЧАЛА?	10
ГЛАВА 2. ДАЙ ШАНС!	15
ГЛАВА 3. ОСОЗНАНИЕ	24
ГЛАВА 4. ЛОМКА	31
ГЛАВА 5. ДАВАЙ БУДЕМ ДРУЗЬЯМИ	39
ГЛАВА 6. ПРЕДЛОЖЕНИЕ, ОТ КОТОРОГО НЕ ОТКАЗАТЬСЯ	46
ГЛАВА 7. СТАЛЬНЫЕ	51
ГЛАВА 8. СУДЬБА	61
ГЛАВА 9. ЭТО ЛИ СУДЬБА?	70
ГЛАВА 10. НОВАЯ ЖИЗНЬ	75
ЧАСТЬ 2. ХРАП	86
ГЛАВА 11. ВОЛШЕБНАЯ ТАБЛЕТКА	86
ГЛАВА 12. ПОСТАВИЛ ГАЛОЧКУ	93
ГЛАВА 13. БУДНИ	96
Конец ознакомительного фрагмента.	100

Евгений Юшко

Одинокó женатый

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

Это реальная история моей жизни. Часть событий и моментов может быть искажена. Я не компьютер. Эту книгу написалó моё восприятие.

Я не хотел писать много, не хотел ворошить грязное белье. Но, к сожалению, местами именно так получилось.

Я специально не удалял фотографии и посты в своём аккаунте (oneginzz), чтобы при желании вы могли увидеть те посты и фотографии, о которых идёт речь в книге.

Изначальная цель написания этой книги была такая: объяснить детям, что я сделал всё возможное для сохранения семьи. Затем цель поменялась: сделать так, чтобы прочитавшие эту книгу люди не попадали впросак. Затем родилась моя миссия: помочь максимальному количеству семей научиться строить гармоничные отношения, следить за своим здоровьем, развиваться и зарабатывать. Благородно. Однако написание книги затянулось. Цель казалась слишком далёкой и несбыточной.

Я выложил часть истории в Интернет, надеясь, что это поможет мне дописать книгу. Но! Увы. До тех пор пока я не

отпустил ситуацию – муза не приходила.

Целый год я не писал или делал это лишь эпизодически. Не хотел марать бумагу без вдохновения. Затем продолжил, благодаря работе с людьми. Я рос. Видел, что мои уроки помогают людям, делают их жизнь лучше. Смотрел в их глаза и понимал, что нужно закончить эту книгу.

Я говорю спасибо своей жене, благодаря которой эта история стала явью и изменила меня навсегда.

Благодарю своих Родителей, брата, настоящих друзей, которые поддержали в самое сложное время. И в беде, и в радости.

Я благодарю детей, ради которых поначалу всё и затевалось. Я вас очень люблю! Но самым сложным было продолжить написание книги именно после того, когда я прочёл несколько глав своей старшей дочери. Я завершил гештальт. Это было в парке. Помнишь?

Спасибо тебе, моя вдохновительница. Моя муза. Без лишних слов.

Благодарю и свою младшую дочь Полину, к рождению которой я закончил написание книги.

Я благодарю каждого, кто поддержал меня и ждал выхода этой книги, кто писал мне по ночам, кто спрашивал о том, когда книга будет издана, кто бронировал её заранее, кто прислушивался к советам и сохранил свою семью, кто рассмотрел расставание с Бывшей как возможность роста, кто молчаливо ждал продолжения, кто писал комментарии,

у кого поменялась жизненная парадигма.

Тех, кто понял.

Спасибо и тому, кого я считал **лучшим** другом, кто проявил себя, когда я начал писать книгу, словами: «...друг книгу пишет – пи*дит, как дышит...». Было обидно, ведь он точно знал, что в книге крик души. Обида разрушает. Я не обижаюсь. Благодарю тебя. Того, кто точно не прочитает эту книгу, но будет обсуждать её. Я всё ещё считаю тебя другом.

Спасибо Айн Рэнд и её книге «Атлант расправил плечи», она меня мотивировала к написанию моей книги, дала пинка.

Благодарю Макса Вердикта и Влада, которые делают для становления и осознанности мужчин больше, чем кто бы то ни был в русскоязычном мире. Надеюсь, они прочитают эту историю и захотят взять меня в свою команду.

Спасибо моим наставникам! Без вас бы точно не было результата.

Спасибо, Денис, ты был первым и самым запоминающимся. Благодаря тебе я научился вставать и не падать.

Слова благодарности Джереми Беньямини, он поверил в меня в тот момент, когда другие отвернулись. Он отдавал свой самый ценный ресурс – своё время. Не жалел его. Как и свои глубокие знания, которыми он щедро делился. Хоть он практически не повлиял на контент книги, он внёс вклад в моё развитие тогда, когда книга была закончена. Появился в моей жизни в нужный момент и помог поверить, что я –

горящая свеча. «Мы живем в тёмное время. А в темноте горящую свечу видно издалека. Ты – горящая свеча!» – говорил он. Эта мысль греет меня до сих пор.

Отдельная благодарность Алине Чернышевой и Елене Анатольевне Колесниковой, вы помогли мне сделать так, чтобы моя рукопись увидела свет.

Мои читатели!

Надеюсь, вы не бросите книгу в самом начале или середине. В этом случае моя работа не имеет никакого смысла. Прочитайте полностью. Только так вы увидите, почувствуете мою трансформацию и сможете применить то, что вам подойдёт.

Помните, что наш мозг всегда находит подтверждение своим убеждениям. Если вы, читая книгу, будете искать то, что вам не понравится, вы точно это найдёте. Но, если вы рассмотрите её как пространство для открытий и экспериментов, это поможет вам найти действенные инструменты, чтобы сделать вашу жизнь лучше, а отношения крепче. С каким настроением вы теперь хотите прочитать эту книгу?

Ответьте себе.

Я не могу и не хочу давать вам советов. Многие уроки моей жизни вам не подойдут. Выбор того, какие вы хотите отношения, каким должен быть ваш партнёр, как вы будете создавать гармонию – только в ваших руках.

Надеюсь, читая книгу, вы вырастаете вместе со мной. Я писал и менялся в процессе написания. Вы почувствуете это.

В книге вы также найдёте высказывания и мысли известных психологов, блогеров, философов, учёных – они приведены для того, чтобы придать вес моей точке зрения.

Чем ближе я подходил к финалу книги, тем легче мне было анализировать всё то, что я пережил.

Каждый из вас может сказать: «Ой, у меня такая история, что я и сам/сама могу книгу написать!» Да, можете. Но эта книга не просто история отношений, эта книга об изменениях, длиною в жизнь. Эта книга о целом поколении мужчин, которых можно назвать «одинокими женатыми».

Я понимаю, что эта история изменила мою жизнь, поэтому она должна быть издана или выставлена в сеть.

Если ты читаешь эти строки, значит, мне удалось!

Мы вместе это сделали.

Ты мне помог.

Я верю, что эта книга досталась тебе не бесплатно. Это важно, ведь мы так устроены. Ценим то, во что вкладываемся. А главное, когда платим, получаем результат. Вернее, вероятность больше.

Ещё одна просьба, прежде чем ты начнёшь читать: «Не воспринимай мои уроки как единственно верные решения. Применяй, пробуй, практикуйся – **ты найдёшь свой путь!**»

ГЛАВА 0. СПОЙЛЕР.

Мы лежали в кровати. Разговаривали. Смотрели друг другу в глаза и улыбались.

Так вот такая ты – гармония.

Иногда лежали в тишине. Но было такое ощущение, что разговаривали молча. Идиллия. В такие моменты ты понимаешь, что счастлив здесь и сейчас. Больше ничего не нужно.

Я успокоился. Выдохнул.

Не думал, что смогу это сделать. Не думал, что снова смогу быть счастлив с той, которую люблю.

Чувствовал себя благодарным, сильным, уверенным и спокойным. Как Хабиб после очередного выигранного боя.

А ведь всё начиналось очень не очень.

Вернее, вообще не очень.

– А не написать ли мне книгу об этом всём! О том, что мы пережили! – из меня вырвалась мысль, которую я не смог сдержать. – Я прямо сейчас её напишу! Я верю, что эта книга будет полезной!»

Я сел за компьютер в полночь. Включил его и начал громко, звучно клацать по клавиатуре...

ЧАСТЬ 1. СОН

ГЛАВА 1. НАЧАЛО КОНЦА ИЛИ КОНЕЦ ВО БЛАГО НАЧАЛА?

– *Был ли я счастлив?*

– *Да! Каждый день!*

– *Видел ли то, что что-то идёт не так?*

– *Нет! Я же был счастлив.*

У вас было такое, чтобы человек, от которого вы без ума сказали вам: «Я тебя не люблю!?»

Это ни с чем не сравнимое ощущение. Это меняет тебя навсегда. Делит жизнь на «до» и «после». Чувствуешь себя в этот момент пассажиром падающего самолета, из которого даже выпрыгнуть нельзя. Какой-то страшный сон, но при этом проснуться ты не можешь.

Обо всём по порядку. Она приходила с работы очень грустная и уставшая. Целую неделю. Может две или даже три. Я не замечал. Одним словом (*вернее, тремя*), классический невнимательный мужик.

Первую часть дня я работал, вторую – выгуливал свою пятую точку на поверхности дивана. Футбол, хоккей или сери-

альчик приходили на помощь, чтобы процесс казался более увлекательным.

Теперь о жене. Она отлично умеет показывать эмоцию «что-то не так». Просто молчит, не поддерживает беседу, отвечает односложно. В тот период это стало нормой.

*****ОТСТУПЛЕНИЕ**

Время от времени я буду делиться своими рассуждениями на тему: «Что бы я поменял, если бы это произошло сейчас... короче говоря, уроки жизни, приобретённые на своих ошибках».

Урок 1. Если девушка на вопрос: «Как прошёл твой день?» отвечает просто: «Нормально...» – жди беды! Ей нужно выговориться, выдать всё в деталях и получить в ответ понимание, сочувствие или Бог знает что ещё (они ж зачастую не рассказывают, а мы в большинстве своём не умеем быть проницательными).

Вывод. Жизненно необходимо научиться слушать и слышать, научиться понимать свою женщину, видеть, что её беспокоит. Не накидывать советы, а попытаться проникнуться её переживаниями. Для неё это важно. Это её психологическая безопасность.

Перейдем к экшену. Это могло произойти и позже, и раньше, но случилось в тот момент, когда мы оставили машину

на мойке и спокойно прогуливались по улице. Вечер. Фонари. Мы. Идём и молчим. Понимаю, что есть проблема, и она хочет, чтобы я спросил о том, что её беспокоит. Я поинтересовался: «Что с тобой?! Чего грустишь?» В ответ услышал: «Тебе не понравится, если я скажу. Ты расстроишься, сильно расстроишься».

Я собрал мысли в кулак, посмотрел на неё и попросил объяснения... но я и предположить не мог, что услышу такое, *всё-таки мы были вместе уже 11 лет, у нас двое крутых деток: Ксю в тот момент было 10 лет, Лёшке – 6.* Она произнесла максимально грустно:

«Я тебя не люблю! Вообще не люблю! Вообще! Когда ты меня трогаешь – мне неприятно, противно!»

Возможно, фраза недословно передана, но я услышал её именно так. Я опешил. Сердце застучало. Подумал: «Нет... это приколы какой-то. Всё ж нормально! Я ж и хозяйство веду, и с детьми уроки учу, и с деньгами всё неплохо, и между нами секс даже иногда бывает, раз-два в месяц, если повезёт».

Урок 2. Мужчина рано или поздно, достигая цели, начинает думать, что он всего достиг и может расслабиться «булки», но это не так, нужно быть в тонусе всегда! Ну или почти всегда!

Что я могу сделать в этой ситуации? Как исправить плачевное положение? Как минимум поговорить, обсудить, что да как! Но разговор не получался. Одно стало понятно, что она действительно ничего, кроме дружбы ко мне не испы-

тывает: я – брат, который помогает ей воспитывать детей. Она и предложила: «Давай будем друзьями!... с двумя детьми. Будем спать в разных комнатах, просто дружить...»

Тогда я верил, что это у неё какой-то тумблер «люблю-не люблю» и я смогу его переключить. Однако первое, что родилось в моей голове – это попытка давить на ревность... Я начал рассказывать о том, что у меня на работе наклёвывается роман, мол «подкатывает там одна», но я, как порядочный семьянин, веду себя недоступно для противоположного пола.

Блеф.

Я увидел заинтересованность на лице жены. Ей стало интересно. Я неосознанно включил механизм, который сломал её шаблон. В душе я чувствовал себя подростком, который перед сверстниками рассказал историю про первый секс, которого ещё не было. *Сейчас она меня раскроет! Выведет на чистоту.* Но не тут-то было.

Она начала спрашивать: «Как зовут незнакомку, что у нас с ней было и тому подобное». Естественно, девушка с работы была относительно вымышленной. Почему «относительно»? Потому что симпатичная девушка на работе была, но вряд ли бы у нас с ней что-то получилось. Я весил 102 кг при росте 1.78 м. Был не ухожен и одет как чиновник низшего звена. *Подойёл бы для фильма ужасов. Такой герой всегда умирает вначале!* А незнакомка с работы была симпатичной 22-летней девчонкой, пожалуй, одной из тех, глядя на кото-

рую можно влюбиться.

Однако блефовал я недолго и уже на следующее утро выдал жене правду. *Лошара*. Уж больно не хотел, чтоб она расстроилась. Но потом пожалел, видя, что после моего признания эта тема её больше не трогает.

Урок 3. Смеею предположить, что даже отрицательные эмоции или ревность могут быть лучше, чем «полный штиль» в отношениях. Рано или поздно наступает «инерция», мы плывём по течению и, как следствие, перестаём любить и просто привыкаем друг к другу, входим в зону комфорта.

ГЛАВА 2. ДАЙ ШАНС!

Ночка была тяжёлой. В голове прокручивались десятки разных вариантов того, что нужно делать. Я фигурировал в этих сценариях в роли идеального отца, домохозяина, любовника.

Знаете это ощущение, когда заснуть настолько нереально, что даже пытаться не хочется? Надеюсь, что не знаете.

Я ждал. Лежал и ждал, пока наступит утро, чтобы поговорить. Сна не последовало. Только мысли, похожие на сны.

Утро. Возникло новое отвратительное **ощущение**. Его не передать словами, попытаюсь объяснить через ситуацию. Уверен, у вас было такое в детском садике, школе или во дворе.

Итак, представьте. Вы ребёнок. Рассказали по секрету лучшему другу «Васе» (подставьте любое имя), что влюбились в «Клаву» (любое ваше имя), а этот Василий взял, да и «слил» всё ей! Клава, естественно, к вам теперь относится свысока. Но хуже всего то, что и вы знаете о том, что она знает. И вот возникает **это ощущение**. Неудобненько.

Я включил позитив. Предложил подвезти её к метро, чтобы поговорить.

О чём??? Я же даже не знаю, что сказать. Разговора не получилось. **Это ощущение** не покидало.

Я вернулся домой и ждал, когда она вернётся вечером,

чтобы поговорить. Время шло медленно. Я знал, что в шесть у неё заканчивается работа и в семь она будет дома. В наших отношениях роль матери я взял на себя, а она стала добытчиком-мужиком со стальными яйцами.

Я готовился к разговору. Убрал всё в комнате, приготовил поесть. Забрал Лёшку из сада. Накормил детей и уселся смотреть спорт. *Привычный сценарий.*

*Урок 4. **Всю жизнь мы либо идём вперед, в те моменты, когда развиваемся, узнаём что-то новое, оттачиваем навыки и мастерство, либо деградируем, пятимся назад, в те моменты, когда потакаем вредным привычкам, зависимостям, лени. Даже когда мы просто стоим на месте – это шаг назад. Либо развиваемся, либо деградируем... третьего не дано!***

Раздался стук в дверь. На часах около восьми. В последнее время она приходила всё позже. *Та-а-ак! Я ревную что ли? Она приходит позже обычного. Ну, нет... она просто трудоголик. Всё чаще у меня возникал внутренний диалог с самим собой.*

Урок 5. Чем больше работаешь на кого-то, тем меньше шансов по-настоящему зарабатывать на себя. А нужно ли девочке вообще работать? У меня нет правильного ответа на этот вопрос, но я бы не хотел, чтобы моя жена приходила с работы, надевала домашние шорты, плюхалась на диван, включала телевизор, а с определённого ракурса слегка виднелось свисающее стальное яйцо.

Мы кушали. Я завёл тему. Был разговор, тяжёлый, но продуктивный, из которого я сделал один вывод: «Я не сдамся!» Ещё для меня было важно узнать, из-за чего она меня разлюбила, но ответа я не получил. Она сказала, что у неё помимо меня никого нет, она просто устала. Я поверил и попросил **дать мне шанс.**

В тот момент, когда она мыла посуду, бумажку с аналогичной надписью я растиражировал по всему дому. Закинул её в куртку и кошелёк, написал везде, где только можно было, а дальше ждал её реакции.

Вот она открывает ванную и видит на зеркале стикер: «Дай шанс!», а в ответ такая дорогая улыбка. Кладёт детей спать, снимает майку дочурке, а там надпись на животе: «Дай шанс» – и снова улыбка. Тем временем я не успокаивался и вместе с сыном сделал постановочную фотографию на «Полароид». Это было произведение – шедевр, в котором сын держал в руках надпись «Дай шанс» и жалобно смотрел в камеру. Детям, не рассказывая подробностей, предложил поиграть, а они мне с удовольствием помогли.

Ночью нашёл контакт одного из коллег жены и попросил, чтобы с утра в почту ей прислали письмо «Дай шанс!» и оставили лист с заветной надписью у неё на рабочем столе. Коллега ответила: «Не спрашиваю, что у вас там произошло. Сделаю».

Я почувствовал, что всё в моих руках, что верну ей чувства!

Следующее утро на работе я начал с письма. Ода «А помнишь...?» Я решил пробудить её чувства. Заставить вспомнить всё хорошее, что было между нами.

Написал очень быстро, поскольку счастливые моменты всплывали один за другим:

Помнишь, как я вошёл в твой поезд в Барановичах?

О каждом из этих моментов можно рассказать целую историю, но я раскрою только несколько. Большинство из них понятны без объяснений.

*****ПОЕЗД В БАРАНОВИЧАХ?**

Она была у родителей в Пинске. Ехала ночью в поезде в Минск, попросила встретить её на вокзале. Я сказал, что буду занят, поэтому не встречу её. Она обиделась. Тем временем я поехал в Барановичи навстречу. Прибыл на местный вокзал на электричке, до приезда её поезда оставалось несколько часов. Я познакомился с залом ожидания в Барановичах, пропитался запахом местных чебуреков и беляшей, а за несколько минут до прибытия её поезда позвонил. Она ответила. Заспанная.

– Чего звонишь? – обиженным голосом спросила она. – Ты же меня не встретишь!

– Не получится... Грустно без тебя! Вышел на балкон и смотрю на звёзды. Думаю о тебе. Можешь тоже выйти на остановке на улицу и посмотреть на звёзды? – максимально романтично томным голосом произнёс я. – Ты сейчас где?

– Не знаю. Какая-то остановка.

В это время поезд остановился на станции Барановичи. И я оказался прямо перед её вагоном. Я предварительно купил билеты на этот поезд. Зашёл в него. Прошёл тамбур и увидел её, стоящую и смотрящую в окно. Она увидела меня. Мир остановился. Улыбка! Счастье! Чистейший восторг был в её глазах! Она засверкала и бросилась мне на шею.

Оставшийся путь до Минска мы сидели в обнимку и целовались.

*****ОНА ТОЧНО ПОМНИТ ЭТО**

А помнишь просьбу: «Купи печенки», и принесённую мной печёнку?

Эту историю, пожалуй, тоже расскажу.

*****КУПИ ПЕЧЕНКИ**

Я шёл с работы, а она была в декрете, сидела дома с малышками. Написала мне сообщение: «Купи печенки».

Я, недолго думая, приобрел в магазине 2 килограмма говяжьей печёнки.

Пришёл домой. Пакет с остальными покупками оставил за дверью. Вошёл в коридор квартиры, держа пакет с печёнкой за спиной. Она меня встретила.

Я достал пакет из-за спины и спросил:

– Зачем печёнка?

– Какая печёнка? – она удивилась.

– Ну, ты просила, «купи печёнки!»

– Печенки, я хотела печенки! Печенье, понимаешь?! – она со смеху рухнула на пол.

В этот момент я открыл дверь и предъявил пакет с разными вариантами самых вкусных печенек. Протянул ей.

– Ну, конечно же, печенки, моя сладенькая! – с гордостью из-за того, что сюрприз удался, сказал я.

Она посмотрела на меня счастливым взглядом и запрыгнула в мои объятия. Как же это было мило.

*****ЯВНО НЕ ЗАБЫЛА**

Помнишь, как мы жгли на нашей свадьбе, наш первый танец, несмотря на температуру под 39!?

Помнишь букет цветов с утра на праздники так, чтобы ты ещё не успела проснуться? Желательно с чашечкой кофе!

А помнишь, как ты порвала всех в караоке в «Зелёной поляне»?

А помнишь УЗИ дочери? «Как карась!»

Эта история, пожалуй, тоже требует объяснений.

*****УЗИ**

На первое УЗИ дочки мы пошли вместе. Нас позвали в кабинет. Врач начал процедуру, проговаривая какие-то цифры. А потом начал показывать на маленькие части тела на экране.

– Вот её ручки, вот ножки, вот попка. Это девочка!

Я заплакал от счастья. *Моя малышка!* И тут врач обозначил её вес и размер: «Вес 168 граммов, рост – примерно с ладошку», я не удержался и сквозь слёзы произнёс:

– Как карась!

Мы все засмеялись. Очень душевный момент.

*****НЕЗАБЫВАЕМО**

А помнишь, в какой момент появилась «Наша погода?»

А помнишь бои в грязи в Евпатории?

А помнишь свои невероятные танцы под Фриске?

А помнишь картошку с корочкой из духовки для тебя?

А помнишь склон за Червенским рынком, где поезд ехал?

А помнишь моего «Котика», миниатюру, которую я постоянно играл?

А помнишь «Посвящение в студенты» и первый мой взгляд?

А помнишь, как ловили волны на Гоа?

А помнишь, как после твоего первого рабочего дня мы вместе на речке придумывали слоган для «Консультант+»

А помнишь бои в «божью коровку»?

А помнишь, как, несмотря на зашкаливающее давление, пил латте, чтобы только вместе с тобой?

А помнишь, как учила меня говорить латте?

А помнишь счастливую Ксю, когда я ей, как и тебе, дарил цветы на 8 Марта?

А помнишь, как я тебя поцеловал в дождь, провозжая на троллейбус с цветами от Саши?

А помнишь кино-комнату на вокзале и того человечка с презервативом, которого ты мне подарила?

А помнишь, как защищал тебя от сестры Роминой жены, которая любит пить «Доместос»?

А помнишь, как на радио заказывали Аню Шаркунову и слушали у тебя в общаге, боясь, что кто-нибудь зайдёт и увидит, чем мы в это время занимаемся?

А помнишь «Linkin Park» в Минск-арене?

А помнишь, как общались с тобой всю ночь на турбазе в «Алесе»?

А помнишь первую заведующую садиком Леши, которую мы оба ненавидели?

А помнишь, как мы залпом просмотрели «Доктора Хауса» и тот момент, когда я все время предполагал «волчанку», а ты догадалась, что «бешенство»?

А помнишь, как вместе придумывали конкурсы на «Мисс Совершенство БГПУ»?

А помнишь, как свидетель Лёша пригласил нас на свадьбу, мы прошли «Схватку-выкуп», нарядили машины вместе, приехали в ЗАГС, а дальше всё... и мы попросили друга-маршрутчика отвезти нас в «Белую Вежу» и отождгли?

А помнишь, как прыгали с яхты в Евпатории, а ты фоткалась на ветру такая счастливая?

Ты невероятная!

Я закончил письмо. Воспоминаний было гораздо больше, но мне поскорее захотелось отправить сообщение. И я это сделал. С нетерпением ждал ответа.

Жаль, что не написал про то, как её Папа, по-отцовски за день до своей смерти обнял меня и сказал: «Спасибо, Женя, ты – молодец!» Она знала, что я искренне называл его Папой

и готов был в лепешку расшибиться, чтобы Он жил! Но Он умер от рака.

Зачем я это пишу? Без этого пазл не сложится.

С того момента многое в ней изменилось. Мы вместе тяжело переживали тот период. Мне казалось, что она потеряла душу. Стала сухой и чёрствой. Грубой. Только временами просыпаясь и становясь прежней.

Вот и сейчас на тонну воспоминаний она ответила не так, как я ожидал. Она прислала: «С Доктором Хаусом смешно))) Я ржу!)))»

Накатила грусть. Так и завис этот насущный вопрос: «Получу ли я свой шанс?»

ГЛАВА 3. ОСОЗНАНИЕ

Дни тянулись медленно. Я изо всех сил старался показать, что меняюсь, что я стал лучше.

Я не мог так... я чувствовал, как ломается мой мозг, мой мир. Было очень тяжело. Одновременно верил и не верил в происходящее. Мне кажется, это чем-то было похоже на наркотическую ломку.

Я сказал ей, что ухожу. Что не могу так. Что нужно подумать. В глубине души я хотел, чтобы она меня остановила. *Ну же, скажи, что я тебе нужен!* Она снова меня удивила своей холодной реакцией. Улыбнулась с таким лицом, как будто «никуда я не денусь и буду сидеть дома». Это мне добавило решительности. Я взял самые необходимые вещи, поцеловал детей, схватил бутылку вискаря из бара, позвонил лучшему другу и поехал к нему. Выбрал вариант решения проблемы «по-мужски».

Пока я добирался в новое пристанище, дружище накрыл стол и раздобыл раскладушку. Я зашёл и почувствовал невероятную поддержку. Нас было трое. Я, Лёшка и его жена Татьяна.

Лёша для меня был не просто другом, он был старшим братом, частью меня. Не случайно моего сына звали Алексеем. Если уж кто и поможет, то только он.

Мне нужен был совет. Я не понимал, как жить дальше.

Я изложил свою историю. Ребята искренне хотели помочь. Им было очень грустно, они переживали и сочувствовали. Я начал плакать. Горько. Таня тактично ушла в комнату, а мы остались горевать с Лёшей на кухне.

Лёша поддержал меня, выразил уверенность, что ещё не все потеряно, что нужно разобраться, в чём дело. Должны быть причины! Я их в упор не видел. Перебирал, как безумный, различные варианты. Я толстый, некрасивый, не уверенный в себе, не мужик вовсе. Все варианты объединяло одно – я был виноват!

Урок 6. Девушки часто любят не за что-то, а вопреки. Хороших не любят, чаще любят подлецов. Любят тех, кто даёт эмоции. Ну, а красота в мужчине далеко не самое главное.

***** ИСПОВЕДЬ**

Самый тяжёлый момент. Простите меня, пожалуйста.

Нужно рассказать про измены. Как ни прискорбно об этом говорить, но они были. Были тогда, когда у нас в отношениях с женой наступали глубокие кризисы. В те моменты, когда я думал, что уже не люблю её; в те моменты, когда, глядя на неё, я видел несовершенности её тела; в те моменты, когда на протяжении нескольких месяцев не было близости. *Дешёвые оправдания.*

Урок тут может быть только один! Изменять точно не вариант. Нахрен? Не «зачем», а именно «НАХРЕН!» И не надо говорить, что в этой ситуации виноваты оба. НЕТ.

Виноват изменник. Нужно брать ответственность за свои проступки. Измена – это дорога в тупик. Нужно понимать, что, вступив на этот путь, вы неизменно приведёте семью к разрушению. Время вспять не повернёшь. Изменил – пошёл в ад. Извините за излишнюю эмоциональность, но мне хочется достучаться до тех, кто ещё не обзавелся принципом «быть верным во что бы то ни стало».

Она всё чувствовала и периодически подкармливала меня фразой: «Если хочешь изменять – изменяй. Я не против!»

Мне кажется, в этот период многое уже было потеряно. *Нет! Так было не всегда!* Были времена, когда мы были образцовой семьёй, когда не вылазили из постели, когда каждую ночь говорили друг другу заветную фразу: «Я тебя люблю», когда гордились друг другом и дорожили отношениями. Счастливых моментов было гораздо больше, но бывали и те, которые оставили глубокие раны. *Обидно другое! Плохие моменты почему-то запоминаются лучше, нежели хорошие!*

Мы сами своими руками убили страсть, близость и любовь. *Почему я никогда не говорил ей о своих переживаниях? Это ошибка.*

****Не урок, скорее, крик души.* Огромная ошибка, что я молчал, полагая, что изменить проще, нежели поделиться накопившимся.

ЭМОЦИОНАЛЬНО: *Чувствуете абсурдность ситуации?* С одной стороны измена и пропасть, с другой – обсудить проблемы, стать ближе, перейти на новый уровень вза-

ИМООТНОШЕНИЙ.

С САРКАЗМОМ: *Что же выбрать*: вечный стыд или гармоничные отношения?

РАЗДРАЖЁННО: *Как вообще возможно ошибиться в таком наборе вариантов?* Я был слеп. Пишу эту книгу, чтобы осознанный выбор сделали ВЫ!

Я помню эти противоречивые чувства от измены. Стыд, ощущение предательства, но при этом я убеждал себя, что смог освежить отношения и вернул гармонию. *Но вы же понимаете, так это не работает.* Глупо надеяться на то, что корабль не потонет, выходя из порта с пробитым днищем. Измена – это пробоина, которую не залатаешь.

У меня было два варианта и оба неправильные: я либо убегал из семьи отдыхать с друзьями, либо отправлялся во все тяжкие с теми, у кого я вызывал недвусмысленную симпатию. Решал проблему на стороне. *Абсурд, да?!* Проблема была внутри семьи, а я пытался решить её на стороне.

Сюда подходит ещё один мальчишеский пример. Представьте, у меня сломан двигатель в машине, а я меняю тормозную систему и не понимаю, почему машина не едет. *Чел, ты не то ремонтируешь!*

Урок 7. *Чтобы отношения были долгими и гармоничными, над ними нужно работать. Каждый день. Вкладывать-ся. Мужчина любит то, во что и в кого вкладывается. Будь то машина, дом или любимые дети и жена. А вот теперь*

только представьте, что вместо того чтобы изменять, я бы вкладывался в жену, разговаривал бы с ней, слушал, делился самыми сокровенными переживаниями, и мы вместе развивали отношения, достигая синергии.

***** ВЕРНЁМСЯ НА КУХНЮ К ЛЁШЕ**

Лёша озвучил мои мысли, которых я боялся как огня. Он предположил, что у неё кто-то есть. Я отрицал это. Не верил. *Для мужчины измена жены – сродни смерти самого близкого человека: родителей или ребенка...* Этот вариант я отнёс сразу же. Я верил жене, хоть и ловил её периодически на мелком вранье.

Разговор получился душевным, поэтому я перебрал с вискарём, поблагодарил друга и улёгся на раскладушку.

Я мог пойти по простому пути алкоголизма, ведь мне разбили сердце, и я *«официально» мог загулять* или выбрать вариант, в котором нужно было бы приложить немало усилий. В тот момент я ещё не знал, что выбрать. Мне просто хотелось спать, а возможно это было сделать только в варианте алкогольного забвения.

Урок 9. Даже когда создается ощущение, что у тебя нет вариантов – они есть! Для того чтобы их найти, нужно выйти из зоны комфорта. Мозг – лентяй, он цепляется за зону комфорта всеми силами.

Несмотря на всё радушие со стороны Лёшки и Тани, я встал утром с ощущением, что приношу дискомфорт не только ребятам, но и себе самому. Мне хотелось побыть на-

едине. Я собрал пожитки и переехал жить в гостиницу. Денег в кармане и на карте было на четыре дня проживания. На ресепшене я заплатил за двое суток и отправился в комфортный номер, прихватив из соседнего магазина все самые любимые продукты. Мне хотелось себя баловать.

«Я всю жизнь посвятил тому, чтобы зарабатывать деньги для семьи, в которой меня не любят!» – пронеслась мысль и накатили слезы!

Я залез в душ. Сел, опустив голову так, чтобы вода била по затылку. Было ощущение, что я сижу на тротуаре, а по голове нещадно лупит сильный дождь. Меня уносило куда-то вдаль. Я был жалок самому себе.

Когда-то я был волком. Я выгодно отличался от других. Я был смешной, яркий, не похожий на других и при этом наивный, искренний и настоящий. Сейчас же я бледная тень самого себя. Точно не волк, скорее, жалкий домашний поросёнок, которого совсем скоро ждёт печальная участь быть зарезанным.

Я сидел в душевой кабине около часа, периодически вставая, потому что ноги затекали. Вода из душа частенько смешивалась с моими слезами.

Так вот какая ты – депрессия!

Вышел из душа свежим, так показалось. После вчерашнего пить алкоголь не хотелось, на этот случай я прикупил вместе с вкусностями три баночки безалкогольного пива.

Посмотрел в зеркало. *«Боже, кем я стал?»* – в мыслях

загнобил сам себя.

Урок 10. Если не работать над отношениями наступат тот момент, когда чувства уходят, как и мотивация быть лучше. Меня это погубило, я плыл по инерции последних несколько лет.

Два дня пролетели незаметно, но вот ночи были адски длинными. Не спалось, вернее, не засыпалось. Уверен, у каждого был такой момент: перед важным экзаменом или после ссоры, перед днём рождения или в ожидании Деда Мороза... *Хотя нет, когда ждёшь Деда Мороза, наоборот, как назло, засыпаешь быстро.*

Я лежал и смотрел в потолок из ночи в ночь! *С ненавистью вспоминаю этот момент!* До настоящего времени у меня за всю жизнь такое было только однажды (во время отита), а тут это стало системой. Только болело внутри.

Я понимал, что на этом всё, но сдаваться не собирался. Появилось ощущение, что я стану лучше: сильнее, красивее, умнее. *«Поможет ли это? Не уверен. Тогда я сделаю это для себя!»*

ГЛАВА 4. ЛОМКА

Вы когда-нибудь сбегали из дома? Я нет. Но вот мой родной брат это делал, а затем рассказывал взахлёб: «Когда сбегаешь из дома, у тебя в голове только одна мысль: как бы вернуться?!»

Вот и у меня в голове всё время была только одна мысль о Ней, о том, как вернуться.

Написать или позвонить? Как услышать её голос. Смех. А вдруг она скажет: «Я пошутила. Возвращайся домой».

Ломало. Как наркомана.

А она, как назло, не писала. Я ждал. Начал считать секунды. Чтобы было чем заняться, пошёл в магазин. Потом кафе. Время текло медленно. Выходные. Спасало только то, что завтра днём будет баскетбол. Я не играл, всего лишь вёл. Я хотел перезарядиться. Проветрить мозг. Спорт даже в варианте ведения вполне подходил.

«Но ещё целый день, как дождаться? Это как последний день перед Днём рождения – он самый длинный!»

Почему-то казалось, что после баскетбола всё само решится.

Ожидание томительно. У меня заканчивалось терпение. Я сходил с ума. Так казалось. Снова два пути: стать сильнее или забыться в алкогольном забвении? А может, вообще закончить эти мучения?!

Нет. Не могу. Ради детей. Я должен сражаться. Я спрыгнул с кровати, подсунул ноги в проём между полом и кроватью и начал качать пресс. Один, два, три! На морально-волевых усилиях смог сделать упражнение двадцать раз. Вот этот момент! Да ладно! Эйфория! Мне стало легче.

Я понял, что с завтрашнего дня начинаю заниматься собой, буду бегать, пойду в тренажёрку, подтяну английский, возможно, и второе высшее образование получу! Не всё сразу, но постепенно.

О чём я там ещё мечтал, когда был молод? Всё реализую! Не для неё, а для себя!... Ну-ну... Я это делаю исключительно для неё. Себя же не обманешь!

***** О ВЛИЯНИИ ЖЕНЩИНЫ НА МУЖЧИНУ. САТЯ ДАС МНЕ В ПОМОЩЬ**

Сейчас включится скепсис. Но мне бы хотелось, чтобы вы задумались, сейчас вам захочется не соглашаться и спорить. Если так, смотрите глубже. Я не претендую на истину в последней инстанции.

Самая сильная мотивация для мужчины – это женщина. Мы, мужики, зеркалим отношение к нам со стороны «слабого» пола. *Хотя я бы не сказал, что женский пол – слабый!*

Женщина не осознает своей силы влияния на мужчин, особенно не до конца окрепших и не наделенных «стальными» причиндалами. А ведь ВЫ очень сильны! Это влияние может быть как положительным, так и отрицательным!

Урок. Женщина во много раз сильнее мужчины энергетически.

чески. Для того чтобы мужчина мог достигать цели, ему нужна подпитка, которую ему может дать женщина. Это как топливо для автомобиля. Женщина как увеличительное стекло: она увеличивает недостатки или достоинства мужчины.

Теперь о влиянии женщины на мужчину. Могу говорить только об этой стороне. Есть и другая.

Когда женщина становится для мужчины «мамкой» в отношениях, то мы, мужчины, начинаем исполнять роль ребёнка. Мы становимся капризными, плаксивыми, думающими только о себе.

Если женщина слишком самостоятельная, мужчина становится безответственным. Он просто полностью полагается на жену. *Да и зачем напрягаться, мало ли диван остынет!?* Она же сама заплатит за квартиру, купит продукты, притащит тяжеленные сумки домой в придачу с коляской в руке и ребёнком под мышкой.

Если женщина постоянно борется за доминирование в отношениях – мужчина становится забитым, робким, бестолковым, слабым.

Как женщина думает о мужчине, таким он и становится. Естественно, от самих мужиков также многое зависит, но мысли твоей женщины – это дополнительное ускорение.

Более того, и на себя саму женщина активно влияет, её мысли становятся материальными. Женщина, которая подсознательно любит терзаться, быть несчастной – будет

несчастной, как бы ни пытались это исправить близкие, друзья, коллеги.

Если женщина концентрируется на том, что мужчина лжец, изменщик – то он таким и становится. *Знаю ситуацию, когда девушка безумно ревновала своего мужа и не доверяла ему. Он каждый раз терпел унижения и ссоры на почве ревности, а потом начал изменять. Он однажды сказал: «Всё равно мне влетит, так хотя бы буду знать почему! Обидно, что голову е*ут ни за что!»*

Если женщина не уважает своего мужа, его не уважают и другие. Если женщина не доверяет мужчине, не открывает своего сердца, то он будет вести себя так, что и другие будут ему не доверять.

Если женщина постоянно не удовлетворена и страдает по любому поводу, в семье у всех будет так. Все будут постоянно не удовлетворены! *Негатив порождает негатив.* Невозможно через негатив добиться гармоничных отношений – это моё личное убеждение.

Если женщина сравнивает своего мужчину с другими, то это первый шаг к её измене. Она сама неосознанно начинает выбирать. А для мужчины – это первая ступень к неуверенности и ревности. Более того, если женщина неверна своему мужу, даёт усомниться в своей верности, мужчина становится скупым. Перестает в неё вкладываться. *А зачем тратить на того, кто совсем скоро не будет твоим?*

Если женщина обидчива, мужчина постоянно гневный!

Обида – это скрытый гнев. Женщина обижается, а мужчина зачастую не понимает в чём дело, не понимает причин. А женщина копит! До тех пор, пока чаша не переполнится! *Что мешает выразить свои чувства, а не держать их в себе?*

Если женщина «выносит мозг» мужчине, кричит на него, он становится забитым, безынициативным, раздражительным, подверженным вредным привычкам.

Если женщина выдаёт нереальные требования, мужчина «забывает болт», перестаёт что бы то ни было делать. Как тяжелоес, который, если поставить 95, при его жиме в 90 кг, обязательно попробует поднять вес! Но если закинуть на гриф 150 кг, он и пытаться не будет! *Зачем ему этот геморрой? В прямом смысле.*

Теперь о хорошем. Наконец-то!

Когда женщина делает всё, чтобы мужчина чувствовал себя сильным, доминирующим альфа-самцом, он выходит после этого из дома в мир, чтобы побеждать, рвать и метать, зарабатывать и поработать, доказывать миру, что он ГЕРОЙ!

Если женщина доверяет мужу – он не уйдет налево, не захочет её разочаровать, упасть в её глазах, потерять авторитет!

Если уважает она – будут уважать и другие! Он сам себя будет уважать, будет знать себе цену, что сулит и карьерные успехи, и благополучие.

Если женщина открывает сердце мужчине, благодарит его, мужчина становится щедрым! Он начинает ценить её сильнее. Начинает вкладываться. Всегда, когда женщина поддерживает и благодарит мужчину, он становится лучше в тех качествах, на которые она делает акцент.

Похвала мужчине просто необходима. *За каждый пук!* Когда женщина не благодарит мужчину за выполнение повседневных обязанностей, он перестаёт их выполнять, и наоборот, говоря «спасибо», женщина показывает мужчине, что ценит его усилия, а мужчина, в свою очередь, благодарит её, вкладываясь в улучшение отношений всё больше и больше. Проверено! Доказано!

Ну что? Не согласны!? Это нормально, у вас свой опыт и свой взгляд. Я бы всё равно сделал выводы на вашем месте. Точно не повредит.

***** ВЕРНЁМСЯ В ГОСТИНИЦУ**

После физических упражнений пришло прояснение, инсайт! У меня в голове что-то щёлкнуло. *Нужно меняться!* Сначала это были только мысли.

Бывало, лежишь **вечером** с полным животом на диване и думаешь: «Всё! С завтрашнего дня точно перестану жрать всякую фигню и займусь собой». Приходит завтра, ты идёшь к холодильнику, достаёшь хлеб, сосиски, запиваешь их колой, заедая картохой или макаронами. *Куда делась эта **вечерняя** мотивация?*

У меня в этот раз было не так! Сразу пошли действия!

Я вылил оставшиеся бутылки безалкогольного пива в раковину. По мере опустошения бутылок по лицу всё шире расплзалась улыбка. Мне нравилось то, что я делаю, это придавало сил. Какой, оказывается, простой по мысли и скорее всего сложный в воплощении вывод: «Нужно заниматься спортом!» Сделал ещё один подход к кровати, для того чтобы качнуть пресс...

...И тут звонок! ОНА! Сердце застучало сильнее, руки задрожали, на лице появилась счастливая улыбка, шире той, которой я обзавёлся, выливая пиво.

Что сказать? Как себя вести?

«Буду жертвой, буду давить на жалость...» – решил я.

Поднял трубку. Разговор получился сумбурным. Но прозвучало главное – она хочет поговорить. *Ого! Хочет вернуться? Одумалась? А может мне перепадёт немного с*кса!* Духовный мир смешался с физиологическим.

Я был жалок.

Я начал уговаривать её приехать в гостиницу, надеясь на разговор с продолжением... *прощальный с*кс*. Забрехала надежда! Я почувствовал, что это мой последний шансик! *Очаровать её в постели своей нереально крутой техникой! Постараться изо всех сил! Выдать не 5 минут, а целый час... как в старые добрые времена...* правда я уже и забыл, когда это было.

*Урок очередной. Мужики! Вы серьёзно думаете, что в с*ксе важно время? НЕТ. Важнее погружение в процесс,*

эмоции, ощущение полёта, страсть. Индивидуальный подход, если хотите. Нужно уметь иногда быть неожиданным. Я не имею ввиду: «Ой, прости, я как-то неожиданно закончил!»

Я продолжал уговоры: «Ну приезжай, пожалуйста, ты мне нужна!» Она как-то быстро остыла в своём желании и не стала давать мне этот шанс. *Умная женщина!* Это было бы ужасно! Я бы умолял её... и, естественно, ничего бы не получил.

Известно, что позиция нуждающегося, просящего вызывает отторжение у второй стороны. Хочется закончить коммуникацию, поскольку ты чувствуешь себя неудобно. Я не понимал это. Я не пытался встать на её место и не видел, что её мир тоже разрушается.

Про саморазвитие я напрочь забыл, а третьего подхода на пресс так и не случилось.

Разговор закончился ничем. Вернее, мы решили, что после баскетбола я вернусь домой и состоится разговор.

Я себе представлял это так. В средневековую тюремную камеру заходит палач в балаклаве с огромным топором и говорит: *«Я прошу прощения, но я вынужден сообщить, что мы переносим вашу казнь на завтра! Ожидайте»*. Такое себе ощущение.

Очередная бессонная ночь с мыслями о том, что сказать. «День сурка» какой-то. В моём случае, правда, «ночь сурка».

ГЛАВА 5. ДАВАЙ БУДЕМ ДРУЗЬЯМИ

«Что за сопли? Я же был нормальным мужиком!» – надоело в какой-то момент пускать нюни. Я собрался, как бегун перед стартом. *Ага. Перед стартом. Лёжа в кровати. Себя не обманешь.* Если бы я всё-таки был этим спортсменом, я бы забыл побежать после стартового выстрела. Зачем рыпаться, всё равно мне сейчас не победить хочется, а уехать домой борщ сёрбать вместе с ней!

Гостиница. Подходило время выселения. Я еле-еле поднял тело. Кровать заправлять не захотел. Просто оделся и вышел.

Далее баскетбол. Всё, как в тумане: не помню с кем играли, кто выиграл, как я развлекал болельщиков. Мне было не до этого. В своих мыслях я постоянно находился рядом с ней.

Провел баскетбольный матч и поехал домой, всё время думая о предстоящем разговоре.

И вот настал тот час. Воскресенье. Мы на кухне. Пьём чай и сидим напротив друг друга. Улыбаемся. Но причины улыбок разные. *Как мы до этого дошли? Как так получилось, что один любит, а второй даже не позволяет себя любить?*

К моменту разговора я уже всё обдумал, решил быть напористым. Но всё изменилось, как только она начала говорить. План рухнул.

Помните, в школе были такие ситуации, когда вы в классе «разбивали» параграф на несколько частей, несколько ребят заучивали свои кусочки, остальным можно было не париться. Начинается урок и учитель спрашивает: «Кто пойдёт отвечать?» Руку тянет Новик Лёшка. Он учил тот кусок текста. А учитель вызывает вас, громко называя вашу фамилию и добавляя: «К ДОСКЕ!»

Так и в этот раз. Как только я собрался выдать заученное, она меня перебила. Диалог пошёл не по сценарию. *Как и вся наша семейная жизнь.* Она сказала: «Тебя любят дети, ты крутой отец!» – я встрепенулся, согласился, начал послушно кивать... Больше всего я боялся потерять детей. И она нажала именно на эту кнопку, предложив остаться «ПРОСТО ДРУЗЬЯМИ!»

После 11 лет семейной жизни!!! Серьёзно? ДРУГ? Снова она предлагает дружбу! Я осознал, что по-другому никак и придётся согласиться...

Друг, который помогает воспитывать детей! Друг, который оплачивает еду, обучение детей, все необходимые расходы. Друг, который хорошо готовит и убирает в доме. Друг, с которым она будет жить вместе, но без интима и отношений. Круто иметь такого друга!

«Я же не могу заниматься любовью с братом? Ты мне как брат! Ты – хороший, но я тебя не воспринимаю как любовника!» – улыбнувшись, игриво произнесла она.

Я решил, что так даже лучше, мы будем рядом и можем

общаться друг с другом. Я начну всё заново. Займусь спортом. Приведу себя в порядок. Стану лучшим отцом для детей. Я решил стать её другом! Грела мысль о том, что у меня будет возможность потихонечку ухаживать за ней.

*Урок дружеский, только для мужчин. Мне не нравится, что приходится это писать. Сложно осознавать очевидное: **женщина не принадлежит мужчине**. Она в любой момент может уйти, даже если ты вкладываешься, как безумный. Стоит потерять авторитет и уважение, обидеть – и всё. Хуже другое, она может решить, что не хочет быть с тобой, что ты не возбуждаешь её как мужчина, но **не скажет** об этом тебе. Она снимет розовые очки, увидит тебя настоящего и начнёт искать другой вариант. Может быть, она передумает и снова полюбит, если в нужный момент ты сделаешь правильные действия. Увидишь проблему и сможешь её решить. НО... Скорее всего случится так, что ты даже и подумать не сможешь, что она **ВСЁ РЕШИЛА** и использует «**принцип ветки**».*

Урок. Хотя, нет, просто размышление. Каждый из нас боится неизвестности. Поэтому большинство не пытается развивать свой бизнес, не старается зарабатывать миллионы, с желанием затем со сцены рассказать свою историю успеха. Боимся рискнуть. Даже когда терять нечего, в квартире-однушке висят ковры на стенах, а из ценного – несколько блоков бумаги формата А4, унесённые с работы в то время, пока никто не видел.

Почему так происходит? Потому что непонятно, что там дальше. Проще сидеть всю жизнь на нищенской зарплате. Всё ж ясно. Определено. Зачем рыпаться?

Из-за боязни уходить в неизвестность и сомнений в партнёре родился **«принцип ветки»**. Расскажу подробнее.

***** ПРИНЦИП ВЕТКИ**

Представьте себе обезьяну, лазающую по деревьям. Она не отпускает первую ветку до тех пор, пока уверенно не схватится за вторую. Если обезьяна отпустит сразу две ветки, то она упадёт вниз. *Живописный пример.*

Эту стратегию выбирают девчонки, когда хотят поменять одного парня на другого. *В общем, всё логично! Ты же не выйдешь из дома зимой голая с детьми жить в шалаше.* Прежде чем отпустить «старую ветку», нужно понимать, что «новая» не треснет под тяжестью груза.

Э-э-э-э! А что, парни так не делают? – возразите вы.

Отвечу. В ситуации с парнями – это явление называлось бы по-другому. **«Принцип батута»**, возможно. Попрыгал, попрыгал, а потом слез и пошёл домой как ни в чём не бывало. Во-первых, долго не попрыгаешь. Во-вторых, быстро устаёшь. Ну, а в-третьих, если не знать меры, шанс «допрыгаться» слишком велик. *Хотя какая тут может быть мера.* Так и получается, что через какое-то время снова «на батуты».

Вернёмся к прекрасной половине человечества.

Чаще всего **«принципом ветки»** пользуются девчонки

тех парней, которые надломились: потеряли работу, авторитет, потакают вредным привычкам, перестают развиваться.

«Почему? За что? Где справедливость? Я же всё делаю, что нужно!» – можете возразить вы. Нет. Не всё... или не так.

Урок. НЕ ОСТАНАВЛИВАТЬСЯ НИКОГДА! РАЗВИВАТЬСЯ, ЧТО БЫ НИ БЫЛО!

В тот момент, когда нынешний мужчина проверяет громкость своего голоса и матерный словарный запас в адрес любимой, женщина уже оценивает в душе перспективность новых отношений. Если «новая ветка» оказывается прочной и плодотворной, женщина перепрыгивает на неё.

Тогда-то ты и услышишь: «Я тебя не люблю!»

Есть ситуации, в которых женщина готова прыгнуть в пропасть, не имея заветной «новой ветки», поскольку дефектные отношения угрожают её полноценной жизни.

Интересно, а в моём случае у неё кто-то есть? *Вы тоже об этом подумали?.. или зачем я это пишу... да я и сам не знаю...*

Перенесёмся в параллельную реальность. *Хе-хе! Только в книге это возможно сделать.*

«Интересно, у неё кто-то есть?» – подумал я, вспомнив «принцип ветки».

Другая реальность. В ней я, возможно, был бы вечно счастлив вместе с ней, изучал психологию отношений в шко-

ле, защитил бы кандидатскую на тему: «Как построить гармоничные отношения без измен».

***** ВЕРНУЛИСЬ ДОМОЙ**

После разговора я не стал тянуть с пробежками. Мне захотелось убежать от всего и показать ей, что я начал меняться.

Я кое-как нашёл спортивную одежду.

Что в моём шкафу стало «спортивной» одеждой?

Термобелье, надетое поверх майки из Секонд хэнда, а сверху спортивная форма «Администрация Ленинского района г. Минска». Кроссовки были старые, заношенные, видевшие пяток рыбалок на Вилейке, я их ещё в университете носил. Прошло лет 5 с момента покупки, не меньше. Поджигали. Было некомфортно. Эдакий дворовый футболист-переросток.

Но я побежал.

Если это можно назвать бегом. *Скорее уверенно пошёл.* Потом попытался снова перейти на бег. Но сил хватило только на 100-200 метров. Стук сердца ощущал даже в перепонках ушей. Пришлось сбавить темп. Тяжело бежать, когда вешишь под 100 кг. Думал – помру. Сердце выскакивало из груди. Но я всё равно заставлял себя бежать, т.е. быстро идти.

Как же это сложно. Я скорее умру, нежели пробегу километр. *Я – лузер!* Эта мысль ненадолго увеличила скорость движения.

Пробежал метров 500, ещё столько же прошёл и ... поча-

пал домой. Весь мокрый и в лёгком смятении. Не думал, что будет так тяжело.

Но ради своего нового ДРУГА, я был готов бежать хоть на край земли.

Теперь я не буду «жирным пятном на диване».

*Урок. Что заставляет нас бежать (развиваться)? Мне кажется, **понимание** или **ситуация**. Я пришёл к саморазвитию через ситуацию, но мне бы искренне хотелось, чтобы большинство из вас сделали это осознанно.*

ГЛАВА 6. ПРЕДЛОЖЕНИЕ, ОТ КОТОРОГО НЕ ОТКАЗАТЬСЯ

Следующие несколько недель были непривычными для меня. Каждый день был похож на предыдущие.

Я вставал и начинал утро с пробежки.

Отводил младшего в садик.

Ехал на работу, при необходимости подвозил ДРУГА к метро.

Возвращался с работы.

Убирал в доме.

Забирал детей.

Готовил еду.

Сам кушал **только** куриные грудки и овощи. Больше ничего! Да мне и не хотелось.

Она приходила с работы. Я устраивал показательную вечернюю пробежку. Не столько для себя, сколько для неё. Мне казалось, это может произвести впечатление.

Наличие быстрого результата меня окрыляло. Я чувствовал силу! Пробежал уже по 1,5-2 км без остановок. Для меня это был нереальный прогресс.

Урок. Для того чтобы не искать дополнительной мотивации, необходимо постараться максимально быстро добиться видимых результатов. Представляете, вы начинаете бегать и видите, как меняется ваше тело сразу – это

доставляет огромное удовольствие. Но ещё важнее, в тот момент, когда ты видишь улучшения, – не останавливаться.

Периодически накатывали чувства, но я их сдерживал. Мне хотелось показать действенные изменения. На стрессах, бессоннице, а также благодаря питанию и пробежкам через полторы недели я скинул примерно 10 кг. Мой вес был 90-92 кг.

Урок. Я не понимал тогда, как мне повезло. Я использовал хреновую ситуацию себе во благо.

Пропали щеки и дополнительные **встроенные** подбородки. Я смотрел в зеркало и получал эстетическое удовольствие! *Неужели она не видит!*

В какой-то момент я не сдержался и написал ей СМС: «Я похудел, щёки пропали, на работе все это заметили». Как же мне хотелось её одобрения и похвалы. ДРУГ ЖЕ ВСЁ-ТАКИ! В ответ получил товарищеское: «Ты сегодня бегал по снегу?» *Волнуется за меня!* Дрожь и радость.

В те моменты, когда она была на работе, я регулярно ей что-то писал. Иногда присылал мемы. Мне хотелось общения! Хотелось слышать её голос. Я чувствовал, что так больше не могу.

В голове созревал план. Что же сделать, чтобы перейти черту дружбы? **И-и-и, бинго! Есть идея!** Я сделаю предложение руки и сердца. Мы обвенчаемся! Эта мысль сразу подкинула меня на небеса. Я был счастлив, что родился этот

инсайт! *Господи, как же круто, это всё решит!*

Ближайшие несколько дней я воплощал свой план.

После работы я побежал в ювелирный магазин. Именно, побежал. Я надел свою бомже-беговую одежду и выдвинулся. Чтобы она не догадалась. *Пусть думает, что я на пробежку.*

Расстояние до магазина – 1 км. Пролетел этот путь быстро. Как будто меня несло. Зашёл. Я знал, что она любит тонкие кольца. Долго выбирал. Ничего не нравилось. Потом увидел его. Оно было потрясающее: золотое, тонкое, с красивым бриллиантом. Стоило порядка 1000 долларов. Я не ожидал! Это почти все мои накопления. Но я почти не задумывался, достал деньги и расплатился! К кольцу приобрёл красивейший футляр с подсветкой! Мне запаковали всё в специальный бокс и перевязали лентой! Смотрелось потрясающе! Я был счастлив!

– Вот оно! Его она точно оценит и вернётся ко мне! Будем жить долго и счастливо! – пронеслось в мыслях.

Я дождался, когда она придёт с работы и вывел на разговор. Включил решительность, собрал всю мужественность. Сказал: *«Не могу так больше, не могу ходить у тебя В ПОДРУЖКАХ! Меня это не устраивает. Давай так! Вот кольцо».* Я достал футляр, положил его перед телевизором на комод.

– Подумай! Я так больше не могу! Я даю тебе три дня. Если через три дня ты возьмёшь это кольцо, мы обвенчаем-

сы! Я тебе никогда не изменю! Буду жить только для тебя и детей. Не возьмёшь – я по-мужски приму твоё решение, и мы разведёмся! Не будем друг друга мучать.

Она приняла предложение. Я видел, что подросток у неё в глазах в этот момент. Сказала, что подумает над предложением.

Три дня текли медленно. Спал мало. Ел мало. Бегал много.

Дети всё видели и потихоньку интересовались, что происходит. Я отвечал односложно: «Всё будет хорошо, мама просто устала, ей нужно помочь».

За эти три дня я скинул ещё около 5 кг. Итого от меня прежнего осталось 85-87 кг. *«Отличная» диета: не спать, не есть и бегать! Как я себя не убил?!*

И вот наступила развязка. Три дня прошло. Я уже с утра надеялся услышать её решение. Его не было. Я не торопил. Терпеливо, как пёсик, ждал. *Дождался бы? Не знаю.*

Наступил вечер того же дня. Мы пошли забирать сына Лёшку из школы. Подготовительной. Мы сидели в холле. Как будто самые близкие и одновременно такие чужие.

Я начал первый. Не смог сдержать интерес. Говорю: «Три дня прошло! Ты что-то решила?»

– Да! Я решила.

Она улыбнулась. Я запомню эту улыбку навсегда. Она была прекрасна. Я даже почувствовал запах каких-то цветов. Как будто зимой наступило лето. Яркий вкус и запах надеж-

ды! *ДА! ОНА СКАЖЕТ: «ДА!»*

– Жень, я хочу сказать тебе....

Она замерла. Но улыбка... Улыбка всё ещё была на её лице...

Да, твою ж мать, говори уже....

– Нет, прости, я не могу принять твоё предложение...

Мысли: «НЕТ! КАК ЖЕ ТАК!» – меня разрывало внутри, но я молчал. Я принял это решение. В этот момент открылась дверь класса и в коридор выбежали дети. Меня это спасло. Она ушла за сынишкой.

Я умирал. Морально... Я чувствовал, как разбивается моё сердце в тот момент! Я ощутил это **ФИЗИЧЕСКИ!** Неподъёмный груз внутри груди. Я чувствовал, как падаю на самое дно. Так тяжело мне точно никогда не было. Никогда. *«Улыбка! Как же так... не может быть! Эта улыбка... лучше б её не было! Она настолько бессердечна, что приняла это решение с улыбкой на лице».* Меня разрывало. Я с неба упал в бездну. Пустота... АД.

Она вышла с Лёшкой, и мы как ни в чем ни бывало пошли домой, держа за руки сына. Я понял, что в этой ситуации меня спасут только дети! Лёшка и Ксю, которых я люблю больше всего на свете.

ГЛАВА 7. СТАЛЬНЫЕ

Думаете, что я успокоился? Да нет. Начал пить? Снова не угадали! Стал сильнее? Тоже не думаю... Я изменился.

Урок. «Люди не меняются?» Меняются! Только тогда, когда сами примут это решение и будут ему следовать. Это не просто. Иногда мучительно. Долго. Чтобы это произошло, нужно внутри себя прийти к осознанию, что это необходимо. Либо меняться, либо падать в бездну.

Нужно было развеяться.

Я собрался на пробежку в своём рванье. На новую одежду тратить не хотелось. Я вышел из подъезда, но перейти на бег не успел. Позвонил телефон. Я поднял.

Звонил парень, с которым мы неоднократно вместе работали в те времена, когда я был начальником отдела культуры района. Вернее так, он занимался прокатом аттракционов, а мне было выгодно его брать на районные праздники, чтобы наша площадка была лучшей в городе.

Не суть.

Мы разговорились, я поделился своей проблемой, он предложил встретиться и поговорить. Жили рядом. Соседние дома. Договорились встретиться на стадионе.

Я побежал. Было темно. Я наматывал круги до тех пор, пока не увидел знакомый силуэт, подходящий ко входу на стадион.

Поздоровались и сразу перешли к делу.

Урок. Мы часто получаем советы. Рекомендации от тех, кто оказывается рядом или просто случайно становится свидетелем ситуации. И тут есть определённые риски. Часто нам советуют что-то, что вызовет феномен «крабей ямы». Слышали о таком? Рассказываю. Рыбаки, которые ловят крабов, выкапывают в земле яму и закидывают туда пойманных ракообразных. По одиночке крабы легко вылезают, за ними приходится следить. Но! Как только их становится около десятка, они выбраться не могут. Если у одного из ракообразных вдруг получается выбраться, другие его тут же тянут вниз. Они тоже хотят! Делают это неспециально, скорее, рефлексивно. В итоге все остаются в яме. Так и люди. Иногда «тянут вниз» случайно. Потолок поджимает. Но хуже, когда со злым умыслом. Даже лучшие друзья, подружки, самые близкие вам люди могут оказаться крабами, зачастую без намерения навредить.

Я обрисовал свою ситуацию. Рассказал о том, как оказался на дне, сказал, что не сдамся и буду сражаться за неё до конца. Он пожал плечами и поделился своим виденьем данной ситуации:

– Женя, послушай. Ситуация хреновая для тебя. У неё на голове корона, она тебя ни во что не ставит. Тебе нужно всё кардинально менять. У неё сто процентов кто-то есть, она предлагает тебе дружить потому, что не уверена в том варианте, который ей наклёвывается. У вас всё-таки дети. Не

каждый мужик сможет взять женщину с таким «прицепом». Для тебя твои дети – родные. Для всех остальных – «прицеп». Если она тебя не любит, значит на то есть веские причины. В чём они заключаются, как думаешь?

Я начал перечислять. Стал плакаться без слез.

– Работал на престижной работе. Был уважаемым чиновником. «Посадили» главу района, а новый руководитель меня невзлюбил. Я ушёл. 10 месяцев сидел дома. Каждое утро начиналось одинаково. Отводил детей в сад и школу. Шёл в магазин и брал бутылочку пива, потом две, потом полторашку. Смотрел сериалы. Отсыпался, готовил кушать, забирал детей. Потом она возвращалась с работы. И так по кругу. Каждый день в течение десяти месяцев. У меня начало болеть сердце. Каждый день!

– Так! Хреново! – сказал друг с сожалением.

– Это не всё. В Минск переехала её мама, после того как Папы не стало. Я его любил, а он меня. Он был для меня отцом! – я взгрустнул, опустил глаза.

– Та-ак... Причём здесь это? – недоумевал дружище.

– Я не уверен, но, возможно, тёща настраивает жену против меня. Ей скучно в Минске одной, я её понимаю. Она хочет жить с дочерью. А я, «жирное пятно на диване», ей мешаю – говорил и понимал, что просто ищу оправдания.

Урок. Союз «Мама плюс дочка» рано или поздно начинает действовать против мужчины, что в итоге может привести к развалу семьи и вытеснению мужа из этого треуголь-

ника. Однако стоит отметить, что в моей ситуации, явно не тёща стала причиной распада семьи.

– А ты не думаешь, что у твоей жены кто-то есть? – поинтересовался друг.

– Это исключено! Она точно не изменяет мне. Она говорила это много раз!

Он задумался, а потом выдал готовое решение. Призывал действовать решительно.

– Так выгони её к маме! Квартира же твоя! Пусть с ней живёт, пока не одумается! Покажи ей, что у тебя **стальные яйца!**

Квартира была общая, приобретена в браке. Не суть.

Смущало то, что свидетелями могут стать дети. Но идея друга меня зацепила и воодушевила. *Попробую.*

Пришло время показать мой внутренний стержень, который уже порядком заржавел. Мысль воссоединить жену с её мамой мне нравилась. Хотя бы проверить свою теорию. Мне было интересно, замешана ли в этом тёща. *Может это перебор, я драматизирую!* Но переезд тёщи в Минск и «НЕЛЮБОВЬ» жены как-то подозрительно совпадали по времени. Вытекали друг из друга. *Это просто догадка.* Мне не хотелось в неё верить. Я никогда ничего плохого ей не сделал, не сказал ни одного слова ей наперекор. Уважал свою тёщу. Называл её по отчеству, она так хотела. Не любила, когда у меня проскакивало «МАМА» в её адрес.

Я пришёл домой. Дети уже спали, а жена смотрела теле-

визор в зале.

– Нам нужно поговорить! – я сказал настолько решительно, что она заинтересовалась. – У тебя кто-то есть?

– С чего ты взял? Что за расспросы?

– Я хочу знать, скажи честно?

– Почему я тебе должна отвечать, мы же всё решили!

– Потому, что меня не устраивает такое положение вещей.

Если ты не со мной, то вали отсюда вон!

– Я никуда не пойду. Ты меня не выгонишь! – она посмотрела мне в глаза, ухмыльнулась и скрестила руки, мол: «И что ты сделаешь?»

– Выгоню! Ты мне не нужна! – сказал я, сверкнув **стальными яйцами!**

Как-то быстро простой разговор стал чрезмерно эмоциональным. Я взял её под руку и начал тянуть в коридор. Она остолбенела. Опешила. Не ожидала. *Что со мной? Я же был дворовый пёсик.* Я тащил её в коридор к выходу из дома.

– Давай! Я уйду! И завтра же подам документы на развод!

«Развод! Какой развод? Нет, не нужно!» – я остановился и «отрезвел». Руки задрожали. Состояние аффекта пропало. Я понял, что сам себя загнал в могилу. **РАЗВОД! ВСЁ!**

Урок. Возможно, это был переломный момент, и нужно было идти до конца, но я не был готов к этому.

***** БАЛАНС ЗНАЧИМОСТИ**

Пожалуй, одна из важнейших тем в книге. Вернее, тема, достойная отдельной книги. Я не считаю себя профессиона-

лом в этой теме, однако общее понимание у меня есть. Спасибо, Макс Вердикт, Дин Делис, Кассандра Филлипс.

Баланс значимости – показатель нуждаемости одного партнёра в другом. Проще говоря, вас любят до тех пор, пока у вас есть высокая значимость в глазах партнёра.

Когда нет баланса, возникает дисбаланс. Есть мнение, что 90% проблем во взаимоотношениях – это именно дисбаланс значимости.

Давайте разбираться! О женской стороне мне судить сложно, буду рассуждать с точки зрения мужчины.

Вспомните чувство голода, который хочется удовлетворить. Хочется перекусить во что бы то ни стало. Хотя бы какую-нибудь мелочь. Бывало такое?

В отношениях должен присутствовать лёгкий голод. Дашь слишком мало – партнёр может умереть от голода. Дашь слишком много – женщина насытится настолько, что перестанет хотеть тебя. И речь уже не о еде.

Отдавать в отношениях нужно, но лёгкий дефицит – одно из условий любви. Согласны?

Это не значит, что нужно прекратить подкармливать положительными эмоциями, знаками внимания свою девушку. Но! Важно, чтобы были ответные шаги с её стороны.

Важно управлять балансом значимости.

Особое внимание стоит уделить конфликтам. Именно в них баланс значимости меняется очень быстро. Поэтому в конфликтах у вас должен появиться внутренний голос, ко-

торый скажет: «Не облажайся! Контролируй эмоции! Помни про баланс значимости!»

Недопустимо, чтобы конфликт заканчивался цветами и подарками в качестве извинения. Цветы нужно дарить просто так, за хорошее отношение, любовь и заботу. В противном случае, это приведёт к закреплению механизма «Я обиделась!» – «Не обижайся, держи цветы!» Каждый такой конфликт заваливает баланс значимости не в пользу мужчины. Он становится слабым, а женщины не любят слабаков.

*Урок. О конфликтах будет ещё целая глава. Пока напишу главное. Отсутствие конфликтов не показатель гармоничности отношений. НО. Правильно выстроенные отношения не сможет разрушить ни один конфликт. Для этого при решении конфликта не нужно играть в «кто прав, кто виноват». Задача в том, чтобы найти подход к партнёру и **помочь ему** стать готовым к сотрудничеству с вами.*

Когда же нужно бить в колокола? Симптомы дисбаланса значимости:

- частые конфликты,
- у неё нет настроения, потухшие глаза,
- она ворчлива,
- меньше заботится,
- у неё пропадает влечение к тебе как к мужчине,
- постоянный негатив, претензии, обвинения из-за мелочей,
- женщина проявляет меньше инициативы («она и **не**

должна» – скажете вы. «Да, это так, но она может проявлять инициативу, чтобы сделать отношения крепче»).

Задумайтесь, чем больше у вас подобных проявлений в отношениях, тем хуже!

Несколько аксиом, связанных с балансом значимости.

Женщина не уходит из отношений из слабой позиции. Если девушка бросает вас, то дисбаланс значимости давно начался.

Женщина добровольно не отдаст сильную позицию, и это нормально. Но... если девушка сама идёт навстречу мужчине первая – это точно не повредит отношениям.

Для мужчины важно самому не косячить и при этом не терпеть недостойного поведения, истерик, негатива в свой адрес.

Но! Это не значит, что нужно устраивать ответные истерики или негативом попытаться победить негатив. Не получится. Станет ещё хуже. Нужно рассмотреть эту ситуацию как возможность вернуть свою значимость и авторитет.

***** ВЕРНЁМСЯ В КОМНАТУ, В КОТОРОЙ МНЕ ТОЛЬКО ЧТО ПРИГРОЗИЛИ РАЗВОДОМ**

– Прости! Прости меня! Я не хотел тебя обидеть! – вскрикнул я и снова вернул пошатнувшуюся корону ей на голову. Баланс значимости был завален окончательно.

В памяти всплыл тот момент, когда я проявил силу и потянул её в коридор. Она не ожидала. Я прочитал уважение в её глазах. *Что же мне делать?* Я снова почувствовал, на-

сколько я жалок. Она ушла спать к детям в комнату. Я отправился по пятам за ней. Как любящий пёсик. Поцеловал тёплые губки малышей. Склонился над ней, попросил прощения, насильно поцеловал в холодную щёку, увидел отвращение и одновременно жалость в её лице. Она отстранилась. Я начал оправдываться:

– Я... я... это... не знаю, что на меня нашло. Это всё не я, мне сказали... сказали тебя выгнать.

В мыслях я загнобил своего друга. *Это он во всём виноват.* А мне оставалось только выйти на балкон и ещё раз всерьёз задуматься о смысле жизни, которого не было. Так казалось в тот момент. Я снова посмотрел вниз с пятого этажа. *«Дети...»* – вспомнил любимую малышку. Я должен жить ради них. Жить ради себя не хотелось.

Она услышала звук открывающейся двери на балкон и пришла. Я этого ждал. Мне хотелось, чтобы пожалела, обняла. В её лице я увидел насколько же неадекватным она меня считает.

– Подумай о детях! – тревожно сказала она. – Зачем ты вышел на балкон?

– Не знаю... Ложись со мной! Хочу спать вместе. Ничего не будет! Мы просто полежим рядом! Ты мне нужна. Мне плохо. Очень, – с надеждой жалобно пробормотал я.

– Нет! После такого я не могу!

– Пожалуйста...

Чем больше я просил, тем сильнее она отдалялась. *«Какая*

же она бесчувственная», – подумал я. В итоге жена ушла к детям. Я лёг в кровать и смотрел в потолок.

Дело не в маме! Дело в том, что у меня нет стальных ящ!

ГЛАВА 8. СУДЬБА

Казалось, что хуже не может быть, поэтому отступить было некуда. Я её любил. Сдаваться в мои планы не входило. Поэтому очередной бессонной ночью родился очередной романтический план.

БИНГО! Не получается давить на чувства, буду давить на театральность и пафос!

Предисловие: Она всегда хотела, чтобы я заказал доставку цветов ей на работу. *Нужно этим воспользоваться!*

Сделаю сюрприз! Я представлял всё так.

К 9 утра, когда она придёт на работу, служба доставки цветов привезёт 10 красных высоченных роз, а затем то же самое произойдёт в 10 утра, в 11 и так каждый час до конца рабочего дня. Последним придут я с кольцом и в шикарном смокинге! И сделаю предложение при всех...

Так она мне точно не откажет!

Я открыл «WORD» на телефоне и начал расписывать концепцию, будучи опытным копирайтером:

Участники: парни в костюмах, белые рубашки, галстук или бабочка.

Механика: парни приносят цветы, представляются «доставка цветов «Чувства вернутся» для первого доставщика».

Второй: доставка цветов «Шанс для любимого».

Третий: доставка цветов «Понять и простить».

Четвертый: доставка цветов «Зацветёт заново».

Пятый: доставка цветов «Пинское счастье».

Шестой: доставка цветов «Розы для любимых».

Седьмой: доставка цветов «Для единственной».

Восьмой: доставка цветов «Дай шанс».

Девятый: доставка цветов «Цветы не закончатся никогда!»

Десятый: муж с кольцом.

Закрыв документ.

Готово! Я был счастлив.

Я рассказал всё знакомой девчонке, которая в последнее время стала для меня настоящим другом. Выручала, поддерживала, помогала и словом, и делом. Она ивентор – организатор мероприятий, одна из лучших в нашей стране. Мы дружили ещё с университетских лет.

Она видела, что мне плохо, и постоянно помогала мне с работой, в которую я погружался с головой, забывая о семейных передрягах. Моя Спасительница.

Я переслал ей документ, и она очень оперативно нашла тех самых парней, которые и станут лже-курьерами.

Началась подготовка. За день я нашёл и закупил цветы, договорился с агентством по аренде смокингов, в это время Спасительница подобрала парней, объяснила, как всё будет происходить, и сделала график прихода курьеров на работу к моей жене.

Не стоит говорить, что ночь накануне была нервной и бессонной, это и так понятно. Мы спали в разных комнатах, она с одним ребенком в спальне, я со вторым в зале. Так близко и одновременно так далеко. Малыш заснул, я не сдержался и начал писать сообщение любимой:

«Жил был дятел, который был самым гордым и красивым в лесу. Он был смешным... его любили все... У него было много друзей и подруг... В силу своей дятлинской природы он очень часто долбил деревья, чтобы приносить домой червячков... Задалбывался по полной программе и забывал про свое гнездо. Бывало, надуется он «смолкоголя» из деревьев, а к нему тут как тут какая-нибудь курица подскочит. Но он любил только свою кукушку... Кукушка снесла ему двух птенцов: воробушка и ласточку... Они жили долго и не очень счастливо, и за долгие годы чувства между птичками ослабли. Посмотрела однажды кукушка на своего суженого и поняла, что он КАКОЙ-ТО ДЯТЕЛ! Ей надоело постоянно убирать гнездо от дятлиных какашек, да и дятел тот долбил не только деревья, но и её мозг. Долго так продолжаться не могло, и кукушка разлюбила этого дятла... Дятел улетел в соседний лес, оставив гнездо... Слабак... Сдался... Не захотел меняться... Пошёл лёгким путем..

Мораль:

11 лет совместной жизни! Не так уж и хреново было... у нас двое клёвых деток, и я не оставляю попыток сделать их счастливыми... ну и их мамку! Хоть она и видит в нём

дятла, он уже кукушко! Женя КукуШКО...»

Написал и ждал ответа. Хоть один смайлик. Хоть какая-то реакция. Её не последовало. Видел, что сообщение прочитано, однако ничего...

Как так? Накатила грусть, но я быстро собрался, так как надежду вселяло завтрашнее цветочное действо. Начал перебирать утренние задачи:

Нужно спозаранку привезти цветы ей на работу, договориться с охраной, чтобы запускали моих парней. Важно, чтобы ни одно из звеньев цепи не проболталось. Сюрприз же всё-таки!

Не забыть про ботинки (В агентстве по прокату смокингов сказали, что с меня только обувь и носки, остальное они подберут!)

А если смокинг не подойдет? Спокойно! Всё подойдёт! – начал споры сам с собой.

Обзвонить парней, напомнить про белые рубашки и бабочки.

Мысли не заканчивались. Так хотелось, чтоб всё прошло без сучка и задоринки.

Утро.

Первым делом я приготовил ботинки, оставил их в коридоре, чтобы не забыть. *Мысленно поставил галочку.*

Та-а-ак! Что дальше! Цветы!

Я пошёл на кухню, взял мусор, чтобы вынести его и не спалиться. Цветы привезли к дому, я загрузил их в

багажник. *Уехал раньше, чем обычно, надеюсь, она ничего не заподозрила.*

Затем отвёз цветы. Договорился с охраной у неё на работе. Объяснил ситуацию, сказал, что собираюсь сделать предложение. Мне выделили целую подсобку, где обычно спят охранники ночью. Телевизор, диван, компьютер, ничего лишнего.

Я принялся за работу. Разделил 100 шикарных роз на 9 букетов по 5 штук, остальные 55 планировал принести сам.

Позвонил её коллеге, с которой она работала. «Абонент выключен или находится вне зоны действия сети», – раздался записанный женский голос в трубке... Телефон недоступен (*позже выяснилось, что она в отгуле, уехала за границу на три дня*). Единственная соломинка, на которую я рассчитывал, сорвалась. *Как так-то. Не судьба! Как теперь узнать, где её фирма? Отдел? Где её рабочее место?*

Я не унывал. Через охрану узнал на каком этаже располагается её отдел и как до него добраться.

Приехал первый парень. Красавчик! Пиджак, бабочка, все дела. Отрепетировали его слова: «Доставка цветов «Чувства вернутся». У нас доставка для НЕЁ (назвал имя и фамилию)! Где я могу её найти?»

Отлично! Можно начинать сюрприз года!

И вот парень запрыгнул в лифт. Началось томительное ожидание. 5 минут. Ничего. 10 минут. Ничего. И вот открывается дверь подсобки и в неё входит парень с недоуменным

взглядом без цветов. *Значит отдал!*

– Как все прошло?

– Никак. Её нет на рабочем месте.

– Как нет?

– Вот так! Сказали, отпросилась. Будет ближе к обеду.

– А цветы оставил?

– Да. Сказал, всё как репетировали. Девочки взяли, сфотографировали, отправили ей через мессенджер!

Как так-то! Не судьба! Я поблагодарил парня, а в этот момент мне пришла СМСка! Я взял телефон и прочитал:

– Я приду и увижу их после 15, не переживай!

Небольшое, но утешение. Я ничего не ответил. Она прислала фото с цветами. И у нас завязалась переписка:

– Ты что, расстроился?!

– Да, конечно! В кои-то веке – цветы на работу... как ты просила когда-то...

– Я просила, чтобы все увидели – так и получилось. Все фоткали и мне высылали. Мне очень приятно, Женя. Ты цели достиг. В 14.30 я приеду и понюхаю их!

Она прислала ещё одно фото из парикмахерской. Она как раз сегодня записалась на мелирование. *Вот не повезло. Нужно предупредить парней и сменить график.*

Я сразу же принялся обзванивать парней, чтоб приехали позже. Поменял их график. На всякий случай, чтобы успеть, подстраховался, пригласил их к 15.00 и далее, через 20-30 минут каждый. Пришлось импровизировать.

Сам тем временем решил заняться смокингом. Взял парня с работы, который был не обделён чувством вкуса, и приехал на примерку.

Выбрали самый красивый смокинг, красную бабочку, белую рубашку с рубиновыми запонками, кушак и штаны. Меряли без обуви, которая лежала в машине, но всё равно смотрелось эпично. Таким красавчиком я давно не был. Пожалуй, последний раз это было... это было... никогда! Никогда я не выглядел настолько шикарно. За это удовольствие наслаждаться собой в смокинге за 5 тысяч долларов со всеми дополнительными причиндалами стоило 100 у.е.

Мы заключили договор, я расплатился, оставил паспорт в залог и забрал чехол с костюмом.

Времени оставалось около двух часов до выхода второго доставщика. Я положил чехол в машину. *Та-а-ак! Ботинки! Не забыть ботинки.* Я начал рыскать по машине, а обуви не было. *Забыл дома! В коридоре...*

Первое, что я решил делать, чтобы выйти из этой ситуации, я позвонил брату, до которого ехать было не очень долго. *Он работает начальником. У него должны быть ботинки на работе.* Но, увы! Именно в этот день их не было. Забыл дома. Позвонил ещё одному другу, у него оказалась нога гнома – 40-ой размер. Ещё одному – он не дома, а на нём кроссовки. *Даже поменяться не получается. Что ж такое!*

Ничего не поделаешь – придется ехать домой. Я нажал на педаль газа и «полетел» за ботинками. Забежал в дом. Кори-

дор. Пусто. *Ка-а-а-а-а-к! Где они?*

Я начал вспоминать: *что я делал утром?* И в этот момент меня осенило!

Мусор! Я выносил мусор! Я в красках вспомнил, как пакет с ботинками отточенным баскетбольным движением руки задорно залетает в мусорный бак, звинькнув о стенку или дно контейнера.

Мне было и смешно, и грустно одновременно, понимая, что сейчас мне предстоит включить «режим бомжа» и порываться в отходах. Летящей походкой я пролетел 5 этажей, выбежал из подъезда и направился в сторону бака. Надежду вселяло то, что, когда я бросал пакет с обувью, бак был пустой, а соответственно, есть шанс, что обувь ещё не на свалке.

Только бы не полный!

Бак был полон наполовину, хотя оптимист в этом случае сказал бы: «наполовину пуст». Первый пакет, который я перекинул из одного контейнера в другой, был от людей, которые очень любят по вечерам побаловать себя селедочкой. Запах был соответствующий. Второй пакет. Третий. Ничего.

Я увидел проходящих соседей и, как бы извиняясь, выкрикнул в их сторону: «Телефон случайно выкинул!» *Как рождается это гениальное враньё, когда по-настоящему стыдно?*

Я перевернул контейнер вверх дном, но ничего не было. *Забрали местные «бичи!»*

Сразу в мыслях предстала живописнейшая картина: «Местный бомжара щеголяет в моих итальянских лакированных ботинках под спортивные штаны «Абибас!»

Вот как так?! Вот же не судьба!

Времени оставался час. *Что делать? Куплю!* Запрыгнул в машину и через 10 минут был в ближайшем обувном. Ничего не нравилось. На дворе весна, выбор маленький. Новую коллекцию не завезли. Пара, которая мне хоть как-то подошла под смокинг, была только 45-го размера. На 1,5 размера больше моего родного. Чувствовал себя клоуном в них. Но выбирать не приходилось – пришлось купить.

ГЛАВА 9. ЭТО ЛИ СУДЬБА?

Картина маслом. Я в ботинках. Со смокингом. С кольцом. Счастливый. Готов ехать в офис жены, чтобы сопровождать процесс.

И тут произошло то, чего я точно не ожидал. Меня вызвал директор. *Придется ехать на работу. Время! «Ладно, не страшно!»* – подумал я. *Я же прихожу последний с цветами. А это ещё через три часа. Успею. Начнут без меня.*

Встреча с директором прошла молниеносно. Я сделал всё для этого.

Выходя из кабинета, я позвонил парням, которые уже были заряжены с партией хорошего настроения и букетом счастья!

Итак, час ИКС! Второй красавчик с букетом поднялся на лифте в 15.40. Взяли запас 10 минут, на всякий случай.

Томительное ожидание. Волнение. Звонок.

– Привет, всё сделал, цветы отдал, но её не было на работе...

Как так-то! Накатила злость и разочарование, ревность. Я снова падал на дно... то, что вселяло надежду, теперь не имело никакого смысла. *Где она? Почему не на работе? Она меня обманывает?* Звоню. Гудки. Трубку не берет. Меня начинает бросать в пот. Неопишуемое чувство. Я в секунду вспотел, как будто провёл минут десять в парилке. С лица

прямо текло. Каплями. Я задрожал внутри и снаружи. Снова сердце вырезали наживую.

Я начал писать в вайбере дрожащими пальцами: «Едешь на работу?» А в ответ тишина. Долгие несколько минут ожидания ответа. Ничего. *Что делать?* Решил схитрить и написал через пару минут: «Я Лешку забрать не смогу из школы...» Сразу же последовал ответ: «Почему? Ладно, маму попрошу»... *Что-то тут не так.* Спросил ещё раз: «Когда будешь на работе?» – игнор. Молчание с её стороны.

Далее монолог продолжился. Я решил писать правду. Честно написал, что ревную. Ответ. Она не понимала, в чём дело и к чему расспросы. Я просил фото из парикмахерской, потому что доверие к ней пропало. Отклика на мои просьбы не было. Меня затрясло.

Мы созвонились. Она подняла трубку с третьего раза. Сердце стучало. Было тяжело общаться. Она накормила меня «завтраками», сказав, что вот-вот приедет на работу. Но потом сорвалась: «Мы же всё обсудили!» – намекнула на то, что мне больше не принадлежит и у нас всё закончено. «Я с девчонками с работы отчаливаю», – написала, имея в виду, что сегодня вечером посидит в кафе с коллегами. Или это Т9. Я не до конца понял, что значит: «отчаливаю».

Я снова взял себя в руки и решил закончить начатое. Дал отмашку парням продолжать сюрприз во что бы то ни стало. В пустоту. С завидным постоянством парни каждые 20 минут приносили все заготовленные цветы, оставив мои 55 роз.

Я приехал, переоделся в смокинг, надел ботинки 45-го размера. Они не могли испортить этот образ. По лицам охранников прочитал жалость в свой адрес. Они стали невольными свидетелями происходящего.

Я взял тяжеленный букет. Розы 110 см вместе со мной весили 102 килограмма, не меньше. *Ого! Вернулся к старому весу, с которого и началась моя новая жизнь!*

Я кое-как залез в лифт. Поднялся на её этаж. Поздоровался с охранниками и зашёл в орен спресе, повсюду стояли розы. Стоит отметить находчивость девочек, ибо в качестве ваз были использованы бутылки, вёдра, бойлер.

Мне сочувственно закивали, с интересом разглядывая с ног до головы. Девчонки опускали глаза, ибо я был жалок или по какой-то другой причине. Дальше – шок! Встретил её подружек, с которыми она якобы «отчалила» в кафе. Они все были на месте, кроме одной. *Всё-таки изменяет!? Иначе зачем врёт!*

У коллег жены я спросил телефон её лучшей подруги с работы – её звали Лена. *Она точно знает, что происходит!* Позвонил. Попросил выйти к лифту. Она работала на другом этаже. Мы встретились, я попросил Лену сфотографировать меня с кольцом и цветами. Мы с ней откровенно поговорили, я не удержался и спросил: «Есть ли у моей жены кто-то? Ухаживает кто-нибудь с работы?», в ответ получил многозначительное: «Она девушка красивая, выразительная, за ней всегда будут ухаживать! Но и ты не сдавайся!»

Снова шок! *Что это значит?* Лена отправила фото жене, та сразу же написала мне: «Зачем?»

«Зачем? Ты серьезно? Я люблю и не хочу сдаваться», – пронеслось у меня в голове. *Это всё! Зачем я это делаю. Она же не любит. На что я рассчитывал. Но написал по-другому:*

– Не сделал предложение 11 лет назад, хотел сейчас!

Действительно 11 лет назад мы были студентами и предложение я ей сделал скромно и словесно, без изюминки. Она мне это часто вспоминала.

Урок. Для девушек предложение руки и сердца является по-настоящему важным. Они его ждут. Представляют. Прогнозируют. Хотят, чтобы это был особенный момент, который запомнится на всю жизнь. Даже когда играют в излюбленную игру «Догадайся сам», втайне надеются, что всё произойдёт именно так, как они представляли. При этом нам, мужикам, не говорят, что для них это важно, а в итоге страдают оба.

Приехал домой. Зашёл с цветами. Встретился глазами с её мамой, которая частенько сидела с детьми, в то время когда родители-трудоголики пропадали в пучине отработки официальной заработной платы.

Прочитал в её глазах жалость. Она не любила засиживаться у нас дома и поэтому, когда я зашёл, сразу пошла в коридор надевать куртку.

Я остался с детьми.

Разбитый. Брошенный. Жалкий. Никакой. Весь в цветах.
*С*ка, Басков!*

Ксюше уже было 10 лет, она всё понимала, пришла меня поддержать. Я лёг в комнате и позвонил своему лучшему другу Лёшке. Рассказал ему в красках ситуацию. Он почувствовал и сказал фразу, которая расставила всё на свои места: «Насильно мил не будешь!»

Я вдруг всё понял. Чем больше я бьюсь о стену между нами, тем больше я её бетонирую, делаю толще... Я заплакал. Горько осознавать происходящее.

Я думал, что ниже того дна, на котором я оказался, когда она не взяла моё кольцо в первый раз, ничего нет. Я снова ошибся. Оказывается, под тем дном было ещё одно. *Ад какой-то!* Я же реально мог сойти с ума. Я был в отчаянии. Спасибо Лёшке и Ксю, в эти худшие моменты моей жизни они спасли меня от сумасшествия.

«Она мне изменяет. Это точно. Женщина с двумя детьми не уходит в никуда. Хватит быть дурачком. Открой глаза, Женя!» – эта мысль опустошала.

Она пришла в час ночи. Я не спал, но делал вид, что уже в отключке, не хотел диалога на эмоциях. *Человека, который притворяется спящим, – невозможно разбудить!* Ей не удалось.

ГЛАВА 10. НОВАЯ ЖИЗНЬ

Пора сдатьсь? Нет!

Утро. Встал в пять. Было ещё темно.

Новая идея! Сколько ж их ещё будет? Я включил компьютер, вбил в поисковике «Как вернуть жену?»

Мне выдало десяток видеороликов с реальными советами.

«Я верну жену за несколько месяцев», – голосили заголовки. *Мне ж это как раз и нужно!*

Урок. Если не работает действие, не даёт результатов, нужно менять не действие, а мышление. Когда поменяется мышление, действие изменится само собой. Станет продуктивным.

Я жадно начал проглатывать один ролик за другим, пока не натолкнулся на мою ситуацию. Один в один. Уже к 10 утра, за 5 часов просмотра «YouTube» я был напичкан информацией до зубов.

Основные советы блогеров (по прошествии времени понимаю, что многие из них были неправильными):

1. Игнор. Чтобы перезагрузиться и поменять мышление.

2. Соблазнение других девчонок. Чтоб успокоиться и перестать думать о Бывшей.

3. Саморазвитие. Отказ от вредных привычек. Прокачать себя во всех сферах. Начиная от одежды, парфюма, заканчивая хобби и пристрастиями.

4. Раскачивание на ревность. Задача: заставить ревновать Бывшую.

5. Выпячивание успешной жизни в социальных сетях.

6. Провокации с противоположным полом. Сталкивание лбами Бывшей и нынешней.

7. Выстраивание дружеских отношений с Бывшей.

8. Соблазнение Бывшей. Возврат.

Самое главное и одновременно самое парадоксальное, то, что меня удивило: «чтобы вернуть жену, нужно поставить точку в отношениях с ней».

«Попробую», – подумал я. Решил воспользоваться своим вчерашним «неудавшимся предложением», ведь это отличная возможность списать всё на то, что «НЕ СУДЬБА НАМ БЫТЬ ВМЕСТЕ», включить «адекватного», пусть думает, что я бросил старания, а сам начну воплощать свой новый план!

Она зашла в комнату и сказала: «Прости!»

Это одно слово оттолкнуло меня от дна, я поднялся на поверхность и наконец-то вдохнул воздух.

Урок. Когда женщина просит прощения у своего мужчины, он становится ей безумно благодарен. Он чувствует свою силу, его уверенность крепчает. Для такой женщины мужчина будет готов «достать звезду с неба».

Урок тот же, но с другой стороны. Мужчина, который постоянно просит прощения у своей женщины, теряет силу, авторитет, ради того, чтобы она не обижалась. Да.

Женщина чувствует свою силу, но не понимает, что в итоге это может разрушить отношения, она потеряет интерес к мужчине. Кому нужны слабаки? Риторический вопрос.

Я стал излагать ей свои мысли, умело подсказанные Лёшей («Насильно мил не будешь!») и видосами. Сказал: «НЕ СУДЬБА!»

– *Согласись, не может же быть так, что в один день произошло всё, что НЕ должно было: девочка-коллега в отгуле за рубежом, причёска у тебя именно в этот день, ну и эти... ботинки!* – она сидела на диване и внимательно слушала, улыбаясь. Ей становилось легче. Ведь я наконец-то её понял.

«Обувную эпопею» я отдельно расписал во всех красках. «Забыл дома... не нашёл в машине... про друзей... мусорный бак... и покупку клоунской пары...», – *взахлёб* рассказал в приключенческом стиле.

А теперь, внимание!!! Каково же было моё удивление, когда жена, услышав мою историю, сказала: «А-а-а! Ботинки? Я их из коридора в шкаф переложила!»

ТА-ДАМ! Это фиаско! Мы засмеялись. Как в старые добрые времена. Отношения стали налаживаться. Я почувствовал, что как только отпустил её, признал, что всё кончено и перестал добиваться – нам обоим стало легче.

Я прервал затянувшийся «парадокс страсти».

***** ПАРАДОКС СТРАСТИ**

Предположим, что каждого из нас можно оценить по де-

сятибалльной шкале, где 1 – агрессивное страшилище-бомж, а 10 – невероятно успешный, ценный, красивый человек с отличным характером.

В оценке важными аспектами являются: надежность, уверенность в себе, внешность, физическая привлекательность, уровень дохода, красота, коммуникативные навыки, чувство юмора, порядочность, сложность характера и т.д. У женщин и мужчин критерии разные. Более того, они будут отличаться у вас и меня. Мы придаём ценность разным критериям. Думаю, суть понятна.

На итоговую оценку влияет ряд факторов. Причём, оценка не разовая, а динамичная, со временем она может меняться. На этом феномене и основан «Парадокс страсти».

Важным является то, как мужчина и женщина подбирают себе друг друга.

В гармоничных отношениях оба партнёра расходятся в оценке не более, чем на 1 балл, а лучше всего, если оценка у них одинаковая.

Более того, проводились исследования по этой теме. В них участвовали 50 мужчин и 50 женщин. Эксперты их предварительно оценили. Затем усреднили оценки.

Задача людей была в ходе общения и общего времяпрепровождения в определенной локации «подобрать себе партнёра, который лучше других подходит именно тебе».

Так вот, любопытно то, что из всех пятидесяти образованных в ходе эксперимента пар, почти у всех оценки были

одинаковые, либо расходились на 1 балл.

Вывод прост:

Мы подсознательно ищем себе партнёра примерно одного уровня.

Теперь обо мне.

Когда мы познакомились с моей женой (которая тогда не была ещё женой), мы оба были студентами.

Я: симпатичный внешне +1, успешный +1, уверенный в себе +1, с отличным чувством юмора +2, известный в университете молодой человек +1, живу в столице +2 – навскидку для своего возраста 8-9 – мой итоговый балл.

Она: красивая +5 (для мужчин это важно), женственная +1, с чувством юмора +1, имеет чувство стиля и красиво одевается +1, из периферии – это никак не влияет на оценку, но говорит о том, что столичный парень имеет приоритет в её глазах. Я бы ей поставил уверенную 8-9!

И вот мы встретились. Закрутился роман. Свадьба, дети. Я работал – она была в декрете.

Отношения не статичны. Они постоянно меняются, что влияет на оценку.

Я начал толстеть, а соответственно это минус 1 к общей оценке, потерял работу в администрации района – ещё минус 1 или 2, стал регулярно употреблять пиво – ещё минус 1 или 2. Навскидку от моей некогда высокой оценки остались грустные 4-5 баллов.

Тем временем декрет у неё закончился, и она начала ак-

тивно работать, поднимаясь по карьерной лестнице. Она стала главным добытчиком денег в семье.

Да, хоть она и стала старше, но внешне была по-прежнему очень привлекательна. Плюс она зарабатывает. Её оценка почти не изменилась! Всё те же 9 баллов.

В отношениях человек с низкой оценкой становится «ведомым» или «слабым», а человек с высокой, соответственно, – «ведущим» или «сильным».

Более влюблённый партнёр находится в позиции слабого, а менее любящий – сильного.

«Слабый» начинает вкладываться в отношения как безумный, при этом ревнует, ждёт «сильного» с работы, становится его хвостом, требует всё больше внимания.

«Сильный» же, наоборот, чувствует, как уходит любовь, ему становится некомфортно в отношениях со «слабым», более того, поскольку «ведомый» делает очень много для него, ему становится некомфортно от своего «свинского» отношения к «слабому». Он начинает есть сам себя изнутри. Появляется чувство вины.

Парадокс страсти заключается в следующем: когда один из партнёров любит всё сильнее и сильнее, чувства другого затухают. Чем больше жаждет любви первый, тем меньше её готов отдавать другой.

У нас с женой так и получилось. Я начал вкладываться изо всех сил. И чувствовал, что недополучал любви. Старался ещё больше. Цветы и подарки стали практически ежеднев-

ными. Я убирал, готовил, стирал, занимался с детьми.

Жену от этого коробило до тех пор, пока любовь не растворилась полностью. Более того, «сильному» партнёру иногда даже тяжелее «слабого», потому что он не понимает, что с ним происходит, и он сам себя начинает «вгонять в депрессняк».

Вас когда-нибудь любил тот, кого вы не любили?

Помните это чувство превосходства над ним? Чувство жалости к нему? «Королева и ничтожество, недостойное внимания», ну или «Король и страхолюдина».

А теперь представьте, что это некогда любимый вами человек! Эти чувства умножаются в несколько раз, и при этом вы не понимаете, почему так происходит. Ужас!

Задача «слабого» в этот момент отодвинуть отношения на задний план, заняться собой, попытаться вернуть себе несколько плюсиков в итоговую оценку!

Важно жить не только миром «сильного», но и научиться строить свой мир!

А «сильному» нужно перестать винить себя! Передать вожжи и ослабить удавку на своей шее!

По своей сути – это тот же дисбаланс значимости. Только двухсторонний.

Исправить дисбаланс в паре можно. Гораздо легче достичь гармонии, если на результат нацелены **оба партнёра!**

Поэтому, важнейшим условием счастливой семейной жизни, является **ВЫБОР ПАРТНЁРА**, пригодного для отно-

шений. Такого, который будет подходить под важнейшие качества, о которых я расскажу позже. Сейчас поверхностно пробежусь.

Для мужчины: желание развиваться, умение быть благодарным, не- подверженность вредным привычкам; **для женщины:** умение идти на- встречу мужчине, не бороться за доминирование в отношениях, умение ценить усилия мужчины, быть жертвенной; **для обоих:** контролировать эмоции, умение и желание вкладываться в отношения.

*** ВЕРНЁМСЯ В КОМНАТУ

Мы смеялись. Я отпустил её. Она наконец-то выдохнула от напряжения.

Более того, впервые за долгое время я взял инициативу в свои руки и чётко расписал, что будет дальше.

– Во-первых, дальше у нас с тобой разные жизни, мы с тобой пытаемся строить отношения с другими. **Между нами официально – ВСЁ! Теперь мы – Бывшие!** Родителям и близким нужно сказать. Нельзя их держать в неведении столько времени.

– Давай пока не будем рассказывать, – попросила она в очередной раз.

– Ладно! – согласился я. – Родителям не буду, но брату и Паше (мой лучший друг, как и Лёшка) скажу.

Урок. Заметили? Это была проверка. Я её не выдержал. Я снова стал слабым в её глазах, когда не смог донести свою идею о включении родителей в эту историю. Я не знал то-

гда, что со своей женщиной нужно «торговаться».

Мы оба понимали, что влияние родителей и близких может вернуть нас на тропу, с которой мы только что сошли. Где-то внутри мне хотелось обратно на этот путь. Я раздваивался: одна часть меня хотела, чтобы родители «вставили ей мозг на место» и она вернулась ко мне, вторая часть меня двигалась согласно плану.

Я б хотел открыться брату, чтобы он рассказал всё родителям, была внутренняя надежда, что он не выдержит. Я хотел этого. Думаю, ему тяжело было бы держать эту информацию в себе, да ещё и смотреть, как плохо мне в тот момент.

Ладно, пока не буду ничего рассказывать. Наверное, она права.

Разговор продолжился.

– Во-вторых, детей этот разлад не должен коснуться, давай постараемся сделать так, чтобы они не почувствовали нашего конфликта. Скажем им, что мы так вместе решили.

– Согласна полностью! – она кивнула.

– В-третьих, я не хочу жить здесь. Так мне тяжелее. Я буду снимать квартиру или перееду к брату. К детям буду приезжать.

– Тебе здесь всегда рады, но это твоё решение. Делай, как хочешь.

Урок. Если в семье есть дети, не используйте их в качестве союзников, не обвиняйте партнёра при детях, не делайте их участниками конфликтов. Очень важно, чтобы про-

блема родителей во взаимоотношениях не приносила вреда детям. Малышня часто неосознанно начинает винить себя в том, что у папы с мамой не получается. Поэтому родители предварительно должны обсудить все нюансы по общению с детьми.

Мирно.

Отец должен трезво оценить сколько времени он **реально** сможет уделять детям. Важно, чтобы встречи с детьми были систематическими.

Например, каждую среду и воскресенье или раз в месяц 15-го числа. Это закон! В эти дни, что бы ни было, папа должен всё бросить и быть с детьми. Тогда уже через некоторое время малыши будут с нетерпением ждать отца в эти дни. Допустим, папа и мама договорились. Затем, непосредственно сам разговор с детьми. Важно, чтобы оба родителя присутствовали и смогли донести мысль, что теперь будет по-другому и так будет лучше всем.

Мы поговорили. Обсудили нюансы и стали собираться на дачу. Я снова вернулся к жизни. Собирались вместе, находясь в одной комнате, как в старые добрые времена. Без обид и с невероятным облегчением. Она сняла майку при мне. У меня встрепенулось что-то внутри, сердце застучало. Импульс возбуждения. Близка и недоступна. Хотелось сорваться и обнять. Я сдержался. Интересно, она это специально сделала? Конечно! Маленькие женские хитрости.

Ксю осталась дома. Ей нужно было на занятия в модель-

ную школу, а мы двинули в путь.

Мы заехали к тётце, забрали её, и через час я высадил их возле дачного домика, а сам вернулся в Минск к дочери.

Эйфория. Хочется прыгать от счастья! Невероятный подъём! Я нашёл «волшебную таблетку».

Именно так и будет называться следующая глава, почему бы и ДА!

ЧАСТЬ 2. ХРАП

ГЛАВА 11. ВОЛШЕБНАЯ ТАБЛЕТКА

Когда не думаешь о сексе, он как бы отходит на задний план. У меня так и произошло. Для меня физическая близость стала нормой в дозировке раз в месяц-два.

Всё изменилось, сейчас я только о нём и думал. На душе всё время скребли кошки. Мы расстались. ВСЁ! Теперь я могу дать волю своему внутреннему альфонсу.

Как говорил один мой приятель, перед тем как выпивать алкоголь: «Не пьянки ради – здоровья ДЛЯ!»

Так и получилось. Речь, правда, не про алкоголь, а про осознанные измены. Я понимал, что мне нужна практика с противоположным полом, иначе я снова наступлю на те же грабли.

Урок. Главное, трезво понимать, что ты идёшь на тёмную сторону. Не каждый сможет вернуться.

В очередной раз жена бросила фразу: «Замути с кем-нибудь, я не против!» И как раз в этот момент та же мысль всплыла у меня в голове.

Зачем она всё время повторяет эту фразу?

Ответа нет.

Но попробовать стоит. Возможно, это и есть та самая

вошебная Таблетка, которая мне поможет!

Я написал девчонке, которая давно питала ко мне романтические чувства. Я это чувствовал во взглядах, внимании ко мне, шуточках в мой адрес и флирте.

До этого разлада с женой я не давал ей шанс ко мне приблизиться. А тут такая возможность! *Но Ксюшка дома.* Одна. Это не давало свободы, более того, ограничивало по времени. Мы с дочкой решили пригласить её лучшую подружку в гости, чтоб ей одной не было страшно.

Пришло время действовать. Я написал Таблетке максимально уверенно и с напором: «Какие планы на вечер? В 21 буду у тебя! Поедем, потусим. Напиши адрес».

Она заигрывающе ответила, и я понял, что у меня будет возможность проверить, подействует ли «лекарство». Затем прислала адрес.

Я сходил в ванную. Выбрал лучшую одежду из того, что мне подходило. Вес стал меньше, и многие вещи смотрелись на мне как будто это одежда «старшего брата».

Я бросил взгляд в сторону тех роз, которые стояли в комнате, и понял, что моей сегодняшней избраннице повезло, ибо ей достанутся самые красивые розы в Минске. *Сколько взять?* Я достал 25 роз из корзины, *много...* потом 15, *ух, нет, всё равно слишком пафосно...* оставил 7 штук, *вот так в самый раз.*

Надел куртку. *Стоп! Сделаю селфи с цветами!*

Взял букет, встал перед корзиной, в которой красовались

оставшиеся цветы. Разместил пост в инстаграм: «Тот момент, когда дома цветочный магазин», с надеждой, что всё увидит Бывшая.

Она больше не жена. Она – Бывшая. Отныне я решил относиться к ней именно так.

Уложил Ксю в кровать, включил телевизор. Затем ушёл в спальню, незаметно взял букет, ещё раз из коридора попрощался с Ксю, захлопывая дверь квартиры.

Доехал быстро и без пробок. Приехав, написал: «Я на месте. Спускайся».

Сердце застучало. Но не из-за чувств, скорее из-за нахлынувшего ощущения свободы. Как в студенчестве. Я давно этого не ощущал. *Как мы до этого дошли?* Всё равно я думал о Бывшей. Букет в руках меня отрезвил, я переключился. *Что сказать? Как себя вести? Я ж уже и забыл, как «ухаживать» за девушкой. И вообще, нужно ли?*

Судя по той информации, которой я пропитался на «YouTube», ухаживания женщине не нужны. Ей нужен сильный мужчина, со стержнем внутри и перспективой светлого будущего.

Таблетка вышла из подъезда с широкой улыбкой на лице. Она не понимала, что это значит. «Что он от меня хочет?» – наверняка думала она. И сама себе нескромно отвечала на этот вопрос.

Яркие розы вносили лёгкую определённости. Мы оба всё понимали.

Как-то стрёмно это всё!

Мы сели в машину, я спросил: «Где ближайший магазин?» Очень хотелось мороженого. *«Нельзя себе отказывать!»* – это ж моё новое кредо.

Урок. Хотя как раз отказывая себе, не потакая животному импульсу, мы формируем навык эффективного поведения в отношениях, который даёт возможность стать хозяином своей жизни.

Я купил два мороженых, себе и моей Таблеточке. Съел своё очень быстро, параллельно рассказывая ей свою душещипательную историю про то, как жена стала Бывшей.

Она в изумлении слушала, периодически задавая вопросы. Мы сели в машину и я предложил отправиться на море. Минское.

– Я в этом году ещё не был на море! Давай рванём! – с иронией сказал я. – Потом будем говорить всем, что в нашу первую встречу мы сразу поехали на море!

Так и сделали. В тот момент, когда она доела мороженое, мы уже подъезжали к Минскому морю. Парковка была практически пустая, буквально 3 машины, на задних сиденьях которых находились пары, приехавшие сюда за тем же, за чем и мы. Я светанул фарами и разглядел целующиеся силуэты. *Ого! Так это популярное место!*

Я включил музыку: «Радые Рэлакс. Вольнае, ды спакойнае», – томно прозвучало на белорусском языке. Мне хотелось спокойной музыки, это радио вполне подходило под на-

строение.

Мы недолго говорили на передних сидениях. Я почувствовал, что вернулся! Тот самый я! Смешной, уверенный, харизматичный. У меня получалось! Я не спрашивал, просто делал. Я ей по-честному сказал: «Мне плохо, ты мне нужна... как таблетка!» Она посмотрела на меня.

Я, застав врасплах, поцеловал её, и, недолго думая, мы переползли на задние сиденья.

Как это вообще возможно?

Я не просто не любил её, я представлял, что со мной в этот момент та самая. Моя жена. Я видел её лицо и сходил с ума. Но иначе новая пассия меня не возбуждала. Я закрыл глаза и снова представил Её! Только поцелуи выдавали то, что сейчас я был с другой. Целовалась Таблетка по-другому. Отталкивающе. Не нравилось. Не так, как привык. Я терпел, делал всё через силу.

Она это тоже наверняка понимала. Нас объединило то, что у обоих последний раз «было» очень давно. Мне это нужно было, ей тоже. *Как у животных!* Без любви, обязательств, просто так.

Я вспомнил прошлое. Так бывает, когда голова забита мыслями вместо того, чтобы отключиться и наслаждаться моментом. Всплыл диалог с Бывшей:

– И давно ты меня не любишь? – спросил я.

– Давно! У нас даже секс был в тот момент, когда я понимала, что уже тебя не люблю. Несколько недель назад. Я

сделала это из жалости, – информативно ответила жена.

С того момента прошло уже около месяца. Я изменился. Но всплыл этот момент именно сейчас. Я пытался вычеркнуть этот диалог из памяти.

Я попытался вернуться в настоящее. Но поцелуи... Не те. Не с той!

Когда всё закончилось, у меня в голове возникла ужасающая мысль: «Зачем?» *Легче не стало. Хотя, нет – стало, но чисто физически.*

Пропала ломка. Так показалось. Физическая ломка действительно уменьшилась, но душевно стало ещё хуже.

В тот момент мне захотелось стать супергероем, у которого есть суперсила «Телепортирующий Хлопок» – ты хлопнешь в ладоши, а человек, находящийся перед тобой, исчезает. *Вот бы сейчас хлопнуть в ладоши и остаться в одиночестве. Я не хотел её видеть. Какой же я мерзкий тип. Воспользовался ей.*

Я был благодарен Таблетке за то, что согласилась попробовать меня спасти. Не удалось. *Возможно, нужно больше времени и попыток!* Не с ней.

Я вёл себя так, как хотел. Был уверенным, честным, мужественным, даже жёстким, поэтому я, не стесняясь, достал телефон и сфотографировал ночной вид моря из машины. Сделал надпись: «Первый раз в этом году на море! Пусть и на Минском». Запостил.

Не прошло и нескольких минут, Бывшая написала целую

серию сообщений: «Ты хоть не позорь меня такими ночными постами. Пост – трындец. Всем интересно. И ребёнку, который в это время дома один. Люди не меняются. Сделать пост про то, как поехал на Минское море тра*аться! Done...»

Она точно знала, что я ей принадлежу – я был её собственностью. Дворняжка, которая сделает всё, что она скажет, только бы получить её внимание и «пропитание». Но она не знала, что я уже вдохнул чистого воздуха свободы. Что-то поменялось.

Я злорадно улыбнулся и ничего не ответил. *Работает новый план!* В сладких мыслях я отвёз Таблетку домой. *Подествовала!*

ГЛАВА 12. ПОСТАВИЛ ГАЛОЧКУ

Утро следующего дня.

В тот момент, когда она вернётся домой, меня уже здесь не будет.

С этой мыслью я собрал несколько маек, рубашек, шорты, полотенце, джинсы, бритву и зубную щетку. Взял кроссовки и подушку. *Как же мало у меня пожитков.* Загрузил всё в машину. Начинаю не новую, а другую жизнь.

Первым делом я написал знакомой девочке фитнесс-тренеру, моей Бывшей ученице. Сказал, что хочу к ней на тренировки. В ответ она нашла мне тренера для мужчин, так как сама специализируется на тренировках девчонок. Мысленно ставим галочку! *Выполнено!* Ближайшая тренировка – завтра.

Теперь переезд. Находясь на работе у меня родилась идея. Я попросил помощи у своего друга, а по совместительству – начальника, который сдавал квартиру нашему коллеге с работы. Объяснил ситуацию. Попросил временного пристанища.

– Нужно срочно! Не могу и не хочу её больше видеть! – заключил я.

Но на работе давно догадывались, что со мной что-то не так. Я был никакой. Целый месяц уже прошёл. А поскольку я мужик – это вряд ли могут быть затянувшиеся «критические

дни». Но у меня было именно так. Месячные, которые не заканчивались.

Мой начальник проникся моей ситуацией и, практически не раздумывая, дал мне «зелёный свет» на проживание у него в пустующей квартире вместе с коллегой. *Ставим галочку! Выполнено!*

На следующее утро я уже бежал по новому месту. Речка, водопад, выстриженные деревья, рассвет. *Красотища-то какая!* Мотивация запредельная. Мне хотелось парить. Получалось. Я чувствовал себя отлично в те моменты, когда не думал о Бывшей.

Мой мозг усиленно стирал её из памяти. Иногда приходилось прибегать к помощи Таблетки. Я просто звонил, вызывал такси и она приезжала. Всё чаще меня посещало состояние «ТЕЛЕПОРТИРУЮЩИЙ ХЛОПОК». Мне не хотелось так. Более того, я чувствовал, что она влюбляется. Для меня это означало разрыв. Я не хотел делать ей больно. Я же понимал, что всё это делаю только для того, чтобы «не сдохнуть».

Раз за разом повторял ей «ТОЛЬКО НЕ ВЛЮБЛЯЙСЯ!», но она не понимала...

– А что, если влюблюсь? – интересовалась она, не видя, что я абсолютно серьёзен.

Урок. Я неожиданно для себя понял, как работает механизм влюбленности. Для того чтобы влюбить девушку, нужно сделать так, чтобы она сама была уверена, что влюбилась. Фраза: «не влюбляйся» помогла понять это. Мо-

менты, когда я подмечал, что она ко мне хорошо относится, флиртует, вкладывается – я поддерживал. Оценивал их. Давал положительное подкрепление. Соответственно, она демонстрировала свою привязанность всё больше и больше. В этот момент я говорил: «Ну что? Всё-таки влюбилась? Я же предупреждал. Не влюбляйся!» Тем самым заставлял её верить в сильнейшие чувства.

Иногда я делал фотографии в стиле «ню», но выложить их не хватало сил. Вернее, хватало мозга, чтобы не выкладывать их. Через «несколько раз» я решил прекратить с ней общение. И тому был повод.

Влюбилась.

Стала неинтересной.

Эх, не на то я обращаю внимание.

Я постоянно сравниваю Таблетку и жену. От этого мне становится хуже. Происходит откат. Состояние, когда хочется быть слабым, жертвой, чтобы пожалели. Упасть на грудь Бывшей. Обнять её. В такие моменты в памяти, как назло, сразу же всплывают самые яркие моменты отношений.

ГЛАВА 13. БУДНИ

Каждое утро я начинал с пробежки, а вечером была тренировка в тренажёрке. Я подружился со своим личным тренером. Он был чемпионом страны по бодибилдингу. Один из лучших в своём деле. Я бы даже сказал лучший. Женя-тёзка! Совсем скоро он станет двухкратным чемпионом Беларуси. Но пока не о нём.

Тренировки меняли меня.

Урок. Изменение мышления и образа жизни начинается с изменения PQ – физического интеллекта. Сюда входят правильное питание, регулярные занятия физкультурой, отдых (релакс, управление стрессами и профилактика здоровья). Если думаете, что это не важно, сильно ошибаетесь. Именно контроль своего организма в плане правильного питания, не переедания и регулярных занятий физическими упражнениями создают фундамент для развития своего духа, повышают самоконтроль и делают вас по-настоящему хозяином своей жизни! Человек, который поддается искушению через пять минут, просто не имеет возможности узнать какой кайф его бы ждал через час!

Тренажёрка, давайте о ней. Пришёл с весом 86 кг, и за месяц «на сушке» превратился в атлета с весом 79. Красавчик! Я это чувствовал, я это видел. Параллельно менялось и моё сознание. Я стал увереннее, мужественнее, по крайней мере,

мне так казалось. Но и тренер мне подкидывал комплиментов:

– Когда ты пришёл в зал, я подумал: «ЧУХАН КАКОЙ-ТО!» А сейчас совсем другое дело!

Действительно, когда я первый раз пришёл в зал, я выглядел как дворовый шкет, который приоделся в секунд хенде: ярко-салатовая майка, футбольные трусы администрации района, лидские кроссовки (купил для пробежек самые дешёвые, так как не рассчитывал, что смогу долго бегать).

Сейчас же я был одет в «NIKE», сверху-донизу. Лучшие штаны, профессиональная майка с dry-fit, беговые кроссовки. Чуть позже я куплю и второй комплект одежды.

Теперь о том, что я делал долгими днями.

Мало говорю о работе, потому что она отошла на задний план. Ближайший месяц, всё «*свободное от работы*» время я смотрел обучающие видеоролики моих любимых блогеров. Их было уже трое: Макс Вердикт, Роман Винилов и Nick В. Каждый обучал по-своему и о своём.

***** БЛОГЕРЫ**

Макс – психолог, который полюбился мне больше остальных. Его философия мне подходила, откликалась. Он советовал больше времени уделить практике. Он рассказывал о балансе значимости, построении отношений, рассказывал о том, как выбрать пригодную для отношений девушку, о качествах, на которые необходимо обратить внимание. Советовал обращать внимание на родителей претендентки, на то,

«гуляющая» она или нет, на характер, на то, как складывались её предыдущие отношения и много другого полезного контента.

Роман – эксперт по возврату Бывших, со своим стилем, сайтом, специализированном на историях по возврату Бывших. Я, естественно, зарегистрировался на этом сайте и прочитывал по несколько реальных историй в день. Некоторые истории длились годами, пятилетками. Некоторые девушки возвращались и через месяц-два. В зависимости от запущенности ситуации. У него были и свои эксперты, которые начинали свой путь как и я, с «новой» жизни. Они прошли уже этот путь. Брошенные эксперты, те, кому «посчастливилось» услышать от любимого человека: «Я тебя не люблю».

Ник – представитель так называемого «Мужского движения», который всю жизнь боролся с зависимостями от алкоголя, наркотиков, игромании и т.д. Встал на праведный путь. Будучи два раза женатым, советовал не ввязываться в серьезные отношения с женщинами, не был женоненавистником, но убеждал в том, что критически важно, чтобы главным в отношениях был мужчина.

Скажу так, у каждого из них были как здравые мысли, так и те, которые нужно было фильтровать. Они были категоричны. Меня это цепляло. Какие-то их советы я действительно начал применять в жизни.

***** ВЕРНЁМСЯ КО МНЕ НА РАБОТУ**

Работа этот последний месяц давалась тяжело. Мне сочув-

ствовали. Все знали мою ситуацию. Меня не трогали. Плакал я часто, но старался, чтоб никто не видел. Скорее не плакал, а просто, в тот момент, когда было жутко и грустно, из меня вытекала скупая мужская слеза.

Последнее время ситуация поменялась. Я держался. Кошки скребли на душе, но я с ними справлялся.

Я изо дня в день воплощал план. Шёл к нему маленькими шажками. Выписывал какие-то важные вещи, подслушанные и подсмотренные у блогеров и прочитанные в книгах. Я развивался. По моему мнению, я был на стадии игнорирования Бывшей и соблазнения других девчонок. Но мне то хотелось перейти поскорее к финальной стадии – «возврату». Ну или хотя бы на «дружеское общение». Смотря очередное видео, я сделал пометки о том, каким должно быть общение с Бывшей. Я верил, что совсем скоро мы заговорим именно в этом ключе:

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.