18+

Надежда Покровская

Дневник гадалки

Тысяча и одно прощение



Надежда Покровская

Дневник гадалки. Тысяча и одно прощение

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67618199
ISBN 9785005373182

Аннотация

Как пережить развод? Как простить себя за аборт? Как найти, выбрать своего мужчину? Ответ на эти и другие вопросы поможет найти дневник гадалки Марии. В дневнике – истории женщин, которые ищут своё счастье и предназначение. А гадалка – это инструмент в руках судьбы, который помогает идти в правильном направлении, поверить в свои силы и не сдаваться. Не сдаваться, даже если кажется, что совсем не осталось сил… Книга содержит нецензурную брань.

Содержание

Предисловие 5
Глава 1 7
Глава 2 31
Конец ознакомительного фрагмента. 40

Дневник гадалки
Тысяча и одно прощение

Надежда Покровская

Эта книга – результат 5-летней практики, в основе сюжета лежат реальные истории клиентов.

Имена героев изменены.

Корректор Татьяна Исакова

© Надежда Покровская, 2022

ISBN 978-5-0053-7318-2
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Мария работает гадалкой. Но это неточно. Вернее, я просто не знаю, как правильно называется то, чем она занимается. Гадание – только одна из граней её таланта. Мария помогает людям обрести душевное равновесие, понять причины тех или иных событий в их жизни, найти выход из казалось бы безвыходных ситуаций.

Я дружу с Марией уже давно. И иногда она делится со мной некоторыми историями из своей практики. А однажды она рассказала, что ведёт что-то вроде дневника, и предложила сделать из этого книгу. Книгу для женщин. Ведь мужчинам подобное чтиво, как правило, неинтересно. Я со своей стороны сделала всё, что смогла. И теперь дневник гадалки Марии открывается для вас.

Мысли женщины о себе, о мужчинах, о любви, о детях. Почему женщина выбирает мужчину, который причиняет ей боль? Неужели не было никого лучше? Ребёнок – венец любви или просто способ манипулировать мужчиной, собственными родителями, окружающими людьми? Мысли и суждения, в которых порой страшно признаться себе самой даже ночью под одеялом… Что значит слово «счастье» и каким оно бывает?

В этой книге – разные женские истории, ироничные и грустные, жёсткие и душевные, циничные и мистиче-

ские. Вы можете прочесть эту книгу как очередной дамский роман. А можете отнестись к этому более серьёзно и использовать как инструкцию для решения конкретных задач. В книге много приёмов самодиагностики, упражнений и других, как говорят психологи, инструментов. Всё это реальный опыт женщины, которая умеет помогать другим людям и предлагает воспользоваться этим опытом, чтобы в вашей жизни стало больше тепла и радости.

Глава 1
Бизнес. При чём тут папа?

Этот год для Марии начался ярко!

На радиостанции, где Мария была шеф-редактором, подчинённые написали на неё донос учредителям, натравили налоговую инспекцию, науськали проверяющих из отдела охраны труда и противопожарной службы. А потом ещё накатали телегу в прокуратуру. Дома у Марии начался развод, старший сын у себя на работе вляпался в полукриминальную историю, а младшему ещё предстояло как-то объяснить, почему мама и папа не будут больше жить вместе. Ещё на Марии висели три кредита, и на общем фоне всех этих неприятностей у неё подскочило артериальное давление. Мария, конечно, принимала лекарства, но толку от них не было никакого, давление по-прежнему не желало опускаться до заветной величины 120/80, и сердце периодически гулко колотилось в груди и ныло.

Именно в это «благословенное» время к Марии пришла закадычная подруга Альбина со своими горестями.

– Машка, я в такой жопе! Что мне делать? – рыдала Альбина у подруги в кабинете. – От меня все шарахаются как от чумной. А мне даже посоветоваться не с кем! Ты же у нас умная, может, хоть какую-нибудь идейку подкинешь? – с на-

деждой спросила подруга и нервно закурила.

«Зашибись! – подумала Мария. – Я тоже в том же месте и тоже не знаю, что со всем этим делать. И поговорить толком не с кем. Вот разве что с Альбиной…» А вслух заметила:

– Ты потрясающе выглядишь!

Мария давно заметила: чем хуже идут дела, чем тяжелее проблемы, тем лучше выглядит Альбина. У самой Марии с некоторых пор обнаружилась такая же способность, в этом подруги были схожи. Кругом, что называется, дерьма лопата, а эти две дамочки выглядят ну просто непрошибаемо, до неприличия успешными и сытыми! Такой вот парадокс. Это называется – держать удар. И подруги держали этот самый удар судьбы так стойко, что аж самим становилось тошно. Но окружающие об этом не догадывались и только зеленели от зависти к этим «стервам».

Когда-то красавица Альбина окончила пединститут, затем лет десять работала в школе, преподавала историю в средних и старших классах. Свою трудовую биографию она начала одновременно с семейной жизнью, потому что с будущим мужем познакомилась ещё во время учёбы в институте. Вроде жили, не тужили, Альбина родила дочь. Но в какой-то момент семейная жизнь разладилась, и Альбина развелась со своим педагогическим супругом. После развода жила в общежитии, на более чем скромную учительскую зарплату, однако умудрялась регулярно шить себе и дочке новые модные наряды.

Периодически возле красавицы исторички возникали кандидаты в мужья, разного роста, веса и возраста. Предлагали различной толщины «соцпакет» в обмен на руку, сердце и комиссарское тело учительницы истории. Но Альбина оставалась неприступной, как хранилище золотого запаса Центробанка. Однако жизнь в режиме постоянной жёсткой экономии изрядно её утомила. И тогда Альбина начала понемногу приторговывать импортными канцелярскими товарами. Торговля пошла успешно, появилась перспектива открыть свой магазинчик. Но тут педагогическая общественность (от зависти, что ли?) выступила с решительным протестом: «учитель истории» – это звучит гордо, а «продавец канцелярских товаров», пусть даже и импортных, – не гордо! Возмущённые коллеги дружно обсудили и осудили Альбину на педсовете, и ей пришлось продать налаженный бизнес. Зато на вырученные деньги она смогла купить однокомнатную квартирку и перебраться из осточертевшей муниципальной общаги.

И снова уроки, педсоветы, экзамены, зачёты. Альбина вышла замуж второй раз, её дочь благополучно окончила школу и уехала в другой город учиться в вузе. Альбина опять развелась, а через некоторое время поняла, что больше не может бороться с рвотным рефлексом, который вызывала учительская работа. И душа рвалась к чему-то большему. Альбина уволилась из школы и снова открыла собственное дело. На этот раз – рекламное агентство.

Поначалу всё было хорошо: агентство стремительно набирало обороты, продвигаясь на рынке услуг, клиент, как говорится, косяком шёл. Альбинина «контора» быстро стала популярной у рекламодателей, и её название было на слуху. Всё замечательно, но… Клиентов много, а денег… до обидного мало! Альбина выдавала зарплату менеджерам из своего кошелька, а сама опять жила впроголодь и копила неоплаченные счета за квартиру. Когда она звонила рекламодателям, чтобы напомнить об оплате заказа, разговор обычно складывался душевно, интонации были искренними, но денег от этого не прибавлялось. А затем начались странности с менеджерами.

Из четырёх менеджеров в агентстве Альбины трое были юноши и одна девушка. Юноши быстренько влюбились в красавицу босса, и нормальные производственные отношения как-то сами собой превратились в какой-то Марлезонский балет. Вместо привлечения новых рекламодателей и зарабатывания денег мальчуганы часами беседовали со своей прекрасной начальницей о замечательных перспективах её бизнеса, составляли коллажи и рисовали диаграммы, писали бесчисленные планы и «расклады». А дело стояло! Единственная девушка-менеджер сохла от ревности и начала устраивать странные сцены, сильно смахивавшие на подавленную истерику.

Альбина билась как рыба об лёд, пытаясь получить деньги за уже изготовленную рекламу. У неё начались пробле-

мы со здоровьем, она почти перестала спать и сильно похудела. Чтобы хоть как-то снять напряжение, Альбина навалилась на коньячок и зачастила к закадычной подруге-экстрасенсу. Мария в свою очередь как умела штопала подруге покоцанную ауру и периодически уговаривала Альбину хотя бы выспаться и пропить курс хороших витаминов. Однако бизнес-леди упрямо твердила, что у неё всё под контролем, что это лишь временные трудности, болезни роста, так сказать, и всё скоро наладится. Просто не может не наладиться, чёрт бы их всех побрал! «Интересно, – думала тогда Мария, – все учительницы такие упёртые или только моя подруга такая тупая мотыга?».

Время шло, Альбина привычно держала удар, отказываясь от какой-либо помощи, бизнес разваливался на глазах. И впереди уже облизывалось и приветливо махало загребущей ручкой плотоядное банкротство.

Мария раскладывала карты таро, чтобы уточнить, что же происходит с бизнесом её подруги, с менеджерами и с деньгами. Карты неизменно показывали, что в жизни Альбины «море любви», вокруг неё сплошные короли да рыцари, но никаких денег, даже на горизонте. С упрямством носорога Альбина пыталась «забодать» неудачи усилием своей воли. В итоге она, наконец, и оказалась там, где любят гнездиться проблемы и куда никогда не заглядывает солнышко… О чём прямо с порога и сообщила Марии.

– Ты действительно хочешь разобраться? – спросила Ма-

рия. – Или просто пришла в очередной раз пореветь?

– Да! – ответила Альбина. – В смысле, хочу разобраться!

– И ты готова услышать о себе то, что может тебе не понравиться?

– А куда деваться? У меня, что, есть выбор? – раздражённо рассуждала подруга.

– Выбор есть всегда, ты же знаешь, – ответила Мария.

– Ну да, ну да… Даже если вас сожрали, у вас всегда есть выбор, каким способом выйти наружу… – грустно пошутила Альбина.

Мария начала свою работу.

– Результат – это точный показатель истинного намерения, – заговорила она. – Если в результате ведения своего бизнеса ты не получаешь денег, значит, истинное твоё намерение было не в этом.

– Вот нифига себе! – возмутилась Альбина. – А в чём же ещё?

– Пока не знаю. Давай разбираться. На сегодняшний день что ты имеешь от своего бизнеса, какой результат?

– Да какой там результат… Рекламодатели не платят денег. Менеджеры ни хрена не делают. А все мои усилия уходят в никуда, как вода в песок. Вот и весь результат, – с грустью подытожила Альбина.

– Рекламодатели не платят денег. А что они делают?

– Разговоры разговаривают.

– А ещё? – продолжала допытываться Мария.

– В ресторан приглашают, на шашлыки, на пикники, в сауну.

– То есть предлагают личное общение? – уточнила Мария.

– Ну да! – с досадой согласилась Альбина. – Один даже намекал, что я типа женщина его мечты, и молол какую-то хрень про замок в Испании с видом на океан.

– То есть вместо денег ты получаешь, скажем так, флирт. Фактически, пополняешь свою коллекцию влюбленных мужчин. Согласна?

– Но я же с ними по делу общаюсь! – возмутилась бизнес-леди. – Я же напоминаю об оплате, говорю с ними о деле! И они говорят со мной о деле. Какой же тут флирт?

– Хорошо, вы говорите о деле. А результат-то какой? – не отступала Мария. – Предложения личного характера. Так?

– Так.

– И никаких денег, так?

– Так, – снова согласилась Альбина.

– Результат равен намерению. Денег нет, а предложения завести роман – есть. Значит, истинное намерение какое? – наводила Мария подругу на мысль.

– Получается, что – роман. – Альбина выглядела явно озадаченной. – Нет… ну нет… – бормотала она.

– Менеджеры ни хрена не делают, – продолжала Мария. – А что они делают на самом деле? Перечисли, чем они занимаются в течение дня, прямо по часам распиши, – предло-

жила она, протягивая подруге листок бумаги и ручку.

Через двадцать минут выяснилось, что список дел Альбининых менеджеров сильно смахивает на инструкцию по уходу за ребёнком. Рабочее время доблестные пажи тратят на то, чтобы успокаивать и подбадривать своего босса, готовить для неё чай и кофе, бегать в магазин за сигаретами и соком, кормить свою ненаглядную бизнес-леди домашними супчиками, курить вместе с ней на крылечке каждые полчаса и катать её на автомобиле. А рабочие планы так и остаются всего лишь на бумаге, и ни один из заказов менеджеры не довели до конца. Это сделала за них сама Альбина.

– Вот блин! – возмутилась она, когда прочитала вслух распорядок дня своих пажей. – Дармоеды! Уволю всех к чертям собачьим! Да я одна все свои деньги заработаю!

– Результат равен намерению, – снова повторила Мария. – Если твои менеджеры не делают свою работу, а вместо этого носятся с тобой как с писаной торбой, то намеренье у тебя какое, получается?

– Чтобы со мной все нянчились?.. – как-то по-детски удивилась Альбина.

– Очень похоже, – согласилась Мария. – Получается, что всю свою энергию ты тратишь на то, чтобы охмурять мужчин – своих партнёров по бизнесу и своих подчинённых. И получаешь от них ровно то, чего хочешь на самом деле – романтических предложений, ухаживаний, внимания, заботы. К настоящему бизнесу всё это не имеет никакого отно-

шения.

– Я как-то… об этом не думала, – проговорила Альбина. – Я, что, на мужиках зациклена?

– Получается, что так. А теперь давай разберёмся – почему. Самый первый и самый главный мужчина в жизни женщины – это её отец. Даже если ты его никогда не видела и ничего о нём не слышала. Это закон рода. С этого и начнём. Расскажи об отце, – предложила Мария.

Отец Альбины – мужчина обаятельный и симпатичный. Даже теперь, несмотря на почтенный возраст и тяжёлую болезнь, он всё равно симпатичный и обаятельный. Любил и любит женщин, практически всегда погуливал налево. А до недавнего времени ещё и выпивал. Альбинина мать сама готовила самогон, чтобы расплачиваться с помощниками по хозяйству. А чтобы муж не выпил этот самогон, женщина прятала бутыли – закапывала в огороде. Но это плохо помогало, потому что Альбинин отец чуял универсальную валюту даже под землёй и частенько находил заначку. Из-за этого родители всегда ругались. Несколько лет назад отца, по словам Альбины, приворожила чёрным приворотом одна ушлая бабёнка, и теперь отец периодически срывался из дома, а все заработанные деньги уплывали из семьи. Медики диагностировали у него злокачественную опухоль.

Большое хозяйство (скотина, огород, пасека) и троих детей Альбинина мать тащила на себе и при этом на работе была передовиком производства и активной общественницей.

Однажды Альбина спросила мать, почему та терпит бесконечные измены мужа, почему не разведётся с ним. Мать ответила, что разведённая женщина – это неприлично и что надо на что-то растить детей, а муж всё-таки деньги зарабатывает. Главное, что муж содержит семью. Стало быть, надо терпеть.

– Я очень любила отца и сейчас люблю, – рассказывала Альбина. – Но я ненавижу его за то, что он всю жизнь изменял маме, пил и ни хрена не делал.

– Понятно, – сказала Мария. – Едем дальше. Муж номер один. Он же – отец твоей дочери. Расскажи о нём.

Альбина начала рассказывать про свои студенческие годы. И тут не без удивления вспомнила, что за своего первого мужа она вышла замуж в отместку, только для того, чтобы насолить однокурснику, в которого была сильно влюблена. Тот тоже был влюблён в красавицу Альбину, но из-за своей застенчивости никак не проявлял свои чувства. Тогда Альбина решила отомстить робкому юноше. И для мести выбрала известного красавца и сердцееда, по которому сохло большинство девушек на курсе.

– Тогда мне казалось, что я тоже в него влюбилась, – рассказывала Альбина. – А потом, когда уже приехали сюда и начали жить как супруги, по полной программе, я быстро поняла, что не люблю его.

– Твой муж это, естественно, почувствовал и повёл себя соответственно… – уточнила Мария.

– Да, – согласилась подруга, – начал строить глазки молоденьким учительницам и пионервожатым. А дома вальяжно рассиживал на диване, с умным видом читал газеты и в телик пялился.

– Деньги-то на хозяйственные нужды давал?

– Сначала – да, а потом всё меньше и меньше, – продолжила Альбина. – Ну а потом… Я долго терпела, потому что всё время помнила мамины слова: «Разведённая женщина – это неприлично, и надо на что-то растить детей…» Но в конце концов моё терпение лопнуло, и мы развелись. С дочкой он даже не виделся потом. Алименты, правда, платил. Но так, копейки.

– И какой же вывод напрашивается? – спросила Мария.

– Козлы они все! – отчеканила подруга.

– Прямо все? Без исключений?

– Получается, что все. Потому что мой второй муж был такой же, только ещё хуже, – безапелляционно заявила Альбина.

Её второй муж тоже был симпатичный и обаятельный. Он долго ухаживал за красавицей историчкой, был настойчив и изобретателен. Альбина влюбилась в него по уши. Особенно ей нравилось то, что новый кандидат в мужья наладил хорошие отношения с её дочкой. Это окончательно растопило женское сердце, и счастливый претендент окольцевал привередливую птицу по имени Альбина. Они довольно долго были счастливы и страстны в своей любви. Однако со вре-

менем Альбина начала замечать знакомые симптомы: муж начал проводить больше времени на диване, с умным видом читал газеты и смотрел телепередачи о науке и политике. Денег также стало меньше. А потом до Альбины дошли слухи об амурных похождениях её второго мужа.

– И опять те же яйца, только в профиль, – резюмировала она.

– Ну… насколько я помню тебя в тот период, ты тоже вела себя… как эдакая… – Мария подбирала образ поярче, – … блядь по-монастырски. Вспомни: у вас в гостях постоянно тусовались твои поклонники. Вели с твоим мужем умные пацанские беседы об устройстве мира, об экономике и прочих очень мужских вещах. Но при этом никто из них не скрывал, что страстно мечтает оттрахать тебя на вашем же супружеском диване. А твой муж делал вид, что он далёк от примитивной ревности и что ему нравятся ваши «высокие, выс-сокие» отношения.

– Что, прямо так вот и было? – искренне удивилась Альбина. – А я как-то этого не помню…

– Да было, было… – заметила Мария. – Но это сейчас неважно. Вывод-то какой напрашивается?

– Какой, какой… Не осталось нормальных мужиков! Вот и весь вывод.

– Зашибись! – подытожила Мария.

А Альбина в итоге сделала для себя несколько важных открытий.

Открытие №1: все избранники Альбины имели черты, сходные с чертами характера её отца. Все были обаятельными, симпатичными, притягивали женское внимание и сами активно интересовались женским полом.

Открытие №2: в браке Альбина каждый раз повторяла схему, по которой жила её мать: все заботы и тяготы тащила на себе, а от мужей ждала прежде всего денег.

Открытие №3: Альбина не простила своего отца за то, что он изменял матери.

– И что мне делать с этими открытиями? – спросила она.

– Давай разбираться дальше, – предложила Мария. – Когда ты не можешь чего-либо простить другому человеку, что при этом чувствуешь?

– Убить хочется.

– Бывает. А что ещё?

– Обидно. Злюсь. Ненавижу, – перечисляла Альбина. – Что ещё? Хобот оторвать… кастрировать.

– Это всё понятно. А вот здесь что? – старательно наводила Мария подругу на мысль, прикладывая ладонь к её груди.

– Что… что? Я не понимаю… – бормотала та раздражённо.

Альбине явно неприятно было углубляться в эту область, она начала разыгрывать сценку под названием «их бин тупой».

– Обидно, злюсь, ненавижу, убить хочется – всё это называется боль, – наконец подсказала Мария.

У Альбины задрожали губы.

– Ну да, чёрт возьми! Мне больно… Больно! – призналась она. – Мне всегда было обидно, что отец больше времени проводил не дома, а где-то с другими людьми, с другими женщинами. Мне было больно, когда я слышала, как ночью в подушку плакала мама. И тогда я ненавидела всех тёток в мире за то, что они отвлекают моего папу от мамы, от меня и братьев.

– И чтобы в твоей жизни не было больше этой боли, ты приняла какое-то важное решение, – подсказала Мария. – Что ты решила?

– Я решила, что буду самой красивой, самой модной, самой привлекательной, чтобы все мужики смотрели только на меня. Я никогда не стану «кошёлкой»! Я должна быть самой-самой… чтобы никто просто не мог устоять!

– Тебе это удалось, – согласилась Мария. – Где бы ты ни появилась, всё мужское внимание тут же концентрируется на тебе. Ты играючи влюбляешь в себя мужчин. И что же дальше?

– А что дальше? – переспросила Альбина.

– Ну, влюбила ты в себя всех окружающих, от менеджеров своего агентства до самых «жирных» рекламодателей. В результате твои менеджеры всю энергию тратят не на работу, а на привлечение твоего внимания, только чтобы ты как можно дольше была с ними. А рекламодатели воспринимают тебя в первую очередь как престижную женщину – украше-

ние компании, завидную подругу, с которой приятно покрасоваться в дорогой иномарке или на горнолыжном курорте, а не как бизнес-леди, с которой можно вести производственные дела. Своим стремлением обаять и соблазнять ты своим бизнес-партнёрам весь прицел сбила. По-моему, всё это смахивает на месть, – подытожила Мария.

– Месть?! Это я так мщу мужикам?..

Альбина была явно озадачена этим новым открытием.

– Мстишь, – подтвердила Мария, – и «мстя» твоя страшна. Сама же только что сказала: «Я решила, что буду самой красивой, самой модной, самой привлекательной, чтобы все мужики смотрели только на меня». И вообще, у меня складывается впечатление, что и своё рекламное агентство ты зарядила только для того, чтобы отомстить бывшим мужьям, доказать, что ты круче их, круче мужчин.

– Когда про тебя постоянно говорят «дура набитая, блондинка, что с неё взять!», поневоле начнёшь доказывать, что ты не дура.

– Ты не дура. Хотя и блондинка, – сказала Мария. – И ты доказала, что способна на многое. Пока твои бывшие мужья плакались в жилетку своим новым сердобольным возлюбленным, ты зарабатывала на жизнь себе и ребёнку, не побоялась сменить работу, с нуля организовала собственный бизнес. Проблема только в том, что всё это ты делала не для себя любимой, не для своего удовольствия, а только для того, чтобы утереть нос гадким, злым дядькам. Понимаешь?

Только из мести. А у такого проекта нет перспективы. Все силы у тебя ушли на месть, а сил на жизнь не осталось.

– И что мне теперь делать? – проворчала Альбина. – Полюбить свой бизнес? Или прикрыть эту лавочку к чертям собачьим?

– Это ты сама решишь. Но я предлагаю тебе для начала простить своего отца за все обиды и простить себя за месть. Простить по-настоящему.

– Да я его давно уже простила! – заспорила Альбина. – Когда я про его диагноз узнала, я всё ему простила!

– Может быть. Но тогда почему ты сейчас так злишься, когда говоришь об отце?

– Да не злюсь я!

– Да неужели?! – съехидничала Мария. – Хватит врать-то…

Альбина насупилась, но через минуту согласилась с подругой. И спросила, как ей простить отца по-настоящему. Тогда Мария предложила ей специальный вариант формулы прощения. Многие известные психологи предлагают использовать это упражнение как базовое. Вариант формулы прощения от Марии состоит из трёх частей. Но прежде чем проговаривать эту формулу, необходимо прописать текст формулы на бумаге.

Наше сознание – такая заботливая вещь! Как только ты начинаешь вспоминать что-то болезненное, например свои обиды, сознание тут же начинает защищать тебя от боли. Ты

путаешься, тупеешь, забываешь элементарные слова и понятия и т. д. Поэтому будет лучше, если сначала прописать всю формулу прощения на бумаге, а уж потом читать её вслух.

В Альбинином варианте это звучало так.

Часть 1. «Я прошу прощения…»

Я прошу прощения у своего папы Григория Сидоровича за то, что осуждала его за измены.

Я прошу прощения у своего папы Григория Сидоровича за то, что злилась на него за недостаток внимания ко мне и братьям.

Я прошу прощения у своего папы Григория Сидоровича за все негативные мысли и чувства по отношению к нему.

Я прошу прощения у себя самой за то, что осуждала своего папу.

Я прошу прощения у себя самой за все обиды, негативные мысли и чувства по отношению к моему папе.

Я прошу прощения у Бога за свои обиды, негативные мысли и чувства по отношению к моему папе.

Я прошу прощения у Жизни за свои обиды, негативные мысли и чувства по отношению к моему папе.

Прописать этот нехитрый текст оказалось не так-то просто! Первое, на чём подорвалась Альбина, было слово «папа». Альбина не могла его выговорить, не могла написать. Её

всё время тянуло как-нибудь заменить это слово или исказить его. «Папа» – «папенька», «папаша», «папка», «батя», «батюшка», «папец», «родитель»… Кажется, Альбина перебрала тогда весь ряд возможных производных от этого слова. Второй миной оказалось отчество Альбининого отца – она всё время его забывала. И даже когда имя-отчество своего отца она написала в тетради, оказалось, что именно эти два слова она плохо видит! Это верный признак того, что боль, связанная с обидами на отца, сильна и глубоко въелась в душу.

Часть 2. «С любовью и благодарностью я прощаю…»

С любовью и благодарностью я прощаю своего папу Григория Сидоровича за то, что он изменял моей маме.

С любовью и благодарностью я прощаю своего папу Григория Сидоровича за недостаток внимания ко мне и братьям.

С любовью и благодарностью я прощаю себя за то, что осуждала своего папу.

С любовью и благодарностью я прощаю себя за все обиды, негативные мысли и чувства по отношению к моему папе.

С любовью и благодарностью мой папа Григорий Сидорович прощает меня за мои обиды, негативные мысли и чувства по отношению к нему.

С любовью и благодарностью Бог прощает меня за все обиды, негативные мысли и чувства по отношению к моему папе.

С любовью и благодарностью Жизнь прощает меня за все обиды, негативные мысли и чувства по отношению к моему папе.

На этом этапе Альбина всё время забывала слово «благодарность», а на слове «любовь» у неё пропадал голос и пересыхало горло. Но подруги не сдавались!

Часть 3. «Я благодарю…»

Я благодарю своего папу Григория Сидоровича за то, что он есть в моей жизни.

Я благодарю своего папу Григория Сидоровича за то, что он научил меня выбирать для себя симпатичных и сексуальных мужчин.

Я благодарю своего папу Григория Сидоровича за то, что он научил меня принимать мужчину таким, какой он есть, со всеми слабостями и недостатками.

Я благодарю своего папу Григория Сидоровича за то, что он научил меня быть привлекательной женщиной.

Я благодарю себя за то, что умею прощать мужчин.

Я благодарю Бога за то, что у меня есть такой папа.

Я благодарю Жизнь за то, что у меня есть такой папа.

Прочитав всю формулу прощения три раза, Альбина попросила перекур. У неё было такое ощущение, словно она только что разгрузила вагон цемента.

Прощать, оказывается, тяжело. Проживая большую часть сознательной жизни в боли и обидах, ты так привыкаешь к этому состоянию, что перестаёшь его замечать. И тогда приходит иллюзия, что всё давно прощено и забыто. И только разрушения, которые снова и снова происходят в твоей жизни, напоминают о том, что ты по-прежнему тащишь на себе старый вонючий мешок под названием «давние обиды». Не от того ли на спине, над лопатками вырастает так называемая «холка» и с возрастом начинает сгибаться спина? Ведь именно на этом месте мы обычно носим тяжести…

Альбина сказала, что продолжит работу с прощением у себя дома, самостоятельно. В этом обычно проявляется ещё одна уловка заботливого сознания: прощать больно и тяжело, а значит, надо увести хозяина из этой ситуации, вернуть в привычное комфортное состояние (читай – «обратно в жопу»). В этот момент необходимо проявить силу воли, если у тебя таковая имеется хотя бы в зачаточном состоянии, и продолжать чтение формулы прощения не менее тридцати минут в день.

Конечно же, Мария никуда не отпустила свою подругу, пока та не пробубнила свои обязательные тридцать минут прощения. После чего с удивлением отметила, что ей стало

как-то легче и веселей. А то!.. На следующий день Альбина читала формулу прощения в течение часа.

Мария объясняла, что оценить эффект этого упражнения можно по своим ощущениям: если после прощения у тебя на душе спокойно, легко, значит, «правильным путём идёте, товарищ», как говорил вождь мирового пролетариата В. И. Ленин. Чем дольше ты работаешь с формулой прощения, тем больше очищается твоя душа, а в сердце появляется больше пространства для любви. Поэтому бывает иногда даже ощущение некоего опустошения, ведь груз обиды и боли уходит, испаряется. Эта пустота лёгкая, спокойная. Это готовится пространство для истинной любви, которую ты всегда испытываешь к самым близким людям – родителям, братьям и сёстрам, собственным детям. Просто под слоем жирной грязи обид, страхов и обвинений ты теряешь эту животворную любовь. И потом живёшь в иллюзии, что вообще неспособна любить. Какое гнусное враньё!

Альбина прописала формулы прощения своих бывших мужей, любовников и всех мужчин, которые когда-либо обидели её. А таких набралось немало. Для всех обидчиков Альбина составила общую формулу.

Я прошу прощения у Петра, Василия, Алексея, Николая и т. д… (имена и фамилии – по списку) за все свои негативные мысли и чувства по отношению к этим мужчинам.

Я прошу прощения у себя самой за все свои обиды, нега-

тивные мысли и чувства по отношению к Петру, Василию, Алексею, Николаю и т. д…

Я прошу прощения у Бога за все свои обиды, негативные мысли и чувства по отношению к Петру, Василию, Алексею, Николаю и т. д…

Я прошу прощения у Жизни за все свои обиды, негативные мысли и чувства по отношению к Петру, Василию, Алексею, Николаю и т. д…

С любовью и благодарностью я прощаю Петра, Василия, Алексея, Николая и т. д… за боль и обиды, которые они мне причинили.

С любовью и благодарностью Пётр, Василий, Алексей, Николай и т. д. прощают меня за боль и обиды, которые я им причинила.

С любовью и благодарностью Бог прощает меня за боль и обиды, которые я причинила Петру, Василию, Алексею, Николаю и т. д…

С любовью и благодарностью Жизнь прощает меня за боль и обиды, которые я причинила Петру, Василию, Алексею, Николаю и т. д…

Я благодарю Петра, Василия, Алексея, Николая и т. д… за всё, что они для меня сделали.

Мария наказала подруге работать с формулой прощения в течение месяца, никак не меньше.

В книгах по эзотерике и психологии часто упоминаются

некие сакральные сроки, в течение которых происходят разные процессы, в том числе проработка наших мысленных установок: это 7 дней, 9 дней, 21 день, 40 дней. «Сороковник» – особенно интересный срок. Цифра 40 фигурирует не только в обрядах и ритуалах, но и в геофизике, в биологии, в других сферах жизни и науки. Сорок дней, по мнению доктора Норбекова, нужно нашему подсознанию, чтобы избавиться от старых установок и принять новые как родные. Но как показывает опыт, мало у кого из нас хватает терпения и настойчивости работать над собой целых сорок дней, ведь это же полтора месяца! Ужас, как это долго!

Ну, что тут сказать? Господа, это – ваши проблемы. Если вам хочется, чтобы просто полегчало, прямо здесь и сейчас, то хватит пары-тройки сеансов. Мало кто из людей всерьёз хочет изменить что-либо в своей жизни. Как правило, человек просто хочет избавиться от какой-то одной, особенно сильной душевной боли. Такая боль – всего лишь следствие более глубокой и давней причины. Но углубляться в тёмный лес своей души, в самый бурелом, ой как не хочется, это страшно и больно. Так что лучше уж слегка, снаружи подрихтовать, чтобы не так сильно царапало, и уже хорошо, «полегчало вроде»… Так обычно говорят клиенты Марии.

Мария рассказывала, что для неё самой это открытие было весьма болезненным и неприятным. Ну как же, ведь можно сделать клиента глобально счастливым человеком, а «пипл» отказывается! Вспомнила эпизод из фильма «От-

роки во Вселенной»: суперроботы улучшали живых людей, промывая им мозги. Процедуру улучшения роботы предваряли словами: «Мы сделаем вас счастливыми!». Сделать клиента счастливым во что бы то ни стало – большой соблазн, очень сильный. И Марии на первых порах стоило огромных усилий останавливать себя и делать только то, о чём её конкретно просили. А она в свою очередь училась уважать желания клиентов, даже если понимала, что они хотят лишь временного улучшения и избегают серьёзной работы. Это их право. И самым трудным для Марии было признать это право и считаться с ним.

Если ты всерьёз решила менять свою жизнь к лучшему, начни с прощения своих самых близких людей – матери и отца. Ведь всегда есть что-то, чего ты так и не захотела простить им когда-то. Или что-то, чего ты до сих пор стыдишься в глубине души, что-то, чем ты сама когда-то обидела своих близких. Даже если тебе кажется, что прощать нечего… НАЧНИ С ПРОЩЕНИЯ.

Глава 2
Козлы – гномики – мужчины

Альбина снова пришла к Марии недели через полторы. Пришла в состоянии тихой паники, с расширенными, как у какающего мышонка, глазами.

– Что за фигня?! – выпалила она с порога. – У меня болит сердце! – в голосе Альбины явственно звенел страх и претензия.

– Как именно болит? – уточнила Мария.

– Ноет и ноет, всё время…

– Давно?

– Уже два дня. Как начало болеть, так и не перестаёт, – обиженно объясняла Альбина.

– А что у тебя произошло два дня назад? Может, что-то приснилось?

– Нет, вроде ничего такого не снилось, – начала рассказывать Альбина. – Я перед сном проговаривала формулы прощения на своих мужиков. Кстати, мне нравится эффект. А потом я вдруг подумала: я же их всех прощаю, значит, надо открыть им своё сердце! Я же больше не обижаюсь, я даже благодарна им за уроки жизни! Ну вот, значит, легла я на свой диванчик, ручки раскинула и стала мысленно представлять всех своих мужчин и бывших мужей. А они та-

кие забавные! Знаешь, гномики такие пузатенькие, несуразные… Я стала брать их по очереди и сажать к себе в сердце. У меня тут, – Альбина приложила руку к груди, – сразу так приятно стало, тепло. Вот, значит, сложила всех в своё сердце и погрузила их в свою благодарность и любовь. Знаешь, это так забавно выглядит, как густой такой, розовый кисель. И всё! И заснула себе спокойненько. А утром проснулась от того, что сердце ноет! Это что значит?

– Это значит, что ты балда самонадеянная! – выдала в ответ Мария. – Какого лешего ты лезешь в сердце, как в карман за жвачкой? Да ещё пихаешь туда чего ни попадя!

– Нет, ну… у меня всё-таки первая ступень рэйки! – возмутилась Альбина. – Я сама могу людей лечить!

– Да хоть сто первая! Рэйки-хренейки! – Мария разозлилась не на шутку. – Пойми, сначала надо как следует проработать прощение и только потом обращаться к сердцу. И очень осторожно! И зачем пихать туда всех твоих мужчин? Сердце – это не кладовка!

– А как же?.. Я же их всех прощаю… значит, принимаю всем сердцем… – недоумевала «продвинутая» подруга.

– Ну да, напринималась уже… – не унималась магиня. – Теперь вот сердце болит.

Сердце – священная область, сакральная точка. И обращаться со своим сердцем надо очень осторожно и бережно. Как любит говорить Мария: «Сердце у тебя одно, второе не вырастет». Поэтому дилетантские опыты подруги так

её разозлили. Мария считала это недопустимым легкомыслием, а упоминание о рэйки её только раздражало. Сколько таких вот, подобных Альбине, «рэечниц» приходило к Марии с сердечными проблемами только потому, что у них собственное тщеславие ум застило. «Феи хреновы!» – ворчала каждый раз Мария.

Как только ты осваиваешь первые навыки работы с энергетикой, только-только начинают получаться первые ученические опыты, тут как раз и появляется «наглость дилетанта» – желание всех лечить и учить. Это вместо того, чтобы продолжать обучение и работу с собственным телом. Такая «фея», получив, к примеру, первую ступень рэйки, уже рвётся лечить подруг и всю свою родню. Хотя у самой целый букет телесных проблем. В результате вместо эффекта исцеления сама «фея» и все её близкие получают новые проблемы вдобавок к уже имеющимся.

Альбина слегка ошалела от такого поворота.

– Это можно как-то исправить? – жалобно спросила она.

– Ты всё-таки блондинка… – не без удовольствия съязвила Мария. – Ну да ладно. Будем исправлять.

Мария постелила коврик и уложила на него подругу.

– Закрываешь глаза, – начала она, – и через нос делаешь три глубоких, спокойных вдоха в живот. Выдыхаешь через рот, медленно, и на каждом выдохе мысленно говоришь себе: «Расслабься»… Теперь обрати мысленный взор на своё сердце… не торопись. Ты видишь своё сердце? Где оно на-

ходится? Как оно выглядит?

– Я вижу сердце… на расстоянии от себя… – негромко заговорила Альбина. – Оно странное… большое и пустое внутри, как шкаф. Оно какое-то тёмное… цвет, как у засохшей свёклы.

– Загляни внутрь своего сердца, – продолжала Мария. – Что там?

– Смотрю, как в дыру, сверху… Ой, там мои гномики плавают! Смешные такие, мокрые… все в киселе…

– Что ты сейчас чувствуешь к этим мужчинам? – спросила магиня.

– Смешно… – ответила Альбина. – И как-то безразлично…

– Тебе безразлично, как они себя чувствуют? – уточнила Мария.

– Да, – отозвалась подруга. – Это плохо?

– Не отвлекайся. Сейчас ты будешь перемещать этих мужчин из своего сердца наружу. Только осторожно, по одному. Главное – не торопись. Когда переместишь, обратись к каждому из них по имени и спроси, как он себя чувствует. Что он хочет сказать тебе? Выслушай ответ, а затем попроси прощения за всё, что сделала. Потом поблагодари за то, что каждый из них сделал для тебя. Потом помести мужчину в пространство рядом с твоим сердцем. И так – с каждым. Когда закончишь, скажи мне.

Какое-то время Альбина сосредоточенно молчала, углу-

бившись в себя. Затем спросила:

– Что делать дальше?

– Ты выслушала каждого из них? – уточнила магиня.

– Да. И у каждого попросила прощения.

– Как теперь выглядят все эти мужчины? Они по-прежнему гномики? Какое выражение на их лицах? – спросила Мария.

– Они стали большие, нормального человеческого роста. Лица… лица спокойные, они молчат, смотрят на меня.

– Теперь каждому скажи: «Я отпускаю тебя. Иди с миром».

Альбина снова углубилась в себя, еле слышным шёпотом повторяя: «Я отпускаю тебя, иди с миром». Наконец, она проговорила:

– Я всех отпустила.

– Теперь посмотри, как выглядит сейчас твоё сердце, – продолжила Мария.

– Оно стало меньше, цвет изменился. Сердце такое… бледно-розовое… и форма, как на открытках рисуют…

– Спроси своё сердце, почему оно болело?

– А не болит уже! – радостно заявила Альбина.

– Не отвлекайся! Спроси. А когда услышишь ответ, попроси прощения за причинённую боль.

Женщина снова сосредоточенно замолчала. Мария наблюдала, как на лице подруги улыбка сменялась гримасой боли, нос краснел, набухали веки… Затем лицо Альбины

снова стало спокойным.

– Что сказало твоё сердце? – наконец, спросила магиня.

– Оно сказало, что я не люблю себя, погрязла в обидах, – проговорила Альбина. – Сердцу стало больно от того, что я не хотела прощать… мужчин… родителей… никого.

– Как выглядит теперь твоё сердце? – спросила Мария.

– Теперь оно красивое… – Альбина улыбнулась. – Ярко-розовое, влажное, блестит…

– Как ты сейчас себя чувствуешь?

– Мне спокойно. Хорошо. Ничего не болит.

– Загляни внутрь своего сердца. Что там теперь? – продолжала Мария.

– Ой… как в мультике… Красивый такой фонтанчик, над ним амуры с крылышками держат кувшин. А из него в фонтан течёт красивая, изумрудная вода. Вокруг бабочки, цветы… так красиво…

– Хорошо. Скажи своему сердцу, что любишь его и ценишь. Обещай, что будешь беречь его, и помести обратно внутрь себя.

Альбина снова сосредоточилась. Но теперь её лицо было светлым и умиротворённым. Женщина улыбалась.

– Всё. Поместила, – сказала она.

– Теперь снова сделай через рот три глубоких вдоха в живот, – велела магиня. – А выдыхай осторожно, через сердце. Выдыхай медленно, представляя, как с каждым выдохом эта область твоего тела наполняется приятным, прохлад-

ным, изумрудным светом. Твоему сердечку легко и радостно. Медленно открываешь глаза…

Альбина открыла глаза, села на коврике. В теле её появилась расслабленность и какая-то кошачья грация.

– Как себя чувствуешь? – спросила Мария.

– Потрясающе… как заново родилась… – ответила подруга. – Знаешь, я только теперь осознала, почувствовала, что действительно благодарна своим бывшим мужьям. И очень сильно люблю маму и папочку. И это такое счастье!

Сработало! Всё получилось. Мария облегчённо вздохнула. А Альбина продолжала:

– Знаешь, я ведь мужиков и за людей-то не считала… Наверное, поэтому они представлялись мне эдакими гномиками, маленькими, пузатыми, ненастоящими какими-то. И когда я их сегодня увидела, как они, бедные, барахтаются в этом противном розовом киселе, который я приняла за любовь, я вдруг почувствовала, как им плохо! Они там чуть не захлебнулись все! А когда я их начала из этого киселя вытаскивать и перемещать в пространство рядом с сердцем, эти жалкие гномики начали меняться – превращаться в нормальных мужчин. Особенно реальными они становились, когда я обращалась к каждому по имени и спрашивала, что он хочет мне сказать. Вот, блин, Белоснежка хренова… А мужичкам-то, оказывается, тоже было больно… Ну надо же… Я ведь считала, что всякие там переживания – это только у женщин бывает. А мужики по-другому устро-

ены, у них в душе просто не может ничего болеть. А они, оказывается, тоже страдают, точно так же, как мы, женщины! А сердце мне сказало: нефиг совать в меня всех подряд! Сердце – это вместилище только для самых близких людей – родителей, детей, любимого мужчины. А для всех остальных всегда есть место рядом, в душе. А СЕРДЦЕ – ТОЛЬКО ДЛЯ СВОИХ. Всё, я счастлива! Пошли, перекурим!

Зная характер своей подруги, Мария понимала, что вряд ли Альбина проработает с формулами прощения целых сорок дней. Что поделаешь, слаб человек! Но даже тот срок, на который у подруги хватило энтузиазма, дал замечательный результат: рекламодатели начали перечислять Альбининой конторе деньги. А влюблённые пажи-менеджеры, словно очнувшись от наваждения, уволились из агентства, уступив место энергичным девушкам. Альбинин бизнес ожил.

А в это время дома у Марии происходил развод. Магиня, не магиня, а сложности в семье случаются такие же, как у всех. Она хорошо знала своего мужчину и понимала, что просто так он из её жизни не уйдёт. Более того, ждала от мужа истерик, подслушивания телефонных разговоров, слежки и прочих «прелестей». Конечно, это всё противно, но когда человеку больно (разводов без боли не бывает), он имеет право на подобное поведение. Ведь развод стал для мужа Марии полной неожиданностью. По крайней мере, он так считал. Мария же больше всего боялась того, что у неё не хватит сил пережить всю эту историю спокойно, сохра-

нить лицо, как говорят японцы. Ей очень не хотелось, чтобы младший сын слышал, как мама с папой будут ругаться и обвинять друг друга в самых болезненных вещах. Утешало Марию только то, что старший сын к этому времени был уже в курсе перемен на семейном фронте и, как ни странно, отнёсся к этому философски.

У мужа Марии была однокомнатная квартира в пригороде. Женщина попросила его перебраться туда как можно скорее. Но он не торопился. В этой ситуации у магини (как, впрочем, у любой женщины) было как минимум три варианта поведения:

1) ежедневно скандалить, чтобы сделать пребывание опостылевшего мужа на своей территории невыносимым;

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.