18+

КАК Я ВЛЮБИЛА в себя ЖИЗНЬ



Наиля Калина

Наиля Калина

Как я влюбила в себя жизнь. Книга создана на основе моих знаний системных законов

«Издательские решения»

Калина Н.

Как я влюбила в себя жизнь. Книга создана на основе моих знаний системных законов / Н. Калина — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-609966-1

Книга художественная.Мне пришла идея написать историю, чтобы вплести в нее самые часто встречающиеся нарушения 3 системных законов (Принадлежности, Иерархии, Баланса).Я рада, что интерес к этой теме растет с каждым днем. Тем актуальнее такого рода литература.Этика расстановщика не позволяет рассказывать реальные кейсы клиентов, поэтому в книге использованы околореальные истории.В целом истории клиентов похожи, и в то же время очень много нюансов, которые делают каждую историю уникальной.

ISBN 978-5-00-609966-1

© Калина Н.
© Издательские решения

Содержание

Предисловие 6
Глава 1 7
Бабушка, я такая же как ты… 7
Глава 2 13
Мама, я буду тебе хорошей мамой 13
Конец ознакомительного фрагмента. 16

Как я влюбила в себя жизнь Книга создана на основе моих знаний системных законов

Наиля Калина

Иллюстратор Айдар Азорин Калин

© Наиля Калина, 2023
© Айдар Азорин Калин, иллюстрации, 2023

ISBN 978-5-0060-9966-1
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Написать книгу навеяла мне моя личная история.

Как-то все сошлось в одной точке: и мое филологическое образование, и образование психолога и кризис, который привел меня к расстановкам.

Так получилось, что расстановки внесли ясность в мою жизнь и я получила ответы на многие вопросы.

И, как круги по воде: пришла с одним запросом, а решение получила в разных сферах жизни.

Главное и базовое нарушение в моей жизни было – непринятие своих родителей и своего Рода – внесло много сумятицы и путаницы в мою жизнь.

Мне повезло, что основные сферы жизни от этого не пострадали. Пострадала только моя душа, мое внутреннее «Я», которое из последних сил давало всем – ничего не беря для себя.

Привело это к тяжелому кризису, из которого я выходил в течение трех лет.

И теперь появилась потребность делиться тем, что узнала сама.

Я хочу, чтобы мой читатель узнал, что целый пласт нарушений в жизни можно решить одной-двумя расстановками. Этот метод краткосрочной терапии – может стать для кого-то спасением, как для меня когда-то.

Я много делюсь этим в соцсетях, но я поняла, что сухим научным языком сложно доносить глубину метода.

Мне всегда не хватало художественной, творческой составляющей.

Когда Системе – кто-то называет ее Вселенной, кто-то – Богом – нужно донести какую-то информацию до человека, в поле начинают возникать люди, события, информация и все это непременно приведет его туда, куда нужно.

Так и случилось со мной.

Накопленный собственный опыт, насмотренность, опыт коллег – информации столько, что уже невозможно не отдавать ее другим.

Коллега написала книгу – значит и я могу написать.

И так и появилась идея, которую я сразу воплотила в жизнь.

Благодарю своих родителей за жизнь и за все, что они дали мне.

Благодарю свой Род за силу и энергию.

Благодарю свою семью за любовь, терпение и поддержку.

Благодарю себя за смелость и упорство.

За глубину знаний и поддерживающее пространство, благодарю моего учителя Полежаеву Юлию Вячеславовну, моих коллег и «Со-развитие».

Благодарю за рост.

Благодарю за путь.

«Любовь – движущая сила всех наших поступков»
Берт Хеллингер

Глава 1

Бабушка, я такая же как ты…

Когда бабушка улыбается, морщинки на ее лице
превращаются в эпические повествования.
По ним прослеживается история поколений,
которую не может заменить никакая книга.
Кертис Тайрон Джонс

Один и тот же сон. Каждую ночь. Я иду по заснеженной улице, навстречу мне идет то ли мужчина, то ли медведь… Чем ближе, тем гуще страх. Я чувствую страх, как что-то осязаемое, как туман, и мой шаг замедляется. Мужчина, а теперь я вижу, что это мужчина – тоже замедляет ход и внимательно смотрит на меня.

Я резко разворачиваюсь и убегаю, слышу приближающееся тяжелое дыхание, я бегу… поскальзываюсь… падаю и… просыпаюсь.

На работе постоянно возвращаюсь к этому сну. Покрываюсь мурашками. Сколько времени уже меня сопровождает этот сон? Не помню. Долго, очень долго…

1

– «Ты чего такая квелая, Марин?» – от неожиданности вздрагиваю и оборачиваюсь. Полина смотрит на меня с недоумением:

– «Третий раз уже тебе говорю, а ты не реагируешь..»

– «Прости, задумалась» – с трудом возвращаюсь в реальность.

– «Не нравишься ты мне…» – с тревогой заглядывает мне в глаза подруга – «Давай вечером сходим куда-нибудь, развеемся, может познакомишься с кем-нибудь, роман закрутишь – отпустит грусть-тоска» – Полина игриво обнимает меня за талию, я осторожно отстраняюсь…

– «Ой, не до романов мне сейчас…» – улыбкой пытаюсь смягчить резкость слов.

Полина внимательно смотрит на меня, качает головой и отходит.

– «Ну почему? Почему у меня все не как у людей? Люди встречаются, люди влюбляются, женятся» – почему-то в голове проигралась мелодия старой песни – «А я-то чем хуже? Все романы заканчиваются одним и тем же»

Опять я мыслями ушла в воспоминания.

Андрей – первая любовь. Познакомились в университете, учились на одном потоке. Цветы, признания, ночные прогулки, первый поцелуй. Все как в хорошем кино про красивую любовь. Первый месяц все было как в сказке. До тех пор, пока в сердце холодной змеей не стало закрадываться чувство тоски – «Так не может быть. Это слишком хорошо, чтобы быть правдой. Это быстро закончится. А я потом буду страдать». Андрей быстро заметил перемены в моем поведении. Стал допытываться до причин. Но что я могла ему ответить? Я сама не понимала, что со мной происходит. Отношения, сами собой, закончились, не продлившись и двух месяцев.

С Виктором познакомились, когда уже заканчивала универ, он был гораздо старше меня. Ухаживал красиво. Говорил мало, но заботой и вниманием окружил. Любил и я это чувствовала.

Тоска, что все это закончится и я буду страдать – накрыла неожиданно и мощно. Я перестала выходить с Витей на связь и сердце разрывалось от боли, видя его попытки связаться со мной. А что я могла ему сказать? – «Прости, но я уверена, что ты меня когда-нибудь бросишь…» Он бы точно ничего не понял. И я… И я ничего не понимала.

2

Полина появилась опять неожиданно и снова застала меня врасплох. Более непохожих людей, чем я и Полина найти было сложно. Возможно, поэтому нас притянуло мощной волной симпатии друг к другу. Кстати, в отношении Полины у меня не возникало даже сиюминутной мысли, что она может меня подставить или предать. Значит степень моего недоверия людям не так уж широко распространяется. Уже легче.

– «Без меня не уходи. Дело есть!» – шепнула она мне.
– «Дело – это женихи?» – попыталась я пошутить, но Полина одарила меня таким испепеляющим и полным достоинства взглядом, каким могла одарить только она, что я осеклась и покорно кивнула.

«Ну все, теперь не отвертишься» – с улыбкой и, неожиданной благодарностью, подумала я.

На улице моросил дождь и, пока я боролась с собственным зонтом, Полина уже остановила машину и отчаянно жестикулировала, призывая поторопиться. Сели в машину. Полина назвала адрес и мы поехали. По загадочному лицу Полишки я поняла, что спрашивать куда мы едем было бесполезно, поэтому я постаралась расслабиться и стала смотреть в окно на проплывающий город.

Мысли снова унесли меня в мой сегодняшний сон: главной деталью этого повторяющегося сна было то, что шла я днем, а убегала уже в кромешной темноте. А дыхание за спиной… бррррр.

– «Спасибо, да, высадите здесь. Спасибо» – голос Полины вывел меня из оцепенения.
– «Ну пошли» – это она уже мне. Мне показалось или Полина немного волнуется?
– «Посмотрим» – подумала я.

3

Мы приехали в новый район, я здесь еще не была. Закрытый двор, светлый подъезд: чисто, уютно.

Мы зашли в квартиру. На полу ковры. Очень много света. Нас встретила женщина средних лет, седые волосы аккуратно уложены, маникюр, серое платье, на ногах уютные носочки – доброжелательно улыбаясь, проводила нас в большую комнату, почти без мебели. Только стулья. Много стульев и на некоторых уже сидели женщины, вполголоса переговариваясь.

Внизу живота неприятно заныло. У меня это означало тревогу.

Моя, всегда темпераментная, шумная и эмоциональная, Полина вдруг притихла. Молча взяла меня за руку и повела в самую дальнюю часть комнаты.

Мы молча просидели около пяти минут, оглядывая комнату и гостей. Компания собралась самая разношерстная: от взрослых холеных женщин в модных нарядах до молоденьких девушек в спортивных костюмах.

Вошла женщина, которая встретила нас, села на стул возле окна и тихим голосом проговорила, что ждем уже десять минут одного человека – клиентку, она задерживается – а это никак не должно отразиться на нас. Она улыбнулась и предложила начинать без нее.

– «Позже она к нам присоединится.» – Она немного помолчала – «Для тех, кто меня не знает, представлюсь – меня зовут Татьяна Юрьевна. Я – психолог и системный расстановщик. Кто никогда не слышал о системных расстановках?» – спросила она.

Руку подняла только Полина. Обернувшись ко мне, она ткнула меня в бок и прошептала: «Ты много знаешь о расстановках?»

Я, как в тумане, тоже подняла руку.

Как описать мое состояние? Не знаю… Тревога ушла. Совсем. Я как-будто, после долгой разлуки, приехала домой. Атмосфера и обстановка дома и окружения была для меня родной. Я расслабилась и, впервые за очень долгое время, ни о чем не думала. А только наслаждалась теплом и уютом дома и слушала мягкий голос Татьяны Юрьевны. Совершенно родной для меня голос. Наваждение какое-то.

Дальше я ничего не слышала, что говорила Татьяна Юрьевна, что ей отвечали гости – слышала только ровное журчание звуков и голосов.

И вдруг я услышала: «Кто хочет стать сегодня первым клиентом, может быть у кого-то есть насущный запрос?»

– «Я» – совершенно неожиданно для себя ответила я.

– «Проходите, присаживайтесь рядом» – улыбнулась Татьяна.

Я резко встала, проигнорировав изумленный взгляд Полины. Я сама не понимала, что со мной происходит, куда уж что-то объяснить Полине. Просто я знала, что мне насущно необходимо сейчас что-то вытащить из себя.

Это я потом узнаю и про поле, и про то, что за несколько дней до расстановки, в поле уже начинают происходить события, изменения, приводящие туда, где будут расставлены события и люди – о которых давно уже никто не помнит. Не помнит никто, кроме поля моего Рода.

Я села на стул, рядом с Татьяной. Она молча смотрела на меня пять минут. И меня это не смутило… Как-будто для меня норма, когда на меня смотрят внимательно в течение пяти минут.

– «Что не так в твоей жизни?» – совершенно естественно Татьяна перешла на «Ты».

– «Сон» – не задумываясь, ответила я и вопросительно посмотрела на Татьяну. Она молчала, как бы приглашая меня продолжать. «Мне уже очень долго снится один и тот же сон, почти каждую ночь. Я убегаю от мужчины, поскальзываюсь, падаю и в ужасе просыпаюсь».

Татьяна задавала вопросы, я отвечала. Потом она помолчала и спросила:

– «Что хочешь прямо сейчас?»

– «Почувствовать, что со мной все нормально»

Расстановка показала, что в моем Роду женщина – мой предок – горько плачет, у нее горе – от нее отворачивается и уходит мужчина – она, в тщетной попытке его вернуть, падает и ложится ничком. Как-будто умирает.

– «Переплетение с этим предком заставляет тебя ощущать, что мужчина уйдет. И это чувство тоски тебя угнетает и не дает тебе построить собственные счастливые отношения.»

Дальше идет процесс расстановки, где мою судьбу отделяют от судьбы моей прабабушки.
Я выдыхаю и мне хочется смеяться. Громко, в голос.
Полина смотрит на меня во все глаза, как-будто не узнавая. Я сама себя не узнаю.

4

Я вам не рассказала, что это за действо – расстановки.

Клиент озвучивает свой запрос:
а это процесс не быстрый, потому что мы – люди – хотим решить сразу все свои проблемы и боли, а в одной расстановке можно разрешить только один запрос – самый насущный на сегодняшний день.
И в соответствии с запросом клиент назначает заместителя Себя и заместителей того или тех, кто в запросе заявлен. И очень часто, по ходу расстановки, открываются динамики и появляются новые заместители.
Заместители назначаются из числа тех, кто, кроме клиента, пришел на расстановку и кто желает быть назначенным.

И начинается магия. Люди, совершенно незнакомые ведут себя и проявляются, например, как мама клиента или дедушка. Клиент видит картину – что-то вспоминает, проживает чувства – а опытный расстановщик помогает эту картину на поле расстановки и в душе клиента расставить правильно и сказать правильные слова.
Результат всегда волшебный.

Следующей клиенткой была Вера. Лет тридцати. Высокая белокурая, с большими грустными глазами. Не успела сесть – сразу глаза ее наполнились слезами. Было понятно, что, то, с чем пришла поработать, очень болезненно…

Вера тихим голосом стала рассказывать, что все партнерские отношения заканчиваются одним и тем же. Вера слишком много отдает любви и заботы партнеру и, каждый раз партнер уходит со словами: «Я просто задыхаюсь от твоей опеки и заботы. Для меня это слишком.»

В расстановке заместитель Веры подходит к заместителю ее партнера, садится и садит рядом с собой заместителя ее партнера. Заместитель партнера отворачивается.

Татьяна, расстановщик, подходит к одной из гостей, которая не была назначена заместителем и спрашивает:
– «Ты что-то чувствуешь?»
– «Да, как только началась расстановка, у меня сначала замерзли ноги, потом руки, теперь спина – я постепенно замерзаю вся. И мне хочется лечь…»
– «Заходи в расстановку, пока просто как элемент системы» – пригласила Татьяна.

Девушка встает, неуверенно оглядывается и идет к заместителю Веры, ложится между ней и заместителем партнера в позе эмбриона. Заместитель Веры начинает гладить ее и ложится рядом.

В Роду Веры был непризнанный и неоплаканный неродившийся ребенок, (а может и несколько) с которым Вера неосознанно переплелась и пыталась разделить его судьбу, помня о нем через отказ от собственной жизни. Поэтому, энергии на свою собственную жизнь и на построение партнерских отношений у нее нет. Чаще у таких женщин партнерских отношений вообще нет.

У Веры партнеры приходили, вкладывались в отношения в одностороннем порядке и, вымотанные такой динамикой, просто уходили.

Я во все глаза смотрела, как заместители воспроизводят людей, симптомы, чувства… И опытный расстановщик читает и помогает Вере увидеть и разрешить то, что ее бессознательное показывает в поле.

Волшебство какое-то…

Расставили, увидели, признали, разделили – и Вера, выдохнув, уже вовсю улыбается и обнимает Татьяну.

5

Мы, счастливые, выходим на улицу, время уже 11 вечера. А мне не хочется домой. Мне хочется к маме. И к бабушке. Бабушка живет с мамой.

Дверь открыла мама. Уже готовая ко сну. Такая родная и уютная.

Удивилась:

– «Что это ты так припозднилась, Марусь?» – Сколько себя помню, дома называли меня Маруся.

– «Мам, а почему тогда вы меня Машей не назвали» – спросила я ее однажды…

– «Марией звали твою прабабушку, а называть детей в честь умерших – плохая примета.» – Вот такая логика.

В итоге, я все равно Маруся.

Послышались шаркающие шаги, на кухню тяжелой походкой вошла бабуля и со вздохом села в свое кресло.

– «Бабуля, а ты чего не спишь» – спросила я.

– «Так у вас тут посиделки, а я чем хуже?» – улыбнулась бабуля – «Поди новости какие привезла, Маруся?»

– «Нет, бабуль, просто соскучилась. Как твои ноги? – привычно спросила я.

– «Как обычно, болят. Но мазь, которую ты привезла в воскресенье, замечательно подошла» – бабушка погладила больную коленку.

Мама вскипятила чайник, разлила по чашкам ароматный чай. Я надкусила сушку и посмотрела на бабулю. Она поставила свою чашку на подлокотник и смешно складывая губы трубочкой, осторожно дула на чай и мелкими глотками пила.

– «Бабуль, в почему ты мне никогда не рассказывала про дедушку?» – расслабившись окончательно, спросила я.

Эта тема была у нас запретной, поэтому я практически ничего не знала про мужчин в нашей семье.

Точнее, про своего папу я знала. Когда мне исполнилось восемь лет, он вдруг решил, что пора со мной познакомиться. Мама не разделила его энтузиазма – и вышел конфуз.

Всегда спокойная мама, в тот момент, выглядела как фурия. Я даже не сразу поняла, что это реакция на незнакомого человека, который сидел на лавочке у подъезда и, при виде нас, стремительно встал. Мама спрятала меня за спину и громким шепотом что-то говорила этому мужчине. Я с любопытством выглядывала из-за ее спины. Мужчина ловил мой взгляд и виновато улыбался. Только через много лет мне мама призналась, что это был мой папа – недостойный мужчина. Бабуля в этом месте всегда согласно кивала головой. Недостойный мужчина в нашей семье был прочно забыт с тех пор.

– «А, бабуль?» – решила, в этот раз, не дать шанса бабушке уйти от ответа.

– «Да что дедушка? Любил дед чужой обед. Один ответ. Больше мне сказать нечего…» – отрезала бабуля.

Все, больше я ничего не добьюсь и я решила зайти с другой стороны:

– «А прадедушка? Про своего папу расскажи, бабуль» – сложила я руки в молитвенном жесте.

Лицо бабули разгладилось, напряжение, возникшее при упоминании дедушки, спало и она улыбнулась:

– «Папа мой был замечательный человек, он погиб на войне. Я была совсем маленькой. Он сначала был в тылу и мог бы в тылу и отсидеться. Но он был очень честный человек. Однажды пришел с работы и сказал маме, что уходит защищать Родину. Уж как мама его ни уговаривала, даже на коленях стояла, много плакала, но он ушел. На вокзале, когда прощались, мама выкрикнула: „Коля, не уходи!“ Он на секунду остановился и даже не обернулся. Ушел и с войны не вернулся. Вот такая история!»

Понятно теперь, откуда сегодня в расстановке плачущая женщина на коленях, вот с кем я переплелась и чью тоску я чувствовала. Моя прабабушка Мария. Маруся.

– «А почему она больше не вышла замуж, молодая же еще была?» – задумчиво спросила я.

– «А зачем? Чтобы снова потерять?» – отрезала бабушка.

Ну вот и решение, которое приняла прабабушка и которое преданно унаследовали мы с мамой и бабулей. Мужчин не нужно даже близко подпускать – одно от них предательство и боль.

Время было уже за полночь, когда я вызвала такси и поехала домой. Да, есть над чем подумать… Но не сегодня. А сегодня спать. Завтра на работу.

Впервые, за долгое время, в эту ночь я выспалась – без снов.

Глава 2

Мама, я буду тебе хорошей мамой

«Ребенок никогда не должен чувствовать, что ему нужно заслужить любовь матери»
Шерри Кэмпбелл

1

Прошел месяц.

Проспала… Проснулась полдевятого – к девяти на работу. Но все-равно не смогла сразу подняться к кровати. Хотелось посмаковать сон.

Весь день меня преследовал образ девчушки из сна, ее счастливый смех, легкое платье, босые ноги – ветер треплет ее светлые волосы, она бежит по длинному коридору – над головой открытое небо, заглядывает в открытые двери и снова бежит. Лучи солнца освещают ее тонкий стан. Ни одна дверь ее не привлекает. И, наконец, она останавливается перед одной из дверей – оттуда на нее бьет яркий свет – и она, наконец, решается войти…

Именно на этой секунде, мой условный рефлекс наемного работника срабатывает – я просыпаюсь.

Я точно знаю, что этот сон – предвестник чего-то очень хорошего в моей жизни.

Мне хочется поделиться с миром своими ощущениями.

Полина, за своим столом, сидит и не отрываясь смотрит в экран монитора. Только сейчас я поняла, что за все утро она ни разу не подошла ко мне. За все утро я ни разу не услышала ее задорного: «Ну что, Маринетта, идем покорять этот непокорный мир?» или что-то в этом роде. На афоризмы, присказки, мотивашки, разного рода, Полина была мастерица. И я настолько привыкла к тому, что рядом со мной всегда аура неиссякаемого оптимизма, что воспринимала это нормой.

И эта норма сегодня дала течь…

Я подошла к Полине.
– «Полиш, у тебя все хорошо?»
– «Да…» – одними губами ответила Полинка
– «На тебе лица нет? Ок, потом…» – я заметила, как в офисе повисла тишина. Всем было интересно узнать, почему сегодня не слышно всегда шумную и энергичную Полину Сергеевну.

2

Чуть не проворонила обед. Мой внутренний будильник был не готов нести ответственность за этот пункт в моем расписании. Всегда за это отвечала Полина.

Я почти одновременно почувствовала голод и тишину в кабинете. Мы с Полиной остались одни, все ушли. Я, не поднимаясь со своего кресла, окликнула:

– «Полиш, сходим поесть куда-нибудь?»

– «Я не голодна» – хриплым голосом ответила подруга. Потом откашлялась и повторила: «Я не голодна»

Я подошла к ее столу и снова спросила: «Что-то случилась? Дома все в порядке?»

– «Более чем… более чем всё в порядке у меня дома…» – последние слова она проговорила уже дрожащим голосом и вдруг заплакала. Заплакала, всхлипывая и глотая воздух, как будто сейчас задохнется…

Я так растерялась, застыла и, вытаращив глаза, смотрела, как моя подруга пытается справиться с истерикой:

– «Она прокляла меня, проклялаааа! Это же нельзя! Про-клинать де-детей не-нельзяяяя!»

Полинка, моя такая сильная, непоколебимая, на раз-два решающая все острые ситуации, строящая мужчин в офисе, ставящая на место даже начальника-самодура, которого мы все боялись, как огня – сейчас беспомощно плакала, закрыв лицо руками – такая маленькая, хрупкая. У меня сердце сжалось, я обежала стол – обняла ее, а она покорно уткнулась мне в живот и уже не пыталась справиться с потоком слез.

Сколько прошло времени – я не знаю. Мир, как-будто отошел на задний план. Были только мы. Я гладила ее по голове, как маленькую девочку, а она и была в этот момент маленькой девочкой.

Отвлек меня легкий шорох. Я обернулась, рядом стоял Артем, наш технический директор – он протянул мне стакан с водой. Я взяла, а он молча вышел из кабинета.

Полина потихоньку начала успокаиваться. Подняла на меня заплаканное лицо и попыталась улыбнуться. Не получилось… Я протянула ей стакан с водой.

Она взяла – сделала глоток и сказала: «Всё, этому я должна положить конец. Кроме меня – некому…»

Я должна вам рассказать немного про Полину. Про железную леди с душой девочки…

Яркая, красивая, стройная, волосы всегда убраны в хвост – ровный и гладкий. Ухоженная, модная и дерзкая. Умная – начальник нашего отдела, вы скажете, что начальник – это не гарантия ума. Но это тот как-раз случай, когда человек на своем месте. Мы всем отделом ее любили. А я гордилась своей подругой.

При всей своей успешности и хорошем доходе, Полина жила в съемной квартире. Хотя давно могла себе купить жилье. Я никогда не интересовалась, почему она до сих пор этого не сделала. Иногда она рассказывала, что у нее есть брат, который вот-вот закончит обучение и встанет на ноги. А Полина непременно должна ему помочь. И тогда она, наконец, сможет пожить для себя. И это все, что я знала о ее семье.

3

Рабочий день прошел так же, как обычный день. Полина вела себя, как ни в чем не бывало. Выполняла рабочие задачи, улыбалась и шутила. Я иногда с беспокойством поглядывала на нее и чувствовала в этом поле еще один заинтересованный взгляд. Не могла понять

куда и откуда этот взгляд, пока случайно не наткнулась на широкую улыбку Артема. Он подмигнул мне и отвернулся.

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.