

Бесконечные грани любви

книга-размышление



Мария Пинаевская

Мария Пинаевская

Бесконечные грани любви

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70458142

ISBN 9785006239494

Аннотация

Книга-размышление на тему любви, отношений и что со всем этим делать. Люблю рассуждать и находить ответы в разговорах, но теперь хочется диалог с собой оставить на бумаге.

Содержание

Карманные очерки. Заметки о бесконечных гранях любви	5
О том, что тут происходит	6
Касание	8
Ограниченный цилиндр	10
Удар осколком себя	13
Эхо голоса сердца	15
Предопределение	17
Таинственная Шапша Холидей	18
Травматология души нашей	21
Колесо Фортуны	23
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Бесконечные грани любви

Мария Пинаевская

© Мария Пинаевская, 2024

ISBN 978-5-0062-3949-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Карманные очерки. Заметки о бесконечных гранях любви

*Книга-размышление на тему любви, отношений
и что со всем этим делать. Люблю рассуждать
и находить ответы в разговорах, но теперь хочется
диалог с собой оставить на бумаге.*

О том, что тут происходит

Книга – размышление. Что тут будет происходить? Собранны размышления на тему отношений. Очень хочется разобраться что это такое и как выстроить теплый, долгосрочный, гармоничный союз двух людей.

Как видят отношения разные люди и можно ли достаточно объективно смотреть на эту тему?

Задача моя – зафиксировать мысли, мою картинку мира. Размышляя, посмотреть туда, куда больно и страшно. Возможно даже исцелить себя от каких-то ограничивающих убеждений. Полюбить свое состояние на текущий момент и понять, что все люди вокруг связаны невидимыми нитями. Каждый друг на друга влияет. Хочется разобраться в этой красивой паутине взаимоотношений и понять какое место я занимаю.

Возможно ли это? Мне кажется, на какую-то часть честности и прозрачности точно можно рассчитывать.

Если вы в какой-то момент узнаете себя, хочу предупредить, что не было задачи украсть чью-то историю. Если вы в какой-то момент узнали себя, значит мои размышления имеют место на существование и могут помочь посмотреть на себя со стороны.

Задача – зафиксировать мысли для того, чтобы прочитав это позже, сравнить насколько и какие размышления тверды

и жизнеспособны и какие как трансформировались.

Если вдруг, мои мысли заставят задуматься и погрузиться в себя – это будет высшая награда. Буду признательна, если этот отклик вы сможете донести до меня.

Ну а пока, я со страхом делюсь сокровенной частью себя. На сегодня, это самая большая сложность – открыто говорить про себя не с единицами. Открыто и безопасно чувствовать себя тогда, когда ты говоришь про любовь, счастье, тревожность, злость. Не надевать маску "удобного" человека, у которого всегда все хорошо. Открыто говорить о том, что нужна помощь. Понимать, что ты не один в этом мире.

Касание

Многие говорят, что когда увидели свою вторую половинку, навсегда запомнили погоду, что было вокруг, во что был одет человек, о чем они разговаривали. Я навсегда запомню свое состояние рядом с абсолютно незнакомым мужчиной – я как будто встретила себя. Очень сложно подобрать слова для описания этого чувства. Ощущение, что нам не нужно даже разговаривать, разговор был не словами. Наши души держались за руку и были максимально счастливы в момент встречи. Видимо, после долгих поисков отчаялись совсем найти друг друга, с прожитыми разными событиями и даже жизнями. Это странно говорить вслух, но так диктует мое ощущение.

Тогда я начала слышать этот тонкий, едва слышный голос своего сердца. Это мой мужчина, который будет сопровождать меня в этой жизни. Это тот мужчина, которого хочется поддерживать, любить, восхищаться вне каких-то условий. Это человек, которому хочется подарить всю свободу мира, все возможности, все чувства. И только разум старался обрисовать эту встречу в общепризнанные каноны. Он пытался вставить это знакомство в рамки коллег, дружбы, друзей по работе. И странно ли, что из каждой категории рано или поздно эти отношения вываливаются?

Тогда же появилось ощущение ревности, собственниче-

ства, нежелание разделять его внимание с кем-то еще. Хотя господин Н. не считался человеком в отношениях, это чувство на чем-то выросло. Как часто мы основываемся на своих чувствах?

Ограниченный цилиндр

Человек – цилиндр. С каждым годом, с каждым новым важным человеком, событием, прочитанной книгой, прослушанной песней, интересной мыслью своей или не очень, человек добавляет в свою личность новую грань. Какая-то грань отрезает лишнее, какая-то делает человека красивее. Больно ли это? Безусловно! Несмотря на то, что весь наш мир создан для того, чтобы каждый человек с каждым днем становился красивее. Я не о внешности, хотя не только лишь о ней. Так вот здесь важно сказать лишь о том, что дабы снизить это ощущение боли – важно выстроить правильное отношение. Пошло звучит «с самим собой», но между тобой и миром.

Получается, что к нужному моменту у каждого человека появится необходимое количество граней, вопрос лишь в том, в каком состоянии счастья или несчастья он будет находиться.

Тело знает всегда быстрее, что для нас лучше. Как же хочется научиться доверять ему! А что наш разум? Разум пытается все максимально упростить, систематизировать, уложить в рамки. Сначала картинка мира наших родителей. А они бывают сильно разные. Кто-то долго ждал тебя и с упованием наблюдает твоё развитие, изучает твои интересы и помогает не упасть даже тогда, когда ты этого не замечаешь.

А кто-то открыто демонстрирует, что ты был ошибкой. Дальше школа и преподаватели – не все на тебя влияют, но у каждого ученика есть преподаватели-фавориты. Вот они и достраивают твою картинку. И классно, если этот преподаватель по призванию, который тратит все свое время, энергию на то, чтобы поделиться знаниями (зачастую не про предмет, а про жизнь через предмет), а не рассказать тему из списка запланированных на этот год. Потом первая любовь, университет и понеслась набирать жизненного опыта. Это понятная тропинка, на которой видны следы не одного поколения: мамы, папы, бабушки, дедушки, прабабушки и прадедушки... А в какой момент ты заглядываешь в себя? Когда тебе разбираться с тем, чего ты хочешь, что тебе интересно?

Но я напомним, мир делает все возможное, чтобы каждый человек воссоединился с истинным путем души. И да, если ты идешь не туда – грани твоего цилиндра продолжают появляться, но с каждым разом все болезненнее. Ведь есть нужный момент, в котором должно быть нужное количество, а ты заблудился и не можешь выбраться из каких-нибудь ложных представлений о себе.

В этом пути познания себя важна не дорога с препятствиями, а твое состояние. Мы точно понимаем, что сложности будут. А вот как мы их пройдем – зависит от отношения нашего. Сложно видеть в самых отвратительных ситуациях плюсы для себя. Но в мире все настолько гармонично, что неизбежно их найти. Важно правильно смотреть, знать, ве-

ритель, что они есть. И да, позитивно смотреть на мир – навык. Сложный, долго встраиваемый, но навык, которому можно научиться. Ты не представляешь как сразу становится легко жить!

Основная мысль, которую я исследую – мир сформирован таким образом, чтобы каждый человек нашел счастье внутри себя. И это то, что подтверждается моими наблюдениями.

Удар осколком себя

Я верю в то, что союз двух людей запрограммирован и неизбежен. Важно лишь соблюсти некоторые условности. Говорим ли мы про конкретного человека? Точно нет. Наш ежедневный выбор влияет на то, что произойдет дальше. И речь не про «не пойду сегодня на вечеринку – не познакомлюсь с будущим мужем». Речь про следующий слой причинно-следственных связей. Мы должны встретиться в определенном состоянии. Летя на скоростях света сквозь эту жизнь на корабле развития, мы должны точно стыковаться в открытом космосе. А тут нужны отработанные точные навыки. Иначе ничего не получится. Каждый наш выбор или приближает к состоянию «готов к стыковке», или мы снова разрушаем об какого-то человека. Плох ли этот удар? В моменте, конечно, да, придется возвращаться на старт, проводить ремонтные работы и подниматься заново. Но именно в эти моменты и происходит квантовый скачок, ты точно начинаешь понимать, какие действия, твои и другого человека, недопустимы. Потихоньку вырисовываются критерии корабля, с которым будет максимально легко стыковаться. В момент удара рушатся ложные представления о себе. Да, в этот момент осколок может залететь и в сердце.

Так важно пройти эти первые удары (которые неизбежны) как можно раньше. В момент, когда мозг достаточно ги-

бок, чтобы не вешать на себя клеймо «сломанного корабля». Чтобы рассмотреть принципиально важные качества, с которыми ты точно не будешь мириться. Так важно определить критерии выбора человека, чтобы ты не оказался в сложной ситуации. Например, вы женаты больше 5 лет. И в одно прекрасное утро ты просыпаешься и ловишь у себя в голове мысль о том, что человек, которого ты выбирал каждый день на протяжении всей этой совместной жизни – не тот, о ком ты всегда мечтал. Как быть тогда? Как вообще признаться себе, что ты сделал выбор не тот? Как признаться, что ты совершил ошибку, когда цена ошибки – 5 лет твоей жизни? Что теперь с этим делать и как сказать партнеру? Стоит ли пробовать дальше жить в обмане? Да и насколько ты честен по отношению к себе?

Сюда можно добавить миллионы вопросы, которые задают себе люди, которые как-то проснулись утром и осознали свою ошибку. И это утро делит жизнь на до и после. Ничего не может уже быть как раньше. Тебе супер сложно смотреть на партнера теми же влюбленными глазами, не беситься по мелочам. А мозговая жвачка увеличивается в количестве вопросов к себе. Вот они, эти осколки, летящие прямо в сердце.

Эхо голоса сердца

Волей случая попала в совершенно потрясающую компанию. Каждый человек сильный, разносторонний, с жадой к приключениям. Каждый человек деятельный и горел развитием своего дела. Внутри этой компании каждый был сильно своеобразен, но уникален и интересен. Я люблю походы, но боюсь новых знакомств. Однако первое пересилило. Со многими познакомились прямо на берегу реки. Путешествие было потрясающим. Познакомилась там и с ним, а спустя время он написал:

«Привет, мы как-то сидели у костра и подружились, помнишь?»

Интересно, что в самой поездке мы перекинулись лишь парой предложений. Не больше. Да, наблюдали за людьми у костра. Было интересно, немного необычно смотреть друг другу в глаза, как будто мы давно знакомы. Один вечер и пара предложений. Двухмесячное молчание прекратится легкой фразой «как-то сидели у костра и подружились».

Это был шепот сердца, который я могла еле-еле разобрать. Да и то лишь спустя время. Вряд ли он вкладывал в это сообщение столько же эмоций. А разум четко сформулировал: «класс, человек, с которым можно совместно поработать». Ну и отлично, подумала я. Непринужденные беседы в рамках общих задач подтверждали гипотезу мозга. А как по-

нять, для чего дан тот или иной человек?

Предопределение

Самый важный праздник для меня – Новый год. Я могу абсолютно не понимать, не планировать, не знать, что со мной будет завтра. Однако железно я знаю одно – Новый год в кругу семьи и друзей в «Шапша Холидей» (об этом чудесном месте расскажу в отдельной части). И вот, в кругу семьи, перед главным праздником года, зародился разговор «как же построить крепкие семейные отношения». И кто бы знал, что эта непринужденная беседа двух поколений сможет развернуться личным исследованием на целый год. Пытливый ум и яркий интерес к миру заставлял задавать вопросы на глубину, ставить под сомнения высказывания авторитетных людей этого разговора. Как итог было ясно одно – они беспокоятся, но могут только выразить свои эмоции, без каких-либо советов или историй из своего опыта. Кто-то по причине невозможности чувства перевести в слова, а кто-то с желанием, чтобы каждый прошел свой путь. Как новый год встретишь, так его и проведешь. И вот тот вечер выбрал живую, гибкую, важную многим тему исследования. Тема, которая красной нитью идет через весь год. Я очень надеюсь, что за месяц я смогу уложить все мысли года в одну книгу, сделать небольшим тиражом и вручить кусочек меня участникам той беседы, в тот же праздник, но год спустя.

Таинственная Шапша Холидей

Важно сказать, что сепарация от родителей – один из первых трамплинов становления личности. Моя история была максимально проста. Все детство – самостоятельное.

Немного отступлю. Я помню себя с достаточно ранних лет. Первые вспышки памяти – около 2 лет. не по рассказам или фотографиям, я помню события своими глазами. Да, короткие, иногда непоследовательные, но все же. Так вот про самостоятельность. Не для кого ни секрет, что в то время родители очень много работали. В одно время у моей мамы параллельно было 5 должностей. Как следствие – дома она была редко. А мы с моим братом часто оставались одни и развлекали себя сами. Помню один случай: вечер, близится ночь. Сильно хочется кушать, а какой-то готовой еды не осталось, да и мама не скоро вернется (мы вообще не знали когда она должна прийти). Я видела как родители жарили яйца. И, будучи 3-летней девчонкой, разожгла газ, пожарила яичницу. Мы поели, все убрали, забыв про сковороду. Вы даже не представляете как нам влетело! А почему? «Газ детям не игрушка». Тогда было обидно, сейчас вспоминаю со смехом.

Так вот, все детство – самостоятельное. За исключением «начал – будь добр закончить», так появились дипломы музыкальной и художественной школы. Замечу, дипломы,

а не навык свободного владения инструментом. Ну да ладно. В какой-то момент я почувствовала сепарацию от своих ментальных родителей. Это было прямо интересно, даже контекст разговоров очень быстро сменился. Тут же поменялся взгляд и на интересную нам тему. Теперь эта атмосфера потрясающей семьи не только про любовь, заботу и кайф, она стала раскладываться на более мелкие детали. Конечно, я уверена в том, что для этой семьи справедлива фраза «Я дам вам всё, что вы просите. Если это не то, что я не хочу давать». Для меня все события в этом потрясающем месте обыденны, нет в этом ничего выдающегося, я росла так, наблюдая. Однако все чаще и чаще, в момент разговоров про ценности семейные, я видела разные, но очень сильные эмоции в глазах слушателей моих рассказов о таинственной Шапша Холидей. Так мне стало понятно, что так редка хорошая картинка семьи, и как будто из-за отсутствия примера в жизни человеку сложно понять, как он хочет выстроить свою семью. Часто мы идем лишь от обратного. Мы на своем опыте точно знаем, «как не хочу», а «как хочу» становится сложнейшим вопросом. Теплые эмоциональные рассказы о семье, правилах общения, принятии каждого каждым, иерархии и разделении ответственностей не по гендеру, а по кайфу выполнения задач, про традиции и праздники, амбициозные планы по выполнению работ, про отношения главы семьи к супруге и супруги к главе семьи, про взаимовыручку, любовь сквозь время, юмор, легкость, несмот-

ря на появляющиеся сложности. Все это сформировало очередь из людей, которые искренне хотят хоть одним глазком заглянуть, как это на самом деле выглядит. Некоторые, чтобы подтвердить свою веру в то, что это возможно, а некоторые, чтобы убедиться, что такого не бывает. Но спорить сложно, что для всех нас эта тема важна.

Травматология души нашей

Все идет из детства, это правда. Однако все психологические травмы, которые есть у нас с рождения и сформированы годам к семи, влияют на нас не всегда только с отрицательной стороны. Многие травмы – трамплины для нашей реализации. Возможно, мы не смогли бы стать такими потрясающими к своему возрасту, добиться стойких результатов, если бы не одна из них.

И хочется рассказать кратко о пяти основных травмах и масках, рекомендую прочитать книгу Лиз Бурбо «Исцеление пяти травм». Очень короткая и емкая книга.

Отверженность: травма «отвергли» – маска «беглец».

Покинутость: травма «покинули» – маска «зависимый».

Униженность: травма «унизили» – маска «мазохист».

Предательство: травма «предали» – маска «контролирующий».

Несправедливость: травма «были несправедливы» – маска «ригидный (жесткий)».

С родителями иногда сложно. А иногда и не иногда. Однако важно понимать ценность и дары каждого неприятного момента. А к двадцати пяти годам уже бессмысленно ссылаться на родителей. Ты уже сформированный человек со своими результатами. И теперь самое время посмотреть на себя со стороны и построить уже карту развития себя, ес-

ли что-то не устраивает в своей жизни. Да, на это необходима смелость. Чуть позже я обязательно расскажу, как построить эту карту, чтобы мягко и экологично можно было менять пространство вокруг себя.

И про смелость – это не шутка. Как же много людей, которые настолько сильно травмированы, что психика просто не дает им даже шанса погрузиться в себя. Блокируются воспоминания, чувства, отношения с людьми. И чем больше человек агрессивен, чем больше он проявляется в мир не экологично к остальным, тем сильнее у него травмы. Тем больше его нужно любить, обнимать. Как бы это странно не было для нас.

Я верю в то, что самое исцеляющее состояние – любовь. И так сложно прийти к тому, чтобы любить если уж не всех, то большинство людей. Просто потому, что они есть. С благодарностью в их сторону за то, что помогают рассмотреть через себя себя. Сложно, страшно и как будто иногда опасно раскрывать свои чувства другим людям. Но в этом такая сила! Это то, что я рекомендую попробовать. Кстати, это важно не только с любовью, но и с негативными чувствами. Только без агрессии и наездов, а просто делиться тем, что происходит с тобой по отношению к другому человеку. Это про честность, про отсутствие масок. Это про искренность, когда тебе больно, злишься, ты не говоришь: «все хорошо», улыбаясь.

Колесо Фортуны

Интересно, как девочки начинают свою идентичность. Если мама теплая, контактная, ей хочется подражать, то формирование себя как женщины происходит гораздо проще. Дальше авторитетные фигуры женщин (преподаватели, мамы подруг, подруги мам и так далее) добавляют какие-то черты, мимику, интонации. Если они откликаются тебе – ты встраиваешь в свой образ. Но когда мама холодная, строгая, неконтактная, а с отцом у тебя противоположные отношения, то девочка понимает, что чтобы быть любимой нужно собирать папины черты. А все-таки это некое искажение энергии человека. Так формируются перекосы. Да, мы все состоим из женской и мужской энергии. Но все должно быть в балансе. И баланс – про самоощущение, а не про какую-то норму общества. Важно понимать, что если тебе интересно собирать мебель, то делай это, только уверенно и не стесняясь. От того, насколько ты сильна физически или делаешь «уместные» действия для девочки по мнению общества, никак не зависит встретишь ли ты своего человека или нет.

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.