

18+

Мишустин В.В.



Записки
обаятельного
разгильдяя



Владимир Мишустин

Записки обаятельного разгильдяя

<https://litres.ru/71242864>

ISBN 9785006475182

Аннотация

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.

У каждого есть такой друг, который всегда с тобой. Это он сам. Человек, чувствует одиночество, только если он эту дружбу утрачивает. В этой книге, я опубликовал свои размышления, когда стал возвращаться к самому себе. И смог разговориться с самим собой.

Содержание

12.10.2015	9
15.10.2015	13
18.10.2015	16
20.10.2015	17
24.10.2015	19
27.10.2015	21
30.10.2015	24
3.11.2015	26
10.11.2015	31
10.11.2015	33
15.11.2015	35
18.11.2015	38
22.11.2015	39
25.11.2015	41
28.11.2015	43
1.12.2015	45
4.12.2015	47
7.12.2015	50
11.12.2015	52
А, я ведь, их слушал	54
14.12.2015	56
18.12.2015	58
21.12.2015	59

Что я могу сделать?	61
23.12.2015	62
Поразительная лживость...	64
Какое жуткие извращение...	65
28.12.2015	66
30.12.2015	70
6.01.2016	72
Конец ознакомительного фрагмента.	73

Записки обаятельного разгильдяя

**Владимир Викторович
Мишустин**

© Владимир Викторович Мишустин, 2026

ISBN 978-5-0064-7518-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

С далекого 2015 года, я занялся собственной психотерапией. Сначала, я решал вопросы с ребенком, потому что у нас с супругой никак не удавалось наладить с ним отношения.

Потом, разбирался со своими вопросами. Ибо наша страна богата на экономические кризисы, и в один из таких, моя компания резко покатила в низ, в плане оборотов. А сделать у меня ничего не получалось. Поэтому, попутно решал и свои вопросы.

А потом, и сам получил психологическое образование и сам стал психологом. Я никогда не думал, что эта работа спо-

собна приносить мне такое удовольствие. Наверное, если бы думал, то сразу бы ей занялся. А не проходил длинного и витиеватого пути.

Зачем я написал эту книгу?

Когда я начал заниматься с психологом, я не мог ничего из себя выдавить. Хотя, одним из заданий, было выписывать в свой дневник, все что приходит в голову. Удивительным образом ничего не приходило. Разве что какие-то директивно шаблонные фразы, типа — «сегодня светит солнце, это хорошо», или «сегодня у меня сломалась машина, это плохо».

В общем, я обнаружил, что рассудительность, в широком смысле этого слова с возрастом утрачивается (не у всех, конечно. Но, я ж про себя пишу). Хотя, для самого человека, это остается не заметным. Почему не заметным? Потому что, в узком смысле «рассудительность», никуда не девается. Он спокойно справляется с текущими задачами и проблемами. И даже, может креативить в придумывании способов их решения.

Но, эта рассудительность практически применимая к узким задачам, стоящим перед человеком в повседневности. Она предполагает шаблонные действия, в решении не менее шаблонных задач. Человек превращается в машину.

Но, вместе с этим превращением, утрачивается глубина, не только собственной личности, вместе с ним, утрачивается способность видеть других людей. Которые свою глубину сохранили. Утрачивается способность мыслить в широком смысле этого слова.

Вместе с этой утратой, исчезает возможность наслаждаться собственными мыслями. «Глубокому» человеку одиночество не страшно. Скорее, оно ему приносит удовольствие. Как раз тем. Что никто не мешает тебе находиться с самим собой.

У каждого есть такой друг, который всегда с тобой. Это он сам. Так, при утрате своей глубины, эта дружба становится не доступной. И человек, чувствует одиночество. Утрачивается способность получать наслаждение от собственных мыслей, и диалогов с этим, самым близким другом. Хотя, этот источник наслаждения, с одной стороны неиссякаем, а с другой всегда под рукой.

Наслаждение жизнью, человек пытается заменить на эйфорию от алкоголя, радостью от приобретения аксессуаров «благополучия» и подражательству идолам своего времени.

Я помню, как-то я несколько дней не писал дневник. И потом, когда снова за него сел, я так себе обрадовался, как

будто встретил того, кого давно не видел.

В этой книге, я опубликовал свои размышления, которые я записывал в начале своих занятий психологией. Может быть, они найдут отклик в чьей-то душе. И может быть, кто-то думает таким же как я образом. Тогда, я приобрету не только читателя, но и еще одного друга.

12.10.2015

Сегодня, писал юморной пост, про трансформацию мужчин. Я вдруг пришла в голову мысль, что мне так сильно хочется такого принятия, которое можно было получить только от матери.

Чувствовать себя любимым, таким какой есть. Без оговорок и условий. А просто любимым. Мне раньше не приходило в голову, что я могу хотеть такой близости. Вроде считал себя человеком, у которого все было хорошо. А что, есть жена, есть дети, даже собака и то есть.

Но, пожалуй, чего-то мне не хватало. Раз, я почувствовал такую сильную тягу забраться «на ручки» к маме.

А чего же мне не хватает?

Мне приходится работать, и беспокоиться о завтрашнем дне. Переживать, во что я буду одет, обут, что буду есть, и чем платить за коммунальные услуги и всякое такое.

Я подумал, что, наверное, тут речь больше не о любви, а скорее о беспокойстве. О необходимости беспокоиться о завтрашнем дне. А, когда у тебя не все получается, то это дается особо трудно. А у меня не все получается. И я очень устал. Но, сделать передышку никак не могу. От этого, мне бы хотелось, чтобы кто-то другой за меня беспокоился. И занимался всеми этими вопросами.

Но, почему желание быть любимым, так сильно смеща-

лось с желанием заботы?

Забота о моей жизни, у меня смешалось с отношением ко мне. Я любимый, если мне не нужно думать о хлебе насущном и делах мирских... Когда тот, кто «любит», берет на себя эти заботы и тяготы.

Но здесь есть что-то такое, что не укладывается не в «любовь», не в «заботу». Почему-то необходимость быть деятельным, когда рядом есть другой человек, воспринималась мной как «нелюбовь» с его стороны. Неприятие меня, или принятие с оговорками и условиями.

Как будто, если я вынужден буду готовить еду, стирать себе рубашки, или гладить брюки, то это будет означать что жена меня не любит. Дескать, если любит, разве она допустит, чтобы я беспокоился о себе?

Но, сдается мне, тут речь не про любовь, а про самостоятельность. Ее проявление мной, приравнивается к плохому отношению ко мне извне.

И чтобы я себя не чувствовал «нелюбимым», жена настолько избавляет меня от целого пласта деятельности, которую по-хорошему должен делать я, что как только она прекращает это делать, я выпадаю в осадок...

Но, ведь любовь, не предполагает бездеятельности? Даже, находясь в состоянии безусловного принятия и любви, все равно будет существовать эта потребность — заботиться о себе. Хотя бы потому, что я жив.

Откуда берутся такие мысли? Когда услужение моим

«слабостям», воспринимается как проявление любви ко мне? При чем любви безусловной?

Наверное, человек с поломанной ногой, тоже думает, что невероятно любим костылем, на который он опирается.

Я думаю, это берется из отношения родителя к ребенку. Родитель хочет, чтобы ребенок навсегда таким и остался. Маленьким, беззащитным и нуждающимся в заботе. Таким, которого родитель мог бы позволить себе, любить бесконечно.

Мне кажется, что самостоятельность ребенка, не является причиной лишения его любви. Но может быть причиной страха родителя. Он боится, что больше не будет ему нужен. Если ребенок станет самостоятельным. Он думает, когда это случится, тот его бросит. Но ведь это же не так. Ребенок любит своего родителя в любом состоянии.

Какой -то странный выбор. Между любовью родителя, и собственной недееспособностью.

Но, в условиях взрослости, это скорее выбор между счастьем и несчастьем. Не хочется огорчать родителя своей самостоятельностью, но выбор нужно сделать. Ибо жизнь не стоит на месте. И диктует свои правила.

Наверное, этот выбор не невозможно решить договорным путем. Так чтобы всем было хорошо. Кому-то будет плохо. Если ребенок сохранит свою детскую недееспособность, то плохо будет ему. Если станет дееспособным, то плохо будет родителю. Но, дееспособный ребенок может себе позволить

любить родителя и далее. Несмотря, на его страхи.

Это, наверное, тяжело, выходить из состояния беспомощности. Особенно на глазах у того, кто любит. Кажется, что, проявляя самостоятельность, ты отказываешься от его любви. И этим, делаешь ему больно. Но это не преднамеренное причинение вреда. Это родительская боль, которая сопутствует взрослению ребенка. Любой родитель должен смириться, с тем, что рано или поздно нуждаемость в нем сойдет на нет.

15.10.2015

Сон. Я от кого-то убегаю. Это девочки лет 18—25, только они карикатурные все. Их огромное количество. Они ломятся в двери, а я эту дверь сдерживаю. Я как будто в маленькой тесной комнатке, и руками спокойно дотягиваюсь до дверей на противоположных стенах. И другой рукой пытаюсь открыть другую дверь. Она замкнута, и мне чтобы выйти надо сначала его отомкнуть.

У меня чувство бессилия, но я все же, вставляю ключ. Бросаю ту дверь, которую держу и открываю новую. Странно, что как только я смог открыть новую дверь — в ту, что сзади тут же перестали ломиться.

Пока ассоциировал сон, вспомнился мне мой дед Федя. Когда он побил меня ремнем. После того, как я назвал его дураком. Кажется, он не давал мне смотреть телевизор. А там шло что-то очень интересное. И когда он отказал мне в продолжении просмотра, я от злости выдал ему такое оскорбление.

С ним было тяжело общаться. Не в плане обычных житейских разговоров, а когда мне что-то было нужно. В частности, если мне была нужна какая-то помощь. Я все время

боялся, что если я его попрошу, то он откажет. Поэтому, когда у меня ломалась какая-то игрушка, я с большим трудом заставлял себя просить.

Сам отказ, наверное, не вызывал бы у меня беспокойства. Но, отказывая, он говорил что-то обидное про мою самостоятельность. Что дескать, не с «моим носом», с этой проблемой справиться. Собственно, часто так и было. Он отказывал, да еще и говорил что-то очень обидное. От этого, просить было унижительно. Попросить, это как расписаться в собственной унижительной ничтожности.

Но, потом я заметил одну закономерность. Во время просьбы, он насмехался и бросал что-то унижительное, а на следующий день, утром, те игрушки, которые он вчера отказывался чинить были починены. Но, обида у меня все равно оставалась.

Я думаю, что он боялся браться чинить машинку при мне. А вдруг не получится? И тогда, окажется что ни я, не дееспособный, а он. Видимо, от этого он дожидался, пока его никто видеть не будет, и потом разбирался с поломкой.

А обижал он меня думаю, не столько из желания обидеть, сколько из желания соблюсти свое превосходство.

Скорее всего, дееспособность, для него была предметом условия. Если один из двух дееспособный, то второй обязательно должен быть не дееспособным. Думаю, что дееспособность одного человека, как бы автоматически предполагала недееспособность второго. Это как какой-то поговорке «Я начальник, ты дурак! Ты начальник, я дурак!». Причем, другие варианты, категорически не рассматривались.

18.10.2015

Мне иногда кажется, что некто пишет сценарии жизни людей. Также как художники пишут картины. Напишет акт, оторвется, посмотрит, как получается. Потом, продолжит.

Главный герой растет, учится, строит дом, женится, живет, стареет, дряхлеет. Потом умирает.

За ним сносят дом, убирают улицу, хоронят. Словно рукой стирают картину из песка, которую нарисовал художник на стекле. Насыпая из руки фигуры, которые складываются в радости и печали его жизни.

А потом на этом месте, художник пробует написать новую картину.

20.10.2015

Иногда, в процессе общения, человек может себя вести не корректно. Порою не со зла даже, а просто из-за непонимания, что его действия не нравятся. И по-хорошему, одно небольшое напоминание ему о границах, было бы уместным. И скорее всего восстановило бы равновесие. И сохранило бы комфорт в общении.

Однако, с этим у меня как раз и были проблемы. Я боялся сказать, или хотя бы показать, что поведение моего партнера по общению, мне не нравятся.... Боялся, того, что они увидят на моем лице пренебрежение, равнодушие, не дай бог раздражение или злость. Любую демонстрацию моей «не симпатии».

Недавно мне снился сон, что я приехал в какой-то дом. К моим знакомым. Они встречают меня спокойно. Но, я веду себя так, словно они мне очень рады и очень по мне соскучились. Я приласкал собак, и полез к кролику. Он больше всего проявлял недовольство. И я его взял на руки. Он был очень пушистый и мягкий. Он успокоился, но это было принудительное его спокойствие. Которое было вызвано моим воздействием. А не его желанием.

Я беру его на руки, и он успокаивается. Он успокаивается, не потому что он поменял ко мне отношение, и к самой ситуации, а потому что я его беру на руки.

На его лице застыла гримаска недовольства. Которая, впрочем, не особо сильно и была заметна. Потому что он ее сдерживал. Соблюдая «приличия». Я, наверное, как этот кролик. Боялся, что кто-то узнает, что я чувствую на самом деле.

Я никогда не думал о том, что могу себе позволить сказать, что мне поведение человека не нравится. Или даже почувствовать это.

Я думаю, что мама могла проявлять злобу, если я не выражал ей восхищения или проявлял недовольство ее поведением. Хотя сама себя при этом вела часто не лучшим образом. Наверное, то же самое отношение вырабатывается к любого рода начальникам, которые позволяют себе пренебрежительное отношение к подчиненным, ничуть не смущаясь тем, что задевают их чувство собственного достоинства. Все им улыбаются, хотя внутри могут относиться совсем не так, как это демонстрируется снаружи.

Хотя, я думаю, что искренность, самое дорогое, что могло бы быть в отношениях. Пусть даже, эта искренность и не всегда приятная

24.10.2015

Мне снился сон. В котором полицейский, почему-то якут, выписывал мне штраф. И я тогда подумал, он мне выписывает штраф, потому что я «виноват». Но, потом поймал себя на чувстве, что я подгоняю свое самочувствие под то, чтобы чувствовать себя виноватым, раз уж он выписывает мне штраф.

Тут, суть не в том, что я виноват, и поэтому он выписывает штраф, а раз он выписывает штраф, значит я виноват. И так и должен себя чувствовать.

Что-то вроде хамелеона. Только тот идентифицируется с ландшафтом, а я с ожиданиями других людей.

И похоже, что я боялся их подвести, эти ожидания. От тебя чего-то ждут, возлагают надежду, надеются. И в голове «ждущих», есть образ твоих действий, образ твоих мыслей и даже чувств, которые ты должен являть. И обмануть которые будет как-то не по себе.

Я думаю, что желание «не оправдать ожиданий», может быть серьезной проблемой. Если, оно превращается в требование. И человек лишается возможности отпустить ситуацию тогда, когда сделать он ничего не может.

Это внутреннее требование, будет принуждать все время сверяться с «курсом», в правильном ли направлении я иду? Все ли у меня получается так, как от меня ждут?

Отсюда, я думаю, и будет проистекать страх успеха. Ведь, достигнув успеха, надо его удержать. А вдруг не сможешь? И разочаруешь того, кто в тебя «верил»?

Я думаю, что никто не может удержать успеха, достигнутого ради других. В случае его достижения, он превращается в обязанность. Мерило хорошего к тебе отношения. И терпя неудачу, человек страдает не от того, что он утратил свое положение, а от того, что упал с пьедестала в глазах того, ради кого он его достигал.

Такой человек внимательно смотрит, на выражение лица того, ради которого он старается. Чтобы понимать, какое тот являет к нему отношение в данный момент.

Но, с другой стороны, это отношение, это ведь не объективная данность. Это следствие интерпретаций. Того, как другой человек понимает мои проявления. А его понимание, является следствием его субъективной реальности.

27.10.2015

Требование быть благодарным, за все то хорошее что получаешь от других. Не, желание, а именно требование. Когда благодарность нужно проявлять, не зависимо от того, что ты чувствуешь на самом деле. И часто именно так и происходит. Только, это не реальная благодарность, а уступка требованию ее демонстрировать.

Это требование на столько сильное, что от его возникновения ломило в затылке. Очень тяжело все время выглядеть благодарным и покладистым. Со временем, от проявления благодарности, остается только форма. Когда во вне, демонстрируешь то, чего нет у тебя внутри.

У меня в детстве был друг. Который то же видимо был «не благодарный». Про неблагодарность, нам часто говорили и родители, и другие родственники. Особенно, если мы что-то мы делали не так. Нам говорили, что мы не благодарные. И нам было стыдно.

От этого, хотелось выглядеть «благодарным».

Мой друг, был на год старше меня. Я ему завидовал, что у него есть дед и бабушка, которая для него готовит пышки со сметаной и сахаром. А мне тоже хотелось, чтобы для меня так же готовили. Потому что, эти пышки мне нравились. Только, мои почему-то не хотели их печь.

Бабушка моего друга была сильно сторбленная, и с вечной

печатью несчастья на лице. Она всегда горевала, даже когда для этого никаких причин не было. И называла нас «друзьями по несчастью». По несчастью, это потому, что у нас не было отцов. Видимо, сам факт наличия отца, считался показателем счастья.

Дед пережил бабуку на несколько лет. Хотя и впал в маразм.

Наверное, под старость им хотелось уже покоя, но, к сожалению, эта добродетель, для них была не доступна, потому что мы постоянно бегали и шумели. Но, что с нами делать они совершенно не понимали. Их единственная дочь, жила в другом поселке. И приезжать надолго не могла. Но, летом она отправляла моего друга их «охранять». И хоть мы были маленькие, но мы соображали. А дед с бабушкой давно впали в маразм. Но, зато они были взрослые. И вроде, вместе получилось какое-то единое целое.

Мама моего друга жила в одиночестве. Его отец ушел от нее, и никогда с ней больше не связывался. Замуж повторно она так и не вышла. Хотя, я думаю, что у нее были на то возможности. Бабушка, была уверена, что ее дочь несчастна. Была уверена, что ее внук несчастен. Потому что «без отца». Страдание было во всем. Страдание и ожидание благодарности...

Ожидание благодарности, было словно следствие тех страданий, печать которых несли наши родственники. Они страдали всегда. Не зависимо от времени года, месяца, или

даже времени суток. И даже не зависимо от того, что коза родила пятерых козлят, и вчера принесли повышенную пенсию. А сегодня классный день и я поймал пять килограмм рыбы на рыбалке.

Я был бы очень благодарным, если бы мои родственники стали печь такие же пышки, как пекла моему другу его бабушка. Ведь именно их я у них просил. Но, пышки печь они не хотели. А только страдали и требовали за свои страдания благодарности.

Я думаю, страдание, отчасти вызвано страхом радоваться. Радоваться, это, наверное, как чувствовать, что в твоей душе есть бог. А страшно радоваться оттого, что кто-то другой может это увидеть. А когда увидит, то разозлится. Как будто ты присвоил себе то, что принадлежит другому. И от этого, те «другие» становятся беспокойными.

Наверное, чтобы не отобрали бога, они и прятали свою радость.

30.10.2015

Сегодня я какой-то рассеянный. Мысли есть, но еле-еле шевелятся. Я обратил внимание что с трудом сохраняю свое мышление целенаправленным. Скорее, мне трудно удержать конечную цель в голове. Так, чтобы не отклоняться в сторону. Но, сегодня я смог это сделать. Сегодня разговаривал с покупателем, которого в точности как меня раньше, все время переключало в стороны. И я все-таки довел наши переговоры до логического конца.

Вторая проблема, которую я в себе заметил, это желание перебивать собеседника. Не давая ему договорить. Я замечаю эту тенденцию всякий раз, когда он делает ошибочные выводы, или выводы, которые явно противоречат моим интересам. Или, когда он начинает говорить так, словно не слышит меня.

Вот, сижу думаю, а что меня больше всего в этих ситуациях беспокоит? Думаю, что это вызвано тем самым «не слышит меня».

Он ведет себя так, словно у него отсутствует восприятие информации извне. Когда я говорю, он хлопает глазами, и вроде что-то понимает. Но, потом, когда он начинает отве-

чать, я понимаю, что «понимал» он что-то другое. И это другое. Никоим образом не связано с тем, что говорил ему я.

Я думаю, что это какое-то нарушение, которое не позволяет ему меня слышать. И меня понимать. А я, видимо обижаясь, думаю, что он игнорирует меня специально.

3.11.2015

Сегодня мне вспомнилась моя прабабушка Надя. Я ее помню в стареньком халате. Который, как мне казалось, был ее возраста, или может даже старше. Это был велюровый синий халат. Но, от потертости и старости, приобрел светло серый, а места вообще, похожий на белый цвет. Бабушка была еврейкой. Очень худенькая и маленькая. Но, с живыми и веселыми глазами. Хотя, маленькой она, наверное, казалась из-за горба. Ходила, согнувшись в три погибели.

Я ее называю бабушкой, хотя она мне вообще не родственница. Когда началась великая отечественная война, то мама моей родной бабушки, погибла. А отец, был на фронте. Вот баба Надя и забрала ее к себе, вместе с сестрой. Так как, жила одна. У нее самой, было много братьев и сестер, но ее семья жила в другом поселке, за пятьдесят километров. Каким-то образом она оказалась живущая в нашем поселке. И живущая одна.

В итоге, с этой прабабушкой жили обе бабушки, потом жила моя мама, и какое-то время я.

Таким образом, я стал ее внуком.

Иногда, к ней приезжала сестра. Такая же маленькая и худенькая. Но, тоже с очень живым и веселым характером. Этим они были похожи. Мне она нравилась. В отличии от моих родственников, у нее не было налета уныния и вечных

страданий.

Я помню последний приезд ее сестры. Им было уже лет под восемьдесят. Они долго о чем-то говорили в другой комнате, за закрытыми дверями.

Я думаю, сестра предлагала ей переехать домой. В ее родную семью. Потому что они были уже старые. И хоть были самостоятельными, но понимали, что со временем, будут нуждаться в уходе.

Но она решила остаться. Хотела посмотреть, как я закончу школу и поступлю в университет. Что я и сделал.

Баба Надя никогда не ругалась. Никогда не выговаривала мне за то, что я себя как-то не так веду. Никогда не выговаривала за то, что я не благодарный и ей не помогаю. Удивительным образом с ней и не хотелось себя вести как-то «не так», и наоборот, помогать хотелось.

Остальные мои родственники, любили вести назидательные разговоры. И объяснять мне как неразумному, как себя правильно вести, и как правильно жить. И потом сетовать, на мое непонимание (как об стенку горохом)

Был случай, когда, будучи подростком, я пришел с дискотеки изрядно перебравший алкоголем. И на следующий день, бабушка сказала «видел бы ты свои глаза...». Больше, пить мне не хотелось...

Я подумал о долженствовании. Которое, так любят ставить во главу угла некоторые родители. Они бьются, над тем, чтобы доказать своим детям что они для них (для детей)

много делают. А те (дети) глупые не понимают, как родители стараются для них, и оттого не проявляют благодарности.

Так получилось, что с чужим человеком, я был гораздо более близок чем с родными. (я вот еще подумал о женщинах, у которых нет детей. Для ребенка, пожалуй, не биологическая относительность важна, а то какой человек будет его растить. Ведь и моей бабы Нади тоже детей не было... А я ее чувствовал, как самого близкого человека)

С ней можно было радоваться. С остальными родственниками, это было тяжело. Так как, за радостью следовало какое-то жуткое пророчество.

(Я как-то раньше об этом и не задумывался. Уже будучи взрослым, мне вообще казалось, что радость лучше скрывать. «Дабы не накликать беды!». А тут, получалось что можно радоваться и беды никакой не будет.

Смотри ка... Получается, что кто-то может вместе с тобой порадоваться. И скорее всего, такие люди были в моей жизни и может даже, есть и сейчас. Но я опять же, я как-то об этом не задумывался.

Бабушка была 1914 года рождения. В революцию ей было как раз три года. Семья у них была зажиточная, и коммунисты приходили их раскулачивать. Видимо напугали ее сильно. Может от этого, она боялась поднимать голову. Оттого, наверное, и горб на спине получился.

Она с юмором говорила о той ситуации, когда их раскулачивали. Ее она помнила. Пришли коммунисты, и все забра-

ли из дома. Не просто все ценное, а именно — все! Остался только один чугунок говорит, висеть на заборе. Но, потом один из них вернулся, и забрал и его...

После этого, она очень боялась иметь достаток. Хотя, земли у нее было много, и можно было бы целый колхоз на ней организовать. Говорила, что грабят богатых, и я ей верил. Но ведь это совсем не так. Те, кто был реально богат, просто уехали из страны и все. Сохранив все свои сбережения.

А грабили тех, кто не успел, по какой-то трагической случайности. И тех, кто остался, не соотнося себя к «богатым». Оттого, и не переживая за перспективу попасть под раскулачивание.

Бабушка была не грамотная. Писать и читать она не умела. Вернее, читать умела, но очень тяжело и по слогам. Но, удивительным образом, научила читать меня. Когда я захотел научиться.

Она знала почти все буквы, но боялась, что перепутает, и оттого попросила мою маму написать в столбик буквы, чтобы я мог, их повторять. Потом мы лежали на кровати с книжкой, и пытались оба читать. Работали во всю, ибо уровень подготовки, у нас примерно одинаковый...

Потом, мы учились кататься на коньках. Она купила у со-

седки коньки и клюшку. Ее ребенок уже из них вырос, а мне получалось были в самую пору. И ходили зимой на речку. Я пытался устоять на коньках, а бабушка тянула меня за клюшку. Страшно было не передать словами. До сих пор не могу понять, как она в валенках на ногах стояла? Да еще, и меня по льду таскала. Но, кое как, я перестал падать, и смог держаться на ногах, хоть и едучи держась за клюшку. Иногда мне казалось, что бабушка сейчас сама влезет в коньки, возьмет клюшку и поедет играть в хоккей.

10.11.22015

Вчера одна знакомая стала рассказывать о величии и успехах других людей. Она тоже занимается бизнесом, похожим на мой. В частности, зашел разговор о том, как круто ведет бизнес один наш знакомый. И стала замечать с восторгом, что это непревзойденный специалист, и других таких просто нет. Все остальные, это лишь бледные тени, с претензией на величие.

Это укололо мое самолюбие. Так как, я занимался очень схожей деятельностью, и у меня были очень хорошие свои наработки. И стал, говорить, что я тоже в общем не лыком шит. Но она стала игнорировать мои слова. И продолжать с восторженным видом говорить, что никто так как он не может.

Я стал злиться и настаивать на том, что, все-таки кто-то может! Но, она не слушала и продолжала. В итоге, я выложил все свои соображения и наработки.

Какая прелесть...

Похоже, друг мой, у тебя не надо ничего просить. Достаточно сказать, что вот тот человек, совершенно не превзойденный, в таком же деле, как у тебя, и ты, тут же, готов выложить все свои наработки. Дабы не выглядеть «бездарно»

стью».

Но цель ее получается была другая. Если бы она пользовалась тем, что придумал я, это можно было еще понять. Но, она этого не делала. Она просто обесценивала все что я говорю и все. Мне видимо, очень хочется добиться признания своих способностей, раз я так яростно борюсь с теми, кто меня обесценивает. Хотя, тут обесцениваюсь не я, а мои мысли, идеи. Или, точнее, сама способность мыслить ясно и последовательно.

Это обесценивание происходило не зависимо от значимости моих мыслей. Да, думаю, да... Пожалуй, обесценивалась сама способность мыслить. Причем, совершенно без получения материальной выгоды, с ее стороны.

Получается, что свои идеи имеет смысл обнародовать уже после их реализации. И кстати, потом будет интересно, как те, кто живо ими интересовался, отнесутся к ним, после этого.

10.11.2015

Мне снился сон. Я с женой дома. Она говорит детям, что продукты и вообще все, в этом доме покупает она. Но, это не так. Потому что, продукты покупаю я. И меня обижает такая ее несправедливость. Я требую, чтобы она сказала, что это не так. Что, на самом деле, продукты покупаю я. Требую, чтобы она, не обесценивала мои заслуги.

Во как... даже во сне я доказываю чувство своей значительности.

Потом я как будто стою на небольшом косогоре. Сзади дом. Мимо проходит девушка. Я знаю, что она психолог. И принадлежит к какому-то психологическому сообществу.

Я ей жалуюсь (кому ж еще...) на то что больше не могу так жить. Что мне тяжело себя сдерживать. Из-за жены. (Причем дом сзади похож на какой-то курень. С плетеным забором из лозы. Как будто, это происходило лет двести назад, где-то в русской глубинке)

«А тебе и не надо себя сдерживать!» — говорит она. «Тебе надо перестать ей доказывать!» Вот это и было твоим тормозом. Ты всю жизнь бился над тем, чтобы доказать человеку то, чего он тебе никогда бы не смог подтвердить.

Она говорит, что не надо с ней спорить. Ты имеешь проблему, но в некоторых случаях так бывает, что когда от нее отвлекаешься, то она сама по себе и рассасывается. (Стран-

ным было то, что не «решаешь» проблему, а именно просто от нее отвлекаешься)

Наверное, отказ от цели доказывать свою правоту, или доказывать чью-то неправоту, и является таким «отвлечением»

15.11.2015

Сон. Какой-то дом. Меня как будто вызвали в него, чем-то помогать. В доме три этажа. На третьем этаже, лежит большой бумажный мешок. В нем труп. Дом, хоть и трехэтажный, но маленький, очень узкий. С третьего этажа вниз, ведет крутая лестница. Которая проходит второй этаж и далее идет на первый.

На втором этаже стоит стол и за ним сидит старый толстый дед. Он крупный. Он прокурен. Он задумчив, у него прокуренный глубокий голос. Рядом стоит кастрюлька с едой. Эмалированная белая, немного с голубизной. (Это умный дед. Он силен и умен. И он деятелен)

Он говорит, что бабушка пролежала несколько дней. В ожидании забора своего тела в какой-то мед институт. Куда она его обещала.

(О как... оказывается, и после смерти можно чего-то ждать)

Ассоциируя сон, я пришел к таким размышлениям, что самой большой добродетелью, будет позволить человеку самому распоряжаться своей жизнью и своей смертью. И так каждому человеку на земле. И даже после смерти, с уважением относиться к его решениям или решению.

Я думаю, эти мысли вызваны желанием присутствовать в другом человеке. Присутствовать настолько полно, чтобы

можно было думать за него, хотеть за него, действовать за него. Так, чтобы кроме твоих мыслей, твоих желаний и действий в нем бы более ничего не было. И бояться, что ты внутри него ошибешься, не углядишь, пропустишь и не доделаешь... Смертельно бояться, ошибиться в его теле. Так, чтобы с ним ничего не случилось.

Видимо, отказ от такой заботы и отказ от присутствия в другом человеке, это и есть предоставление свободы. И в первую очередь, тому кого ты любишь.

Тогда, он становится самостоятельным. Потому, что в нем вместо тебя начинает присутствовать он сам.

Но тогда, в тебе не будет никакой нужды? И если он станет самостоятельным, то ты станешь одиноким?

Тут есть, что-то такое чего я не учел. Я думаю, что слово «позволить» делает тебя одиноким. А не решение, оставить выбирать каждому, как ему жить и как умереть.

Ты все равно продолжаешь «позволять». И пока ты позволяешь, ты остаешься не свободен. Ты так же продолжаешь служить тем, кому ты «позволил». И продолжаешь оставаться внутри этого человека. Хотя и с меньшей активностью с твоей стороны.

Ты получается продолжаешь смотреть за ним и наблюдать. Хотя, активно уже не вмешиваешься. Понимаешь, что он ошибается, и делает плохо со своей жизнью. В этом случае, твое внимание не принадлежит тебе. Как и твое тело, тоже не принадлежит тебе. Ведь, если ты в другом человеке,

кто тогда в тебе?

Но ведь, если я отвлеку свое внимание на себя, то могу что-то упустить. И с ним, произойдет страшное. А я буду в этом виноват. Поэтому я слежу за тем, что и как он делает. И даю ему возможность ошибиться там, где это будет для него безопасно.

Это хорошо для детей. Но для взрослых это плохо. А ведь ты про взрослых думаешь, когда говоришь об этом. Я не отвечаю за их жизнь, и я не отвечаю за их смерть. Их решения принадлежат только им одним.

А если отказаться от «разрешения»?

Разрешить себе, «разрешить» другому жить по его разумению? Наверное, такое разрешение, это то же самое проявление доминирования. Я же позволяю... А может, ты таким разрешением, хочешь дать ему возможность ошибиться? Затем, чтобы он еще крепче убедился в собственной несостоятельности? Дабы доминировать в нем навсегда, и уже без надежды на освобождение?

Похоже свобода другого человека, иногда может быть тяжким испытанием.

18.11.2015

Откуда-то из детства, я помню деда в шапке ушанке. Эта картинка всплывала передо мной частенько. Я маленький, мне лет пять. Это был не мой дед. Мы с друзьями и этим дедом играли в прятки. И я точно помню, что хотел его перехитрить. И ему прямо об этом сказал. Но, что бы я ни делал, он меня раскусывал. И мне от этого было невыносимо обидно. Понятное дело, что дед был старше и умнее меня. Но, я видимо этого не хотел учитывать. А хотел «победить» его в любом случае. И очень злился на то, что у меня не получается этого сделать.

Я решил, что это нечестно. Он ведь умнее меня и хитрее меня. Потому что он взрослый. А раз так, то он не должен пользоваться своим преимуществом. Чтобы все было честно. И чтобы я мог его победить.

Видимо, единственно честным событием я считал свою победу. И категорически не хотел, чтобы этот дед пользовался своим «преимуществом».

22.11.2015

Недавно обратил внимание на такую деталь. Отчего-то, у меня есть склонность во все вникать и все понимать. Даже, если мне этого особо и не нужно.

Это становится тяжким бременем, если ты находишься среди людей, которые так говорят, что понимать там нечего. Не от того, что все ясно и понятно, а оттого, что в их изречениях мысли вообще отсутствуют. Наверное, такие разговоры Перлз справедливо называл цыплячьим пометом. Очень уж они концептуально схожи. Особенно, если сюда присовокупить щебетание цыплят.

Я по началу думал, что это страх окружающего мира. Дескать я жду от него подвоха, и поэтому все время держу его на контроле. Но, с другой стороны, я «вникаю» и там, где мне точно ничего не грозит. И никакого подвоха не предвидится.

Поэтому, подумал, что такое напряжение, может быть вызвано вовсе не тем, что я боюсь окружающего мира, а нарушением мышления близких тебе людей. Которые тебя растили. То есть нарушением мышления у родителей.

Вчера мама прислала мне сообщения с благодарностью. И говорила о том, какой я хороший ребенок и как она меня любит. Это было звуковое сообщение. Но, тон ее был такой, словно ей тяжело и мучительно было это озвучивать. Слова были полны страданий. Слова были хорошие, а интонация

такая, словно мир на грани гибели. И нет никакой возможности его спасти.

Такой родитель манипулирует. Из-за чувства вины, он принуждает думать ребенка о себе. И когда ребенок такое страдание в голосе слышит, то против своей воли начинает думать, от чего это родитель так страдает?

А родитель продолжает стенаться и причитать

Тогда ребенок начинает пытаться предугадать, что же в голове у его родителя. От чего он так страдает, когда никаких предпосылок для страдания нет? А потом желание «понимать» просто генерализуется, и будучи взрослым он уже по привычке пытается «понять» всех. Точнее, он вынужден это делать.

Я думаю, когда дело касается таких случаев, то нужно кое-что понять. В частности, разницу между понятием «понять» и «помочь». Понять такого родителя можно. Ему помочь нельзя. И вот это положение, надо как-то принять. Поэтому, думаю понимать можно кого угодно, но без поползновений ему помочь. Если тебя об этом прямо не попросят.

25.11.2015

Подумал о том, как искривляется мышление ребенка. Если родители отрицают очевидное. Из того, что видит ребенок и какие выводы, на основании этого он делает. Такое бывает, когда родители не хотят, чтобы он видел и понимал то, что для них является не желательным.

Когда ребенок видит результат, он делает вывод о его предпосылках. О том, что способствовало получению такого результата. И может высказать свои соображения родителям. Часто он бывает прав. Но, родители не хотят этой правды видеть. Оттого, в некоторых случаях высмеивают его соображения.

Он наблюдает и на основании своих наблюдений делает вывод. Если то, что видит ребенок в родителях постыдно или как-то говорит об их неблагополучии, то родители говорят, что его заключение не верное. Потому, что им не хочется признавать в себе лживость, лицемерие, алчность и другие пороки, которые выпирают так, что даже маленький ребенок их замечает. Они отрицают у себя их наличие, и отрицают правильность выводов ребенка.

Когда пьяное в дымину животное приходит домой, валясь

в разные стороны, сбивает посуду, роняет мебель, они могут обидеться на сделанный ребенком вывод, что папа алкоголик. Они предпочтут «папа устал на работе»

Я думаю, что по такому механизму возникает нарушение мышления. Когда, ребенок верно считывает данные, и делает верные выводы. Но, в силу такого родительского воздействия не доверяет им. Своим выводам. Оттого, наверное, развивается нерешительность.

В итоге имея верное соображение, он своим мыслям не доверяет. Потому что ему прививают отношение к ним, как к чему-то глупому, несуразному и неадекватному.

Скорее всего во взрослой жизни у него будут проблемы куда похлеще. Он просто будет отказываться думать сам. И будет искать того, кто эту дыру в его душевной организации мог бы заткнуть.

28.11.2015

Я думаю, что есть еще одна причина, по которой человек затрудняется делать выводы. И она не связана с нарушением мышления.

Иногда, происходящее настолько понятно, что даже самый недалекий человек мог бы понять, что происходит и как. Но, удивительным образом, в некоторых случаях, такая очевидность не является очевидной. Если у меня плохие отношения с женой, и она обходится со мной плохо, то я могу сделать вывод что она меня не любит.

Но, могу и не делать. И то, что я этого вывода не делаю, не является следствием нарушения мышления. Это не то же самое, что я не способен этого увидеть.

Тут суть в другом. В первом случае, человек не способен увидеть, а втором он не хочет видеть. Потому что, если он увидит, что к нему плохо относятся, ему принимать решение о дальнейших действиях. Если жена меня не любит, я должен от нее уйти. Такое решение мне нужно будет принять.

Но, если я страдаю страхом одиночества, то для меня такое решение будет нежелательно. Так как, возникнет возможность активизации этого страха. А мне не хотелось бы его переживать. Оттого, я могу «не замечать» ее дурного ко мне отношения. Чтобы мне не пришлось принимать трудных для меня решений. А потом на их основании действовать.

Страх одиночества, будет сильнее обиды, на плохое ко мне отношение. И скорее всего, я буду подстраховываться. Буду что-то такое делать, чтобы она от меня не ушла. Что я буду делать? Наверное, это будет зависеть от ее характера. И скорее всего я буду использовать всякие нечестные ходы, противостоять которым она не сможет.

В ход могут пойти болезни, упадок в делах, или алкоголизм, угрозы или подкуп деньгами или какими-то услугами.

Сдается мне, что все эти ухищрения, конечны. Никогда они не могут длиться вечно. И когда-то прорвет. Выползет невозможность обеспечивать на том же уровне. При алкоголизме, возникнет деградация, которая будет настолько существенной, что жить со мной, не будет представляться возможным уже по совершенно объективным признакам. Или, я заболею всерьез. Когда, уповать придется уже на возможности современной медицины.

Как говорится «сколь веревочка не вейся». Да... И как в таких случаях быть?

1.12.2015

Я думаю, что боюсь жить один. Но, стараюсь выглядеть так, будто это не так. Оттого, я делаю вид, что я терплю все те проявления, которые мне не нравятся в моей супруге. С эдаким понимающим видом. Боясь себе признаться, что сам к себе, я отношусь плохо. Как, к человеку, не способному и трусливому. Который, только и брюзжит, что ему мешают добиваться больших высот, А, сам, трусливо поджимает хвост, когда впереди нет никаких для этого препятствий.

И вот это уничижительно к себе отношение, и порождает желание постоянно кусать жену и упрекать ее в том, что она меня не любит, или плохо обо мне заботиться.

Мне кажется, ты слишком сильно увлекся тем, чтобы доказывать жене, что ты чего-то стоишь. И от этого своего увлечения, утратил тот путь, на котором это стоило бы делать.

У тебя ведь есть идеи, и эти идеи стоящие. Только, ты от чего-то увлечен, но не ими. Так тоже жить можно. Вместо серьезного дела, кусать близких, и упрекать их в бездеятельности. И от этого, временно чувствовать себя значительным кренделем.

На что ты тогда, променяешь свой путь? На домашние ссоры и дразги?

Такое чувство, что ты трусишь совершить хоть какой-нибудь шаг. Не какой-то большой, а вообще, любой!

Чего ты так боишься? Что ты не дееспособен? А твоя сущность настолько ничтожна, что не сможешь заработать себе на пропитание? И погибнешь от голода в одиночестве?

Сдается мне, что я вру сам себе. Если бы я боялся голода, или чего-то подобного, то любая работа мне бы подошла. Собственно, ее любой и хватает, для того чтобы себя прокормить.

Это трусость заняться своим делом. Тем, которое тебе нравится и, которое хочешь вести. И даже трусость хотеть. В этом случае, любой шаг, явился бы большим делом. А не, воздыхания и собирания заняться делом «потом», чуть «позже», когда «время придет».

4.12.2015

Проблемы в общении, были у меня с детства. Дело в том, что я никогда не отличался ни скоростью ума, ни остротой слова. Мои знакомые, иногда надо мной подтрунивали. Часто меня это обижало. Меня приводило в уныние то, что я не могу достойно ответить.

С одной стороны, из-за того, что на меня накатывал ступор, и я ничего толкового придумать не мог. А с другой из-за страха. Что если я раскрою рот, то меня выставят дураком еще сильнее.

Удивительным образом, я не догадывался даже намекнуть на то, что мне обидно такое обращение. Когда я об этом размышлял, то мне пришло в голову, что такие ситуации решаются двумя способами:

— Побороть обидчика его же оружием. То есть, если он выставляет меня дураком, то выставить его дураком еще больше.

— Постараться как-то его умаслить, чтобы заслужить его расположение. И надеяться, что после этого он тебя обижать не будет.

Потом, я подумал, что, пожалуй, оба эти способа патологические. Ни один из них не подходит. Потому что победить его может оказаться невозможным. С одной стороны, он может быть слишком умным, и у тебя просто не хватит красноречия с ним состязаться. А с другой, слишком тупым, чтобы понять твои доводы.

Второй способ — это попытаться понравиться этому негодю. И это невозможно. Может быть, это смягчит его нападки, но он все равно останется негодяем. И ты будешь жить все время в напряженном ожидании, что тебя укусят из-под тишка.

У меня, вопрос возник другого характера. Я так много рассуждаю, как мне подстроиться к людям, с которыми мне дискомфортно, что упускаю из виду другой вопрос: А, что я, собственно, рядом с ними делаю? Ведь, мне ни что не мешает просто от них уйти,

И я думаю, что вот тут-то и кроется загвоздка. Эта проблема была вызвана желанием сохранить тот круг общения, который есть. Не зависимо от того, нравился он мне или нет.

А что тогда, меня заставляло в нем оставаться? И терпеть то отношение, которое меня не устраивало?

Сначала я думал, что это из-за того, что я «прикипел» к

близкому кругу, и от этого хотел бы его сохранить, ни смотря ни на что. Но, я думаю, что ситуацию тут другая. Я имею затруднения налаживать отношения с кругом «не близким». Я имею затруднения к установлению новых контактов.

Но, тогда, это не вопрос, тех кто надо мной подтрунивает, а вопрос моей коммуникабельности.

7.12.2015

Я сейчас подумал о том, что вот ты дескать видишь себя человеком «так себе», плохо коммуницирующим, и плохо ориентирующимся по жизни

Но, самая главная тема моего возмущения, это не справедливость, учиненная ко мне. Когда я получаю пинки, и затрещины от окружающего мира.

Я возмущаюсь этой несправедливостью, и тем чувством обиды, которое его сопровождает.

Но, сейчас мне пришла в голову еще одна мысль.

В детстве, когда меня мама наказывала, она ставила меня в угол. Настроение у нее было почти все время дурное, и могло часто меняться. Причем подгадать эти смены было совершенно невозможно. Иногда, она вспыхивала и наказывала меня без какой-либо причины. Просто потому, что, у нее в это время случилось помутнение в голове.

Потом она приходила в себя, и чувствовала себя виноватой. И могла испечь чего-нибудь вкусного. В этом состоянии, она уделала мне гораздо больше внимания. Печь она умела вкусно и мне нравилось.

Я вот, возмущаюсь несправедливостью, а не может так

оказаться, что я ее сам к себе притягиваю? Если уж, брать детскую привычку за основу, то получается, что, неприятностью обязательно должна следовать «приятность»?

Просто в детстве она видимо и следовала. Но, там была ситуационная предопределенность. В следствие переживания матерью виной. А если, я сейчас буду что-то не так делать? Тогда, мои проступки будут носить характер объективный. И все будет ограничиваться одними не приятностями.

11.12.2015

Тяжело находиться среди болтунов. Еще одно открытие...

Есть люди, которые много говорят. Вид у них уверенный, и в некоторых случаях даже возвышенный, одухотворенный или снисходительно объясняющий. Голос уверенный, твердый. Они говорят так, словно недовольны тем, что такие простые истины не доходят до людей.

Их речь крепка, и энергична. В их речи все хорошо, кроме того, что не понятно зачем он вообще об этом говорит? Или о чем говорит?

Они так сложно говорят о простых вещах, что понимание их становится практически невозможным.

И слушая их, чувствуешь себя дураком. Отчего? Оттого что не веришь, что человек может так обильно разглагольствовать о том, что можно выразить в двух словах. Кажется, что не может быть все так просто. И есть какая-то другая, более глубокая мысль. Вот от невозможности ее найти и чувствуешь себя дураком.

Или говорить с таким важным видом, о том, что и на треть такой важности не представляет.

Эти люди, как камертон. Стукни по нему ложечкой, он и резонирует. Нет в его вибрации ничего, что имело бы смысл. Есть только вибрации.

А, я ведь, их слушал

Был у меня знакомый, с которым я вместе работал в одной организации. Он был водителем. И предлагал мне открыть бизнес. Когда я закончу мединститут. Дескать откроем коммерческий кабинет. Он говорил так уверенно, что я и мысли допустить не мог, что он просто пустобрех...

Потом, я узнал, что он ворует деньги из сейфа, когда бухгалтер отворачивалась. Такие простые вещи, мне совсем не приходило в голову сопоставить.

Я подумал о том, что некоторые люди, могут вести себя так, как им хотелось бы, чтобы их воспринимали мир. Чтобы он их воспринимал, не тем, кем они являются на самом деле, а такими, как им того хочется. Но, иногда, они не озадачиваются наполнением себя содержанием. Согласно уровню, желаемого ими к себе отношения.

Не являясь нигде экспертом, они хотят им казаться. Но в них нет знаний и умений эксперта. Тогда они начинают себя вести как эксперт. А в некоторых случаях еще и требовать, чтобы к ним относились как к эксперту.

Как можно было воспринимать этих людей всерьез? До

меня не доходило, что человек может говорить то, в чем он совершенно не смыслит. Или смыслит, но мало. Что из-за собственной глупости, он может критиковать, уверяя, что твой способ действий не правильный. Но, сам при этом совершенно не иметь понятия, а как на самом деле было бы правильно.

Но, тогда, я, наверное, и сам не очень-то и умный. Раз, слушал их, и даже собирался иметь с ними иметь дело. Я помню, этих людей. Сколько раз я пробовал с ними что-то делать, ни разу не получилось. Не получилось, потому что форма у них взрослая, а содержание детское. Не могли они по-взрослому...

Видишь, как..., первоначально, все что видно в людях, это фасад. Истинное лицо открывается потом. За этим фасадом. Когда проходит немного времени и доходит до дела. А еще точнее, после дела.

Глупостью моей было таких людей пытаться призывать к разумению и настаивать на том, чтобы они свои «обещания» выполняли. Если мы договаривались о каком-то совместном деле. Ни разу никто из них, не смог и трети выполнить от того, что заявлял о себе громко. Уходить от них надо и все.

14.12.2015

Сегодня мне что-то снилось, но я не помню что. Голова пустая. И напряженная. Вчера весь вечер переписывался с интернет троллем. Который пытался меня укусить. Но не смог этого сделать. Меня периодически подмывало написать ему, что он идиот. Человек, не ведет диалога, он оперирует доводами «я сказал!». Значит так и есть. Ему и в голову не приходит, что может быть иначе. Совсем не так как он сказал. Вот, думаю, может изучить их приемы? Троллей? А, надо ли мне это?

Я понял, что победить в споре, можно только умного человека. Дурак непобедим.

Я бросил с ним переписываться, признав его правоту. Он остался сам с собой, и со своими убеждениями.

Ага... я понял отчего у меня такое напряжение. Оппонент, хоть и остался позади, и не смог меня спровоцировать на конфликт, но остался при своем мнении. И это, почему-то вызывает у меня напряжение. Выходит, что я настолько скромнен, что всего лишь претендую управлять мнениями людей...

Так, чтобы у них было не их мнение, пусть и дурацкое, а мое, правильное!

Вот оно что... Трудно оставить человека с его мнением. Если мне оно не нравится.

Я думаю, что еще меня злит довод «я сказал». Это давление с позиции силы. Дескать, если я так сказал, значит это правильно. Не зависимо от того, что реальность являет совершенно другие предпосылки.

Напряжение из-за того, что где-то внутри сидит зараза, требующая отвечать на проявление силы, проявлением силы. Вот от чего напряжение. Убери силу, и окажешься непобедим. Как бы тебя не провоцировали.

А ведь реально — только демонстрация силы и делает победу такой тяжелой. Ты ж упираешься в требование, чтобы твои доводы приняли. А оппонент упирается и не хочет их принимать. Вот ты и давишь. А если, ты свое давление уберешь, то он останется при себе.

И тогда его желание заставить тебя отказаться от своего мнения и принять его, приведет его к проигрышу. Потому что, в таком споре проигравшим считается не тот, кто дурак, а тот, кто не смог ему этого доказать.

18.12.2015

Сегодня ночью совсем плохо спал. Не мог уснуть до четырех утра. Вчера я понял, источник образования плохого мнения о себе. Это то чувство базальной тревоги. Которая лежит в самой глубине. И как человек от него защищается.

Чувство ущербности формируется в момент фрустрации потребностей ребенка. Потребностей самых базовых, когда он совсем маленький.

А если, родитель не уделяет ему внимания, то, не получая нужного внимания, ребенок начинает искать обоснование, почему ему отказали нем. И находит себе «причину». Сначала, он ее, наверное, предполагает, а уж потом, если отказы повторяются, убеждает себя в ее истинности. И начинает в нее верить.

21.12.2015

Вчера лежал, опять не мог долго уснуть. Последние дни меня мучает напряжение. Как будто я хочу что-то понять. И не могу этого сделать. Стою на пороге чего-то и не могу перешагнуть. Но и тут стоять уже не получается, что-то выталкивает меня за эту черту. А я получается сопротивляюсь, не хочу ее переступить.

Но, если я не хочу эту черту переступить, то тогда получается, что я не понять не могу. А борюсь с собой, чтобы не понимать и далее. Только продолжающееся «непонимание» позволяет не делать шаг за «флажки».

Думал о том, что не могу действовать самостоятельно. Без согласования и одобрения своих планов. С женой, отношения плохие и я хочу от нее уйти. Но, так, словно я хочу попросить у нее на это разрешение. А если не разрешит, то тогда хочу иметь какую-то причину, для обоснования своего ухода. Как будто просто так я не могу этого сделать.

Ага... вот оно... Просто так, уйти я не могу. Нужна причина... Т.е. я не виноват в том, что ухожу от тебя. А выполняю традиционное действие в этом случае. Так дескать все делают. А жена, как назло, такой причины не дает...

Что меня больше всего не устраивает в наших отношениях? Она все время мной недовольна. А я, все время пытаюсь ей доказать, что я хороший. И мне никак не удастся это сделать. Господи, сколько лет прошло... Тогда, вопрос, а стоит ли продолжать? Что-то доказывать?

Я думаю, что некоторые люди, могут придавать свою интерпретацию действиям других людей. Это такие интерпретации, которые не соответствуют действительности. Но, они им кажутся верными. И они в них верят. И тогда, даже самые хорошие к ним отношение, они трактуют как плохое. В любом хорошем побуждении, они усматривают скрытый негативный смысл. И ведут себя, исходя из того значения, которое они придают их действиям.

Что я могу сделать?

Сделать все наоборот? Начать вести себя плохо? Но, тогда мое к ней отношение будет объективно плохим, и она будет не довольна. Только, по уже реально существующей причине. Продолжать вести себя хорошо? Но, тогда ее интерпретации продолжат свою работу, и она и далее будет видеть меня, как человека «плохого»

23.12.2015

Пару месяцев назад решил продать дачу. Мы на нее уже давно не ездим, и стоит она просто так. Без дела. Я подумал, что будет, пожалуй, лучше купить на эти деньги квартиру. И сдать ее в наем. Продавать дачу было жалко. Все-таки, дом мы построили классный. И деревья вырастили фруктовые. Казалось бы, живи да наслаждайся. Но, почему-то перестали ей пользоваться.

Сегодня ездил показывать ее потенциальному покупателю. Покупательница, женщина лет тридцати пяти. Невероятно токсичная. Разговаривает исключительно виной, стыдом и угрозами. Делового взаимодействия у нее вообще походу не предусматривается. Приехала, на старенькой машине, но зато с личным водителем!

Как я понял, муж когда-то заикнулся о покупке загородного дома, и она решила его подобрать. В делах, это, наверное, самый отвратительный вариант. Когда, деньги есть у одного, но «подбирает» что купить другой. Чтобы такие отношения были благополучными, тот у которого есть деньги должен безоговорочно доверять выбору того, кто выбирает. Но, в их случае, как я понял такого не было.

Она ездила и подбирала варианты, а он на каждый говорил, что он ему не подходит. Все при деле... И дело не движается.

Больше всего говорила она. И все ее монологи, касались жизненной философии. В частности, отношения мужчины и женщины. А в этих, отношениях женщина должна беспрекословно подчиняться мужчине. Ибо женщина, это придаток мужчины. Поэтому, она должна во всем слушаться.

Потому что мужчина должен нести ответственность. Опять же, потому что он мужчина. И если, он мужчина!

Если женщина ворует на работе, то этого хочет мужчина. Если женщина лжет, то этого хочет мужчина. Любые поступки женщины, являются исключительно следствием решений, принятых мужчиной. Потому что, только мужчина способен нести ответственность. И значит, женщина должна ему подчиняться. А если мужчина ей ничего подобного не говорил, то значит ждал, что она догадается сама. Ибо, верит в нее, и готов нести ответственность!

Женщина, же как существо подчиненное, ни в коем случае, не должна себя чувствовать виноватой. Иначе, ей не за чем жить... с истерической горечью восклицала она.

Поразительная лживость...

Я видел в автобусе как-то пару молодых людей, которые скорее всего были не очень здоровы психически. Они сидели на одиночных сиденьях, которые стояли друг напротив друга. Девушка, смеялась и била парня по голове, а парень смеялся в ответ, а потом поворачивался к тем, кто стоял над ним и с удивлением спрашивал: «Зачем вы это делаете?»

Я думаю, что она хочет совершать дурные поступки. Но так, чтобы отвечал за них кто-то другой. Этим она добивается, чтобы, делая гадости, она не переживала чувство вины. С помощью таких манипуляций, она добивалась того, что «мужчина» должен был взять на себя ответственность за ее самооценку. Так, чтобы не зависимо от ее действий, она не чувствовала себя ни воровкой, ни лжицей, ни еще кем-нибудь не лицеприятным.

Какое жуткие извращение...

После этого я подумал, что у меня, пожалуй, были детские представления о взаимодействии людей. Я видел мир, более розовым чем он есть на самом деле. Людей в нем. Мне казалось, что каждый человек хочет непременно простых и добрых отношений. Основой которой, является рассудительность, и обоюдное уважение.

Отчего-то я отказывался признавать существования в нем лжецов, преступников, негодяев и прочих. Тех людей, с которыми никогда не стоит иметь никаких дел.

А еще, я подумал, что мир и такой тоже. В нем есть, все те люди в существование которых я отказывался верить

Я думаю, что суть не в «не желании» видеть мир во всех его красках, или все время опасаться чего-нибудь извне, а в умении создавать для себя, свой уголок для общения. В котором будет тепло, светло, и мухи не кусают...

28.12.2015

Я заметил такую закономерность среди невротичных людей. Один, являл в себе какое-то значительно развитое качество, которое практически отсутствовало во втором. Так, словно первый, являл его за двоих.

Если один в семье умный и предусмотрительный, то второй будет импульсивным и не в ладах с рассудительностью. Если один серьезно деятельный человек, то второй будет его противоположностью. Он практически, ни к чему сам не будет приспособлен. Если один зарабатывает много, то второй может вообще не работать и сидеть дома.

Получалось так, что в рамках одной и той же характеристики, люди занимали противоположные полюса.

И вот мне стало интересно, это они просто так изначально подбираются? Типа, по принципу комплиментарности? Или, они эти полюса занимают потом, во время сожительства?

Я прикинул по своим знакомым, и не знакомым людям, но про которых я был хорошо сведущ. И оказалось, что на момент знакомства, такой выраженной разницы не было. Они оба находились примерно между полюсами. Ну, может быть,

выраженность интересующей меня характеристики и была разной, но она не представляла собой противоположность.

Получается, что увеличение ее проявления в одном, и угасание в другом, нарастали во время совместной жизни этих людей.

Перед вступлением в брак, женщина была самостоятельной, и даже занимала руководящий пост в фирме. Но, у мужа начали расти доходы, и он предложил ей сидеть дома, отказавшись от работы. У него получается резкий рост в доходах, у нее резкий спад. До нуля. Она вообще перестала работать.

После размышлений, я понял, почему невротик хочет привести своего партнера в состояние «не стояния». Такого, когда он вообще прекращает себя проявлять в какой-то определенной сфере.

Я думаю, что тут, все дело в конкуренции. Которую невротик совершенно не переносит. Непереносимость конкуренции обуславливается наличием у него идей величия. Он непременно должен считать себя «самым-самым». Самым умным, самым деятельным, самым зарабатывающим, самым сильным и все такое.

Если, человек рядом себя как-то проявляет, то этим сво-

им проявлением, он создает нежелательную для невротика конкуренцию. Он же вынужден сравнивать себя с проявлениями своего партнера. И непременно следить за тем, чтобы он был круче.

Тогда, будет опасно, если партнер вдруг в рамках его болезненной идеи начнет расти... Это ж будет жестким ударом по самооценке.

Если он страдает идеями величия в интеллектуальной сфере, то он будет стремиться сделать своего партнера полным дураком. Если он страдает идеями в сексуальной сфере, то подавить у того проявления сексуальности, если он страдает в сфере дееспособности, то сделать партнера совершенно не, дееспособным, попытавшись усадить его дома, и лишить его возможности эту дееспособность проявлять.

Когда партнер как стреноженный конь обездвижен, тогда нет никакой конкуренции. Тогда ничто не мешает его проявлениям. Он может проявлять те свои тенденции, по которым боится конкуренции.

Оттого, скорее всего и непереносимость критики. Он и так проявляться боится, а тут его еще и критикуют.

А когда партнер вообще тупой, то умничать можно сколь-

ко угодно. Ведь нет никакой альтернативы. Никто кроме него ведь, не проявляет этих качеств.

Исчезают условия для конкуренции.

Поэтому он и стремится привести своего партнера в состояние беспомощности и полной недееспособности. Так как, только в этих условиях он способен себя проявлять.

30.12.2015

Вспомнил про университет.

Учась в университете, у меня была ситуация, которая заставила меня попереживать. На следующий день, планировался зачет. По довольно сложному предмету. Материал нам давали частично в лекциях, и частично надо было искать в книге. Лекции у меня были, а вот книжки не было.

Зато она была у одной моей знакомой. Этот зачет она уже сдала. Поэтому, книга была ей больше не нужна. Я был уверен, что могу рассчитывать, что она мне не откажет, так как я ей тоже помогал однажды.

И вот, когда я попросил ее одолжить мне эту книгу, она сказала, что не против того, чтобы мне дать, но ей некогда, так как она идет с подругами загорать на Дон.

Когда я услышал такое объяснение, я страшно разозлился. Ведь, что стоит ее загорание, по сравнению с тем, что я могу не сдать зачет? Она же, может прийти на реку на двадцать минут позже. Тем более, что жила она совсем не далеко от пляжа.

Злость я, конечно, не стал показывать, сдержался. Но, было обидно за то, что она не понимает значимости моей по-

требности, по сравнению со своей. Хотелось бы, чтобы человек отложил все свои потребности, если они не настолько значительны, чтобы помочь мне.

Я подумал, а чем, собственно, вызван во мне такой гнев? И понял, что когда я ей помогал, то отложил свои дела, чтобы ей помочь. Моя помощь, сопровождалась тем, что я изменил свои планы и изменил их значительно. И в какой-то мере, даже понес ущерб. (У меня было собеседование на работу, и я чтобы ей помочь, вынужден был задержаться, и опоздал на собеседование)

Мой гнев, был вызван тем, что я считал себя вправе претендовать на ее «благодарность». Из-за того, что моя помощь, обошлась мне недешево (на работу меня приняли, но испытательный срок увеличили на месяц. А это деньги. На испытательном сроке зарплата была ниже на треть)

Она же, ничего этого не знала. И была уверена, что я ей помогаю в отсутствии своих нерешенных задач. Не поступись я тогда своими интересами, не было бы у меня негатива в ее адрес. И я сохранил бы хорошие отношения с человеком. А потом, мне в голову пришло еще вот что: А почему я загодя не обеспокоился о том, чтобы эту книгу получить? Я ведь знал о ее необходимости заранее...

6.01.2016

Наверное, мне тесно становится в моем мире. Куда я сбежал от общения с окружающими. А сбежал оттого, что «высовываться» считал неправильным.

Последнее время я думаю о том, что без активного предложения своих услуг или своих товаров. И вообще, без активных действий по достижению желаемого, мне не обойтись. Вроде банальная истина, отчего-то ранее я думал по-другому. Я считал, что не скромно заявлять о своих желаниях, а тем более добиваться их удовлетворения. Нескромно предлагать свои услуги, на которых ты зарабатываешь.

Дескать люди поймут, и сами оценят тебя «по уму». Вот тогда ты и получишь все то что хотел. Бабушка говорила: «сиди и помалкивай, люди не дураки тебя сами оценят». Они-то меня может и оценят меня в будущем. Но, есть то хочется сейчас.

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.