

ДНЕВНИК

*Звёздной
Страницы*



— КНИГА ПЕРВАЯ —

ПРОБУЖДЕНИЕ

АННА СОН

СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

18+

Анна Сон
Дневник Звездной
Страницы. Пробуждение

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73123153

SelfPub; 2026

Аннотация

Эта книга – путевые заметки молодой авторки, которая открывает себя заново. Через кризисы, страхи и прыжки в неизвестность здесь разворачивается путь внутреннего пробуждения – местами болезненный и пугающий, но глубоко живой.

В тексте нет готовых ответов. Это откровенные размышления и личные переживания пустоты, одиночества, любви и доверия жизни.

«Дневник звёздной страницы. Пробуждение» – не законченное произведение, а свидетельство начала пути. Эта книга – живой голос, который оказывается рядом, чтобы напомнить: ты не один. И ты просыпаешься.

Содержание

Вступление	4
Часть I	15
Глава 1. Школьные годы белой вороны	15
Глава 2. Попытки встроиться в систему	24
Глава 3. Три года заветной мечты о Бали	31
Часть II	48
Глава 4. Пробуждение	48
Конец ознакомительного фрагмента.	57

Анна Сон

Дневник Звездной

Страницы. Пробуждение

Мы родились с этим чувством утраты. Всю жизнь мы блуждаем повсюду в поисках чего-то важного, роем и ищем следы, пытаемся уловить этот запах... Мы жадно заглядываем друг другу в глаза, но... никак не можем вспомнить, что именно мы потеряли.

Вступление

Матфей: *Просите, и дано будет вам; ищите, и найдете; стучите, и отворят вам; ибо всякий просящий получает, и ищущий находит, и стучащему отворят.*

Привет. Мне так многое хочется сказать, но в слова все не помещается. Я начала писать эту книгу, когда со мной случилось духовное пробуждение. Тот, с кем этого не случилось в жизни, вряд ли поймет, о чем речь, и что на самом деле значат эти слова. Но тому, у кого началось духовное пробуждение, не требуются лишние объяснения, чтобы понять всю глубину происходящего.

Осмелюсь предположить, моя книга попала к тебе в ру-

ки не просто так. Возможно, ты не понаслышке знаешь, о чем я; а может быть тебе только предстоит это пережить... В любом случае, если моя рукопись заинтересовала тебя, и ты чувствуешь отклик прочитать ее, ты однозначно найдешь здесь много ответов на свои самые важные вопросы.

Если тебе всю жизнь кажется, что ты как-то не очень вписываешься в этот мир и тебе сложно понять большинство людей, то я хочу поздравить тебя. Скорее всего ты, как и я, пришел в эту жизнь с особыми задачами. Ты здесь не для того, чтобы найти свое место в существующем мире, потому что в нем действительно нет места для таких, как мы: чувствительных, инаковых, эмпатичных, утонченных, гениальных... Мы пришли сюда, чтобы взломать существующую систему, выйти из под ее гнета, освободиться от правил и ограничений и создать другой мир: намного более живой, человеческий, настоящий и счастливый.

Если читая это, ты чувствуешь отклик в сердце, ощущаешь трепет и радость – значит ты один из нас, человек нового мира, новой Эры. И эта книга станет для тебя поддержкой и путеводителем на твоём собственном пути духовного пробуждения.

Я написала эту книгу, чтобы тебе было не так страшно и одиноко идти этот путь. Истинный духовный путь – он самый непонятный и, порой, очень тяжелый. Часто все бывает очень запутанно и непонятно. Бывает очень страшно, иногда кажется, что ты просто сходишь с ума... Хочется у кого-ни-

будь спросить: "Что со мной и что мне делать?", но спросить не у кого.

Мне бы хотелось, чтобы мои рукописи стали той путеводной звездочкой, которая будет вести тебя по твоему пути сквозь самую беспросветную тьму твоей души, и дарить надежду в трудные моменты сомнений, страха, боли и отчаяния. Хочу чтобы мои тексты стали тебе опорой, когда важно решиться на прыжок веры, отпустить что-то дорогое сердцу, пройти сквозь неизвестность и пустоту...

Я не даю никаких готовых ответов и решений. Мои книги – дневник моего собственного становления, заметки из пути. Все написанное – это моя правда, и она не обязана становиться неприложной истиной для тебя. Но мне будет особенно приятно, если написанные мною слова помогут тебе заглянуть за грани обыденного, осмелиться задать себе действительно важные вопросы и отправиться на поиски ответов.

Рискнешь ли ты поставить под сомнение все, во что ты веришь, чтобы узнать истину о себе, открыть себя настоящего? Надеюсь, да. Я рискнула, и это лучшее, что со мной случилось за всю мою жизнь. Выбор за тобой.

Я писала эту книгу, находясь в очень разных состояниях: проживая глубочайшие кризисы, эмоциональные катарсисы, вспышки расширения сознания и невероятные состояния всеобъемлющей любви и экстаза, которые не подвластны уму.

Одни эпизоды моего текста могут показаться записками

сумасшедшего, другие – радикальными и бескомпромиссными суждениями максималиста, в третьих ты увидишь инопланетянку – мою прекрасную «звёздную странницу», которая исследует эту чудаковатую планету и её обитателей.

Все это я. Драгоценные частички меня, которые я вспоминала и возвращала самой себе на пути самопознания и обретения целостности. Такие разные: сильные и слабые, бунтарские, эмоциональные, дикие, волшебные, невероятные и странные... Порой мне самой не верится, что я умещаю всех их внутри себя.

Со стороны может показаться, что я совершенно обычный человек. Да, жизнь и такой научила меня быть. Однако, сколько бы я ни примеряла на себя образ «нормального человека», из него то и дело высовывается какой-нибудь кусок меня и нелепо торчит, привлекая внимание. В конце концов пришлось признать – в этом образе мне катастрофически тесно, как и в любых других рамках, касаясь чего-бы то ни было: поведения, стремлений, места в социуме, жизненных ориентиров, убеждений, мировоззрения, рода деятельности... Мне потребовалось 26 лет, чтобы это признать. И наконец освободиться.

Моя история – о самоотверженном поиске истины, преодолении внутренних и внешних ограничений. О моем пути к самой себе. О моей эволюции, моем уникальном пути, прозрениях, о стремительном процессе созревания личности, и о раскрытии своей истинной духовной природы.

В этой книге я делюсь самым откровенным, что у меня есть. Тем, что не принято рассказывать, даже самым близким людям. О своих ошибках, о той боли, с которой мне пришлось справиться, о собственных заблуждениях, слабостях...

Здесь я рассказываю о своей жизни, которая пока что еще нетакая длинная, всего 26 лет, но за этот небольшой промежуток времени я успела пройти очень интенсивный и насыщенный сверх-скоростной процесс глубинного внутреннего преобразования.

Можно сказать, духовное пробуждение разделило мою жизнь на ДО и ПОСЛЕ.

Все, что было ДО: отчаянные попытки найти свое место в мире, выгорания и депрессии, сомнения и разочарование в себе, потерянности и отсутствие любых ориентиров в жизни... Я сжирала себя за живое за то, что я никак не могу вписаться в общество, определиться кто я, выбрать профессию, найти работу... Мне было жутко тесно во всем этом, но я не знала, что можно по-другому, и заставляла себя сквозь сопротивление стать "нормальной". Это было ужасно...

Что ПОСЛЕ: я так долго заставляла себя жить нормальную жизнь, что в момент пробуждения из меня вырвалась неистовая жажда к приключениям, спонтанным необдуманным поступкам и безумствам. Поэтому я оставила себя на острове, в чужой стране, нелегально, без визы, без денег, без работы, без плана и я просто ВСЕ отпустила. Я позволила

в щепки рассыпаться всей моей прежней жизни и всем своим представлениям о том, "кто я", и "как должно быть". Я позволила себе полную свободу и нырнула с головой в неизвестность. Так началось мое исследование настоящей нерафинированной жизни, знакомство с собой и с Богом. Этот этап – мое пробуждение ото сна наяву, и именно о нем моя первая книга.

Вот что интересного я о себе обнаружила: по натуре я исследователь, мой дар – очень быстро и очень глубоко проживать самый разный опыт в реальности. А многочисленные "ошибки" – мой естественный способ обретения мастерства и глубинного понимания жизни. Для меня мои ошибки – это мой особый способ познавать мир, обретать живые знания, мудрость и реальную компетентность в самых разных вопросах.

Кстати, именно позволение себе ошибаться и проживать стремный, болезненный, провальный, «плохой» опыт сделало огромный сдвиг в моем сознании и, как мне сейчас видится, в разы ускорило мою эволюцию. Самые ценные знания и самые важные уроки извлекаются именно из того опыта, который принято считать негативным, от которого принято убегать. Но именно он обычно очищает тебя от иллюзий, освобождает от ограничений и страхов...

Так вот, когда ты проживаешь с десяток микро-кризисов за неделю, и по несколько серьезных испытаний за месяц, у тебя вырабатывается анти-кризисное мышление и поша-

говый алгоритм, как пережить любую задницу на своем пути. В конце концов ты перестаешь воспринимать кризисы, как проблемы, а неудачные решения, как ошибки. Все медленно но верно превращается в один сплошной занимательный квест, который ставит перед тобой интересные задачи. И вместо страха ты проникаешься волнительным предвкушением перед лицом неразгаданных загадок и задачек со звездочкой.

Мне кажется, что именно так формируется внутренняя опора и истинная ответственность – не избегать сомнительного опыта, в страхе не справиться с последствиями, а наоборот – идти в самый разнообразный опыт, принимать результаты, и учиться справляться с ситуациями, в которые ты себя завел (какими бы отстойными они ни оказались). Сначала страшно и получается плохо. Потом – формируется навык и даже свои алгоритмы четкого и адекватного реагирования, мастерство жить, разрешать сложные ситуации, и через это расти.

Так, постепенно, проблемы перестают быть проблемами и становятся задачами, от которых ты больше не бежишь, а которые ты встречаешь с распростертыми объятиями, как возможность вырасти, стать мудрее и сильнее, прокачать свое креативное мышление, способность управлять состоянием, качественно формировать ход событий, играть в жизнь (а не бояться ее).

Мой подход к жизни стал очень простым: если я чувствую

вдохновение или интерес – то я просто позволяю вещам происходить, а потом наблюдаю, какого мне в этом. Я не слушаю других, кто говорит, как надо и как не надо. Я просто пробую и чувствую. В конце концов, мой путь показал мне: именно в самых диких квестах, в самых безвыходных ситуациях формируется глубокий контакт с собой, внутренний стержень, приходит доверие жизни и Богу. И именно такие ситуации пишут твою собственную уникальную историю.

Многие, я думаю, слышали фразу "живи играючи, налегке". Но не многие, как я вижу, смогли к этому приблизиться. Всему виною, как мне кажется, – попытка избежать встречи со своими страхами. Многие думают, что легкость жизни = отсутствие страхов. Но это не так. Не существует той точки, в которой страхи окончательно исчезнут из твоей жизни. Они всегда были, есть и будут рядом. Чем больше ты их избегаешь – тем уже становится коридор твоей реальности и жизнь зажимает в тесные рамки. Чем легче ты идешь с ними на контакт – тем легче, живее, ярче становится жизнь.

В какой-то момент мне захотелось стать той, кто не боится играть в жизнь по-крупному. Мне захотелось освободиться от своих слабостей, сомнений, внутренних ограничений... Рисковать по-крупному, действовать и мыслить масштабно, не оглядываясь на других... Стать новой версией себя, с нерушимой внутренней опорой и верой в свою силу, с глубоким доверием жизни и самой себе... Такой, которая бескомпромиссно честна с собой в том, кто она и че-

го хочет... Я решила, что стану крупным игроком, вместо того чтобы жить ничтожно-маленькую "нормальную" жизнь, скрывая свою внутреннюю неудовлетворенность под масками. Я задалась вопросом: как мне стать такой?

На этом пути мне уже удалось взрастить в себе массу редких качеств. К примеру – бесстрашие нырять с головой во все подряд, что предлагает мне жизнь, и на что у меня включается вдохновение. Вопреки страху, не взирая на ужас... Люди годами топчутся на месте, стоя одной ногой в зоне комфорта, второй аккуратно нащупывая почву для первого шага к изменениям.

Моя же стратегия – безбашенно играть. «All-in», все или ничего. Либо да, либо нет. Бескомпромиссные решения, отчаянные прыжки веры, большие ставки. Пойти в тотальное обнуление, избавиться от всех вещей, оставить себя без дома и денег... чтобы проверить, КТО Я за пределами своих ограниченных представлений о себе и узнать: НА ЧТО Я РЕАЛЬНО СПОСОБНА. Но обо всем по порядку)

Зимнее солнцестояние 21.12.2023

«Не продаётся больше моя воля!» -

Сама себе в лицо кричу я,

Сдирая маски, выключая роли.

Я наигралась, больше не хочу.

Предположить могла я, и уже давно,
Но было трудно распознать, увидеть,
Что моё яркое волшебное кино
Не помещается в обычный телевизор.

Всю жизнь у меня были руки, голова
Чтоб написать свой мировой бест-селлер,
Всегда был рот, чтоб извлекать богатые слова,
Ну или добрые по крайней мере.

Но, оказалось, чтобы сотворить свою игру
В чужие прежде нужно вдоволь наиграться,
Поглубже закопать себя в глубокую нору,
Чтобы на дне барахтаться, сопротивляться,
Кричать, рыдать, предать себя сто тысяч раз,
Сказать бездумно миллионы едких, колких фраз,
Впитать в себя всю боль, устать и сдаться.

И обнаружив себя в мутной серой луже,
В которую сама себя же в прошлом посадила,
Я собираю волю в кулаки и мужество
И возвращаю себе свою магию и силу.

И закипают лужи, реки, океаны и моря
В неукротимом пламени моей души.
Богини, жрицы, ведьмы кружат хоровод вокруг огня.

Весь мир у моих ног, готов моей любви служить.

Безумная и дикая, сдалась змее внутри себя,
Танцую, восходя на световые этажи,
Богов сияющие пантеоны страстью и могуществом пленя.
Вспылал рассвет, настало время жить.

Часть I

Глава 1. Школьные годы белой вороны

Кроме того, что я была разносторонне творческой личностью с детства, и по-особенному видела мир; еще я была глубоко и тонко чувствительной. Эта ранимость и склонность к саморефлексии преумножала как счастливые моменты, наполненные вдохновением и радостью; так и болезненные эпизоды связанные с человеческой грубостью, жестокостью, небрежностью...

Я часто ощущала свою уязвимость, как оголенный нерв. Пока другие обрастали слоями психологических защит, я ощущала себя просто эмоционально голой среди одетых окружающих, которым так легко удавалось носить маски, быть безразличными и черствыми.

Я все время чувствовала себя белой вороной в среднестатистическом социуме: с детского сада – до университета.

У меня с детства был красочный внутренний мир, в котором мне было намного интереснее, чем снаружи. В школе мне было скучно среди сверстников. Я не понимала их, а они меня. Мне быстро наскучила школьная программа. Гораздо

больше меня волновали вопросы психологически-экзистенциального характера. Например, в чем смысл всего? И существует ли Бог? И что такое любовь, жизнь, смерть? И где во всем этом я?

Я не понимала, почему всех людей вокруг меня искренне вдохновляют и интересуют те вещи, к которым я совершенно равнодушна, ничего не чувствую. А меня интересуют вопросы, о которых я могу поговорить лишь с редкими взрослыми. Обычно я встречала таких философов в весьма странных обстоятельствах: 30-ти летний вечно пьяный панк, отшибленный поэт психопат, престарелый бомж алкоголик...

И конечно же меня спасали от экзистенциального одиночества книги, они переворачивали весь мой мир с ног на голову: Кафка, Пелевин с его невероятным Чапаевым и пустотой, антиутопии (мой тогда любимый жанр) типа «1984», «Цветы для Элджернона», Кастанеда... Меня тошнило от любовных романов и тянуло в самые дебри тех вопросов, на которые веками ищут ответы, но так и не находят: вопросы этики, природы человеческих чувств, хаоса, смысла и самого существования.

В школе я начала погружаться в искусство слова и создавать поэзию. Перечитывая свои стихи, написанные в 13-15 лет, я до сих пор снова и снова нахожу для себя вдохновение в них. Вы только посмотрите на это, я написала это будучи ребенком:

Хочу все, что уже есть и чего еще не существует.
Хочу, чтобы никто в этом мире не умел болеть.
Не хочу видеть, как люди беспричинно враждуют.
Хочу, чтобы все научились сочувствовать и жалеть.

Не хочу глупых обид, ссор и разочарований.
Хочу прикасаться только к теплому и нежному.
Хочу чаще говорить добрые слова своей маме.
Хочу всегда идти вперед, не возвращаться к прежнему.

Простите мне мои грубые слова, и слова – фальшивки.
Простите мне мои невнятные обрывки фраз из-за угла.
Простите мне мои маяки, зажженные вам по ошибке.
Я не ведала, не понимала, что говорила, кого звала.

Когда-нибудь мои родители будут мной гордиться.
И я открою для бездомных животных приют.
Когда-то я, наверно, пойму, какому Богу молиться,
Пойму, чего от меня хотят, чего от меня ждут...

Я хочу только любить всем сердцем и быть любимой.
Хочу понимать каждого и быть понятой каждым.
Хочу ничего нужного не забывать и не пропускать мимо.
Хочу для важных людей быть настолько же важной.

Хочу быть искренней и целовать любимые губы горячо.

Хочу быть свободной, всецело принадлежать себе.
Хочу веселиться безудержно, плакать в родное плечо.
Хочу быть собой, тобой, кем-то другим, и никем.

Первая и последняя строчки:

«Хочу все, что уже есть и чего еще не существует»

«Хочу быть собой, тобой, кем-то другим, и никем»

Это же максимально трансцендентно, и я даже не понимала тогда, что за смыслы я несла! Но оно рождалось из меня.

В младших классах я была лучшей по успеваемости в классе. Мне было искренне интересно учиться, мне легко давались все школьные предметы. Я была той самой странной отличницей, с которой другим было как-то не круто и позорно дружить.

Но потом я сменила школу, начался переходный возраст, меня накрыло волной пубертатных эмоций и вся система внутренних ориентиров и ценностей начала разрушаться и переворачиваться с ног на голову. Во мне начал рождаться панк-анархист.

Моя учеба пошла под откос. Я начала бунтовать против системы и ее правил, против ограничений родителей и начала следовать за своим счастьем и удовольствием. Я до ночи пропадала после школы, перестала делать домашние задания, и начала активно исследовать яркими вспышками пробуждающуюся во мне сексуальность. Первые юные влюблен-

ности, запретные темы, тайные поцелуи, бушующие гормоны...

Вспоминаю себя в то время: пухлые щеки, тонкие губы, короткая стрижка, нелепые вещи и макияж, торчащий животик... и тонна болезненных чувств к самой себе. Внутри громким голосом звучит: «Ты ничтожество» – семя, посаженное еще в детстве дефицитом отцовской любви, а теперь разрастающееся с огромной скоростью от давления социума, черствых одноклассников, отражения в зеркале, родительского непонимания...

Израненный ребенок, который бежит от этого чувства никчемности и одиночества, от скучной жизни по правилам, отчаянно пытаюсь найти утешение хоть в чем-нибудь. Чтобы сделать свою жизнь хоть немного ярче, я обстригала волосы все короче и страннее, красила их в разные дикие цвета, а еще запрыгивала в отношения с каждым приветливым парнем, кто интересовался мною.

Я отчаянно искала свежий воздух, искала живые островки в пустом и сером окружающем мире. Мне было не зазорно в этих своих поисках заглянуть во все самые злачные места, куда другие "нормальные" люди не осмеливаются зайти.

Тогда я не осознавала, почему я так жадно искала чего-нибудь яркого, дикого и сумасшедшего в своей жизни и в каждом человеке, которого встречала. Теперь я вижу: мне было нужно хоть что-нибудь, лишь бы отвлечься от разрывающих сердце чувств, которые было слишком тяжело выно-

силь, и которыми не с кем было поделиться... Ненависть к себе, разочарование, тоска, поиски смысла в серой реальности, которую я не в силах изменить, среди людей, которые не в состоянии меня понять...

Болезненно, но честно. Пишу это со слезами на глазах. Та девочка где-то глубоко внутри меня все еще нуждается в любви, и видимо её шрамы, как ни крути, никогда до конца не заживут. Вспоминается, как еще в 3 годика я закатила истерику о том, что меня никто не любит. Казалось бы, ерунда... но нет. Зерна сомнений о том, достойна ли я того, чтобы меня любили, занесло в мои земли очень давно, в самом раннем детстве.

И вот теперь, когда я созрела для того, чтобы это исправить – я возвращаюсь назад во времени, и выкорчевываю эти уродливые ростки нелюбви к себе один за другим, чтобы не позволить им вырасти в деревья. И наполняю любовью ту маленькую девочку, которая так нуждается в поддержке, внимании, душевной теплоте. Кропотливая работа, но кто кроме меня её сделает? Кто теперь, если не я? Поисками виноватых, как и сожалениями, делу не поможешь.

В конце концов, это даже занимательно: по-настоящему глубоко осознавать свой путь. Где я была, что прошла, и кем смогла стать. Куда толкали меня мои травмы, и как сильно сменился вектор и мотивы моего движения теперь. Самое невероятное, что за мою пока еще короткую жизнь, мне уже удалось обнаружить, что я могу сама все исправить, и я в

силах даже переписать собственное прошлое. Обнаружить в нем красоту и наполнить любовью... Иначе взглянуть на свой путь. Не через призму боли, обид и разочарования, а с благодарностью.

Моим родителям пришлось не сладко со мной. Я бы сказала, им не хватало ни мудрости, чтобы осознать, что за дикая душа живет в теле их ребенка, ни сил чтобы сдерживать мой жаждущий неограниченной свободы и приключений дух. Я была очень упрямым, любопытным и свободолюбивым подростком, настоящим бойцом. Я ругалась, бунтовала против запретов, не раз пыталась сбежать из дома. Я искренне не понимала, почему мне нельзя жить без правил, исследовать мир так, как мне хочется. Почему мне нужно ходить в какую-то школу, готовиться в университет...

Еще в средней школе я начала заниматься парикмахерским делом. Я нигде не училась, просто смотрела видео и практиковала на подруге. Волосы были моей страстью. Когда длиннющие волосы подруги плавно закончились и превратились в короткую стрижку, как и мои собственные, я уже что-то да умела. Я начала делать стрижки и окрашивания одноклассницам и знакомым, маме и её подругам. Так я опытным путем училась на собственных ошибках и к окончанию школы уже пришла к вполне достойным парикмахерским результатам.

Мои последние школьные отношения завершились после выпускного. Я была полна вдохновения переехать в Москву

и начать свою новую взрослую и свободную жизнь. Он был очаровательным музыкантом, но слишком боялся предпринимать решительные шаги в своей жизни. Нам пришлось попрощаться. В будущем подобный сценарий в отношениях не раз повторялся. Я, которая несусь сломя голову по жизни, одержимая идеей найти себя и раскрыть свой потенциал, и вечно не успевающие мальчики, саботирующие свой рост.

Вообщем, мои школьные годы – это трагикомедия. Сумасшедшие метания творческой личности. Я закончила художественную школу. Выступала со своими стихами на поэтических вечерах. 3 года училась играть на фортепиано, потом пол года на барабанной установке. Периодически зарабатывала окрашиваниями и стрижками. К выпускному я уже прожила 3 глубоких драматичных истории отношений и еще около десятка коротких романтических сюжетов. Я успела пару раз сбежать из дома, и чуть не уехала бомжевать в Москву. Последние 3 года в школе я курила сигареты, несколько раз пробовала легкие наркотики. Парочку раз (может, больше) напивалась до беспамятства. В общей сложности я сменила 3 школы, из последней меня чуть не отчислили.

Я помню, что еще после 9 класса хотела пойти учиться на парикмахера, но моей семье это показалось не престижным и бесперспективным направлением, и они не позволили мне уйти, не окончив 11 классов.

Когда я заканчивала школу, давление со стороны социума

и семьи об «успешном будущем» было очень велико. Я изо всех сил пыталась сопротивляться, но родители взяли верх. В силу отсутствия у меня ясных вариантов о том, что я собираюсь делать со своей жизнью, и весомых аргументов против высшего образования, мне пришлось согласиться на вариант родителей и я поступила на архитектора в Москву. Я уехала из родительского дома и оказалась в атмосфере отвязной общажной жизни художественного университета. Так началась новая глава моей жизни. Про дикие крайности свободной жизни вдали от семьи, внутреннюю борьбу с собой, и глубокие экзистенциальные кризисы.

Глава 2. Попытки встроиться в систему

Конечно я радовалась поступлению и всей творческой суматохе, которая была мне близка по духу. Но радости хватило не надолго. Уже через пару месяцев в универе мне стало становиться скучно.

Моей соседкой по комнате в общежитии оказалась супер-миловидная девочка, за плечами которой в ее 18 было столько отлётных вечеринок, психоделических трипов и нарко-марафонов, что я искренне удивлялась, как она смогла в целостности и сохранности дожить до своих лет после всех этих эпичных историй.

Я с самого детства, наблюдая в школе нелепые и трагичные лекции о героиновых наркоманах, чувствовала во всей этой анти-пропаганде какой-то подвох. Уже в 14 лет в моем окружении появились взрослые ребята, кто регулярно покурил травку и они казались мне совершенно нормальными людьми, и порой даже более нормальными, чем остальные. Меня волновал вопрос, почему действительность так сильно расходится с этими ужасающими прогнозами учителей со школьных лекций, по словам которых курение травки всегда было началом печальной истории о загубленной жизни.

Еще в детстве я начала интересоваться разными видами

веществ, приводящих к измененному состоянию сознания. Но так как я тогда еще не знала, где такие брать, я начала с вещей попроще: я попробовала все, что можно было легально достать. Список безопасных и легкодоступных вариантов был короткий и быстро закончился, я благополучно забыла об этом до того момента, пока не попала в институт. Здесь то и началось моё стремительное и глубокое погружение в мир самых разных волшебных штук.

Сначала я чувствовала себя ученицей подготовительной группы. Но уже через пару месяцев я уже знала, где найти и как попасть на самые топовые андерграундные рейвы, как самостоятельно достать себе пакетик магического порошка и какие выпить витаминки на утро. Моя жизнь быстро превратилась в аттракцион: умопомрачительное химическое приключение в выходные, и утомительно долгая череда будней с нарастающим чувством предвкушения к концу учебной недели.

В моем шкафу был полный набор соответствующих атрибутов: светящиеся кроссовки, олдскульный костюм адидас и соска на цепочке, чтобы не повредить зубы, пока на пике трипа сводит челюсти. Над своим рабочим столом после каждого выходных я вешала новый браслетик с очередной вечеринки. И все это казалось мне очень веселой и занимательной игрой.

Я с интересом исследовала все скрытые от большинства «обычных» людей ощущения. Каждое новое вещество от-

крывало мне портал в неповторимые чувства и состояния, и я искренне наслаждалась этим процессом. Мне ощущалось, будто я открываю целые миры внутри себя.

Но спустя несколько месяцев такой дикой жизни я начала замечать, как дозировки растут, но каждый новый опыт уже не дарит мне того наслаждения, которое я испытывала раньше. Более того, я стала явно чувствовать, как в промежутках между вечеринками мне становится все более тоскливо и плохо. Я просыпалась по ночам от судорог в мышцах, начала подозрительно часто болеть... Сначала и это казалось мне ерундой, но спустя еще пару месяцев я все же призналась себе, что моя история вышла далеко за рамки исследования себя и у меня появилась явная психологическая зависимость, а мои дофаминовые рецепторы настолько измотались, что я больше не в состоянии ощущать счастье и радость без дополнительных стимуляторов.

Я начала всматриваться в тех людей, кто окружал меня на этих наркотических вечеринках. И я начала без лишнего очарования замечать, что почти все они – глубоко потерянные, а часто еще и психически нездоровые люди. Все это заставило меня остановиться и дать себе длительный перерыв, после которого мне больше так и не захотелось снова возвращаться в этот химический мир.

Спустя годы глубокой саморефлексии я вижу, что наркотики были моим способом сбежать от себя настоящей, и от мира. Мне было так невыносимо быть внутри системы, иг-

рать по чужим правилам, притворяться нормальной... что я искала хоть что-нибудь, что вырвало бы меня за рамки. Глоток свежего воздуха, когда ты задыхаешься от тоски и скуки.

К концу первого курса я уже не употребляла наркотики, но у меня закончились все запасы топлива, чтобы плыть против течения. Я измотала свое тело и психику, гормональную систему, и провалилась в дофаминовую яму. У меня не было никаких сил и желания, чтобы продолжать учиться и заставлять себя заниматься тем, чем я не хочу.

Я изводила себя чувством вины и разочарованием в себе, за то что я не оправдываю ожиданий родителей и сама не знаю, чего хочу. Я продолжала заниматься этим насилем над собственной душой, и загнала себя в экзистенциальный кризис и депрессию. У меня не было сил даже выйти из дома. Тогда же я была в одних из самых своих «бедных» во всех смыслах отношениях, жила в обшарпанной маленькой хрущевке в Подмоскovie с парнем, который был хорошим и добрым, но настолько незрелым и безответственным, что не справлялся заработать денег даже на еду. Единственное, что спасало – творчество. Я целыми днями спала, просыпалась под вечер, рисовала, и под утро снова ложилась спать.

Я перестала ходить на лекции, собралась забирать документы и добровольно отчисляться. С первого раза мне не удалось преодолеть сопротивление родителей и я согласилась уйти на год в академический отпуск, чтобы все обдумать и попробовать вернуться в институт еще раз. Я рассталась

с парнем. Я сделала шаг наружу из самого глубокого своего дна, где я вообще когда-либо оказывалась, и посмотрела на все это со стороны: помню, как мне было странно и противно осознавать, где я, с кем, и что происходит в моей жизни.

Но это дно в красках показало мне, какого это – жить в тотальном самообмане, насиловать себя, принуждать и изнурять, загонять в рамки, игнорировать желания и свою природу, быть жертвой и искать спасения в отношениях. Полный мрак.

После расставания и освобождения от груза ответственности за учебу в университете, я наконец начала приходить в себя и почувствовала, как свежий воздух снова наполняет мою жизнь, и я наконец могу дышать. Это был первый в моей жизни момент, когда мне не хотелось нырять в очередные длительные и серьезные отношения, не хотелось вообще никаких обязательств. Я была так измучена несвободой, я чувствовала себя как зверь, которого наконец выпустили на волю. Мне хотелось просто бежать, как можно быстрее и как можно дальше.

Следующий год академа я провела в свободных странствиях по России. У меня не было денег и работы, но мне не хотелось возвращаться домой к родителям, так что я вписывалась в Москве у разных незнакомцев, которых мне удалось найти на просторах интернета. Так я познакомилась с парой молодых ребят (они стали моими хорошими друзья-

ми), которые сразили меня своим духом новизны. Этот вайб читался в каждой детали их поведения, общения, их домашней атмосферы и неформальных «свободных» отношений. Я приехала к ним на пару ночей, но в итоге у нас завязалась романтическая история на троих. Около месяца мы жили вместе, путешествовали втроем. Какое-то время мы исследовали с интересом эту необычную трио-конструкцию, но в силу нашей незрелости она быстро развалилась.

После завершения этого эксперимента я решила поехать пожить к морю и устроилась плести косички на береговой линии. Это был мой первый продолжительный период без "серьезных отношений". Я наслаждалась вкусом свободы и независимости, и в то же время продолжала бежать от себя и от скуки, неосознанно ныряя в беспорядочные мимолетные связи без обязательств.

Спустя месяц я встретила уличного музыканта, без предупреждений сбежала со своей работы и мы уехали в путешествие автостопом по городам России. Мы играли на улицах и в переходах, зарабатывали сущие копейки на жизнь, вписывались у подозрительных Питерских алкашей...

Но даже весь этот треш: стремные Питерские коммуналки, путешествия без денег, сумбурные отношения на ходу... не омрачили ту драгоценную свободу, с которой мне удалось соприкоснуться. Моё сердце потихоньку открывалось и исцелялось после глубокого кризиса. Впервые в жизни мне удалось испытать настоящую радость от свободной жизни,

от приключений, от неизвестности... Это был драгоценный кислород для меня и я пыталась жадно надыхаться. Ведь вскоре мне предстояло взять себя в руки и снова засунуть себя в клетку, вернуться из академического отпуска в университет, где я снова попытаюсь быть "нормальной".

Но даже в клетке, бывает, встречаются подарки от Вселенной...

Глава 3. Три года заветной мечты о Бали

Я вернулась в университет. Я использовала все силы логических убеждений, чтобы уговорить себя найти в этом вдохновение и попробовать снова. Но я уже была другой. Моё путешествие помогло мне вернуть себе себя. И хотя возвращение в универ было самообманом, моя состояниe было гораздо более наполненное и устойчивое, чем прежде.

В первую же неделю учебы я очаровала старосту моей новой группы, который по указаниям преподавателей должен был следить, чтобы я не разрушила боевой дух учебного процесса и не посеяла зерна безответственности среди одногруппников. Он принял весь удар на себя. Спустя пару месяцев вместо университета мы уже вместе путешествовали автостопом по Европе. Так началась наша насыщенная история отношений длиною в 4 года.

За первый год наших отношений мы объездили почти без денег пол Европы: Италию, Германию, Люксембург, Голландию, Бельгию. У нас был искренний, живой и взрывной тандем. Тогда у нас зародилась совместная мечта: после окончания университета поехать в бессрочное путешествие по миру, и начать его с острова Бали. Тогда мне это казалось почти что несбыточной мечтой, вершиной мира, сказкой, в ко-

тору было трудно поверить. Мне потребовалось 3 года и огромное количество испытаний, чтобы все-таки разрешить себе свою мечту. Но оба этом чуть позже.

Наши отношения, хоть и были незрелыми, были наполнены безбашенным вайбом в стиле: «А давай?». Моя внутренняя свобода стала заразной для него и смешалась в ядерный коктейль с его масштабным мышлением и лёгкостью на подъем.

Во второй год наших отношений мы привлекли инвестиции и открыли вместе фотостудию на Садовом кольце. Параллельно я арендовала парикмахерское кресло в салоне и принимала клиентов на дорогие процедуры для волос, окрашивания и стрижки. Теперь у нас обоих совершенно не осталось никакого желания продолжать учиться. Мы перестали посещать пары и в конечном счете скоро отчислились вдвоем. Меня, как и его, больше не волновали неоправданные ожидания родителей. Мы стали командой и хотели одного: жить так, как нам хочется. Наши отношения стали для нас обоим спасательной лодкой, чтобы вырваться из системы и начать исследовать себя и жизнь.

Почти сразу же после открытия фотостудии пришла первая волна коронавируса, мы потеряли бизнес и остались с кредитными долгами. Так начался длительный кризисный этап. Мы долго слонялись по разным городам, пытаясь обрести почву под ногами. Мы изредка вспоминали о нашей Бали-мечте, но быстро забывали, погружались в рутину и про-

блемы. Мы пробовали запускать разные небольшие проекты: какие-то принесли небольшие деньги, другие – убытки. Все шло тяжело. Мы тревожно и загнанно плыли против течения – в противоположном направлении от нашей мечты.

Мы поработали пол года в найме на Урале. Так мы пытались рассчитаться с долгами. Это был один из самых жутких периодов в моей жизни. Тогда я снова погрузилась на дно – в иллюзию безысходности и отсутствия возможностей. На этот раз я устроила себе добровольное заключение в очередную версию тюрьмы из-за собственных внутренних ограничений, страха за выживание и отсутствия веры в себя. Я снова довела себя почти что до депрессии и начала утрачивать смысл жизни. Благо жизнь помогла мне закончить это: нас уволили. Я так обрадовалась! Я просто ликовала от восторга! В тот момент я осознала, что больше НИКОГДА не буду работать только ради денег, занимаясь тем, что мне НЕ ПРАВИТСЯ. Это был конец кризиса. Мы погасили кредитные долги, упала гора с плеч. И моё финальное решение – новый уровень честности с собой, внутренней свободы и любви к себе.

После Уральской каторги мы ненадолго вернулись домой к моим родителям, чтобы выдохнуть и определить дальнейший план действий. Тогда моя мама рассказывала мне о том, как она мечтает открыть свою студию рисования.

В те времена для меня было совершенно естественно подхватить чужую идею, включиться и помочь её воплотить. Так что за пару месяцев мы с мамой открыли её первый художе-

ственный кабинет и она начала преподавать. Я быстро упаковала проект, настроила все основные бизнес-процессы (после многочисленных запущенных проектов в парнем мне это давалось естественно и легко). Спустя пару месяцев мы уже делали ремонт в просторном новом зале – проект полетел. Я передала его маме в полное управление. (Теперь, спустя несколько лет, это один из самых узнаваемых проектов в городе). Я чувствовала себя кайфово. Быть сопричастной к реализации чьей-то искренней мечты. Хотя и не моей – но все же красиво и вкусно.

Захотелось движения, чего-то, что приблизило бы меня к себе, к своей собственной реализации. Мы с парнем собрались с силами и решили переехать в Москву.

Последнее лето перед отъездом из России мы с кайфом провели в столице. Тогда мы еще не знали, что скоро жизнь вынудит отправляться путешествовать, мы отодвинули эту мечту в дальний ящик. Мы заехали в милую комнатку на садовом кольце, арендовали на все лето электро-самокаты. Мы сняли под работу и творчество маленькую комнатку в центре Москвы, в подвале музыкального Репетитория, который стал нашим вторым домом. Здесь мы проводили сутки напролет в окружении музыкантов и разных творческих людей: играли музыку, катались на досках по центру Москвы, пили чай, болтали, слушали джаз на концертах и закрытых джемах... Я устроилась в стартап на легкую творческую работу по контенту. Денег нам хоть и впритык, но хватало, чтобы закры-

вать все базовые расходы.

Это было непродолжительное время, когда мне наконец удалось выбраться из своей многолетней хронической тревожности, навязчивых сомнений в себе и страхов о будущем, отпустить контроль и просто расслабиться, насладиться простыми радостями жизни. Это было очень радостное и беззаботное лето! Снова ощущение потока, свободы, драйв и джазовые саундтреки на фоне.

Но к концу осени мне постепенно начало становиться невыносимо скучно от работы. И хотя она была легкой и творческой, но выполняя изо дня в день одни и те же задачи и обязанности, которые не имеют ко мне и моему собственному вдохновению никакого отношения, в какой-то момент я резко оказалась поставленной в ступор собственным вопросом к себе: что и зачем я тут делаю? Мне показалось странным, что я снова использую свое художественное мастерство и чувство прекрасного не для реализации собственных идей, а для воплощения контент-плана в чужом проекте. И я уволилась, ведь я обещала себе больше никогда не работать без кайфа. И снова начала подступать тревожность, потерянности, непонимание куда дальше, дефицит денег...

Отношения, спустя насыщенных событиями совместных 3 года, начали давать первые серьезные трещины, но я, как могла, пыталась во всем разобраться и исправить ситуацию. Тогда я была убеждена, что уж с ним-то мы вместе на веки вечные. Мы ведь вместе проделали такой огромный и кра-

сивый путь, столько пережили, путешествовали, созидали и творили вместе...

Я начала погружаться в свой очередной кризис. Меня рывало между желанием продолжать жить кайфово и легко, и проблемами в отношениях, которые надо было срочно чинить. Чинить не получалось, я изменила. Сейчас я вижу, что это был крик моей души. Она молила меня выбрать счастье и легкость, а я заставляла себя делать то, что мне казалось правильным. Получалось катастрофически плохо.

Я начала самоуничтожаться чувством вины. Тогда измена для меня была чем-то очень неправильным и этот мой поступок сбил меня с толку, ведь я не хотела разрушать отношения. Огромный внутренний конфликт прорастал во мне и изводил меня до паники и бессилия. Я хотела быть честной с собой и доверять импульсам сердца. Но сердце заставляло делать меня неправильные вещи! Я пыталась заставить себя почувствовать любовь к своему партнеру, а чувствовала любовь к другому человеку. Позорными и странными мне казались мои чувства, как и вся эта ситуация.

Наш контекст длительных и очень «серьезных» отношений, диктовал правила, как должно себя вести. Что можно и что нельзя. Отношения начали казаться то ли тюрьмой, то ли обузой. Бессилие, раздражение, безысходность.

Глубокой осенью мы уехали из Москвы – снова к моим родителям. Парень усердно пытался игнорировать наш кризис и бежал от себя и наших проблем, погружаясь в свой новый

бизнес-проект. Дистанция и напряжение между нами продолжали нарастать, я начала чувствовать, как наш корабль медленно идет ко дну. Мы пытались разговаривать, но это было так неискренне, и ничего не помогало прийти к взаимопониманию и той близости, которая могла бы все исправить. Любые попытки быть честными делали только хуже и больнее. Я впервые в жизни пошла на сессии к помогающим специалистам.

Тогда мне было невыносимо осознавать, что мы можем расстаться. В тот момент вся счастливая картинка жизни в моей голове опиралась на наши отношения. Наши путешествия, наш путь, творчество и совместные проекты... все это, как мне казалось, было невозможным без него (значительно позже я поняла, что все это – моя суть и природа, и все это – естественное продолжение меня).

В то же время жизнь поставила передо мной непростые творческие задачи, которые казались мне на тот момент просто неразрешимыми проблемами. Если мне больше не хочется работать над чужими проектами, значит мне зарабатывать чем-то своим, тем, что вдохновляет меня. Но чем, и как? Не было ответов.

Я решила сбежать от всего: сделала себе маленькую мастерскую в подсобке маминой студии рисования. И нырнула с головой в творческое отшельничество, чтобы спастись от навязчивых мыслей и вопросов, на которые не было ответов. После такого невероятно красочного и счастливого лета на-

ступил жутко унылый, эмоционально тяжелый осенне-зимний эпизод. Мне хотелось лезть на стену от одиночества, тоски и безысходности. Я плакала, я была абсолютно растеряна: что делать дальше со всей моей жизнью...?

Если бы не творчество, я бы наверное не справилась. Я днями напролет сидела одна в своей маленькой комнатке, слушала музыку и психологические подкасты, писала картины, создавала рукотворные арт-объекты.

Я позволила себе ничего не решать. Сдаться, отпустить, просто быть. Просто делать то, что приносит мне удовольствие, отвлекает от мыслей. Даже если это не приносит никакого дохода, даже если у этого нет цели и плана.

Конфликт. Отношения пережили стадию острого эмоционального возгорания, когда мы впервые бескомпромиссно честно высказали друг другу жгучую правду, выплеснули всю боль и злость, все что накопилось внутри за 3 года вместе. Жестко, не страшась обидеть друг друга. Мы были в отчаянии, мы скинули маски, обнажили самые нелюбимые частички наших душ, разрушили между нами всю фальшь, притворство. И через эту искренность светлые чувства между нами начали плавно возрождаться из пепла. Мы приняли решение дать отношениям шанс и время. Мы начали заниматься совместным исследованием и творчеством в сфере 3D, и этот процесс снова сблизил нас.

Но внутри меня было все еще слишком много вопросов. Кто я? Чего я хочу? Что делать, как зарабатывать, не теряя

удовольствия и интереса к своему делу? Пустота, никаких ответов не появлялось.

Тогда одна целительница сказала мне: «Доверяй себе, слушай себя». Мне хотелось кричать: «Что это значит!?!». Это было чем-то за гранью понятного и возможного. Столько мыслей и тревожности на тему своей жизни и своего пути... раньше я очень часто в жизни чувствовала себя не в своей тарелке. Среди людей, которые типа «все понимают, что тут вообще надо делать». Все такие идут куда-то, ставят цели, работают, живут и вроде бы довольны этим. Одна я в постоянных душевных терзаниях, все не то, не так, постоянно все надоедает, вечно куда-то меня тянет... и к тому же редко все клеится, и постоянно ничего не понятно.

Я решила поискать интересную для себя работу во фрилансе, но все шло через силу и сопротивление, через кучу сомнений. Я ощущала, как будто я пытаюсь нащупать что-то в крошечной тьме и пустоте. Никаких возможностей и вариантов в пространстве жизни не было. Тотальная дезориентация и потерянности. Я пробовала. Не получалось. От безысходности и тщетности попыток я продолжала просто отвлекаться на бесцельное творчество.

Позже я поняла, что жизнь не давала мне никаких возможностей, дабы у меня не возникло привязанностей и якорей в России.

Уже тогда я следила за несколькими людьми, которые переехали жить на Бали и с бешеной скоростью росли на гла-

зах, как творцы. Я начала вспоминать о нашей мечте.

Еще спустя пару месяцев началась война и буквально за неделю мы собрали чемоданы и сорвались на Шри-Ланку (билеты на Бали тогда резко выросли в цене, а денег не было совсем). Без удаленной работы, любых привязанностей, опор, финансовых накоплений, без плана и какого-либо понимания, что мы будем делать дальше. Кроме одежды, я взяла с собой парикмахерские инструменты, набор средств для профессиональных уходовых процедур для волос, акриловые краски и кисти, и ноутбук. По моим ощущениям эти вещи могли мне помочь как-то зарабатывать на острове.

Пол года на Шри-Ланке

Я прилетела одна, на пару недель раньше и остановилась на вилле у наших друзей. Был сделан огромный рывок в тотальную неизвестность, вся моя жизнь осталась позади. Я начала отпускать накопленный стресс, очень много плакала, принимала изменения. Почти весь последний год был наполнен фоновой тревогой и стрессом. Я даже не замечала, как сильно это измотало меня. Слезы освобождали меня.

Мы провели пол года на Шри-Ланке. Сначала мы жили у друзей на вилле, потихоньку зарабатывали на минимальные базовые траты и восстанавливались после сурового зимнего периода в России.

Последний месяц, когда друзья уехали, нам пришлось съе-

хоть с их виллы. Денег на жилье у нас все еще не было, и единственным доступным вариантом было принять помощь местного знакомого, который добродушно пригласил нас пожить к себе в дом с его большой семьей.

Так мы перебрались в бедную шри-ланкийскую избушку: нам выделили комнату, в которой была всего одна старенькая кровать, пропахшая сыростью и плесенью. Кроме нас в этом маленьком доме жили 5 взрослых человек, включая 90-летнюю бабулю, и еще двое братьев ежедневно приходили поесть.

Все хозяйство держалось на двух сестрах лет 35-40, которые вставали на рассвете, готовили еду на всю семью, потом уезжали на заработки в рисовые поля, по возвращению снова готовили и кормили всю семью, стирали вручную вещи, убирали дом... В это время мужчины смотрели телевизор, читали, отдыхали... вообще, бездельничали. Я удивлялась, как и почему две эти маленькие женщины тащат на себе всю семью. Я так и не поняла.

По началу меня забавляло это приключение: мы весело проводили время, готовили вместе то Ланкийскую, то Русскую еду, я наблюдала, как они живут...

Тогда на Шри начались экономические и политические проблемы, восстания, разбой и раздрай. На всем острове почти что закончился бензин и иностранцы на лошадиных повозках были вынуждены добираться в аэропорт... Какой-то сюр. Ситуация на острове стремительно ухудшалась и к кон-

цу месяца в нашем «новом доме» я начала чувствовать море раздражения и злости. Каждое утро я просыпалась в этой странной скудной и убогой обстановке и спрашивала себя: что я тут делаю? Денег постоянно не было, порой даже на еду. Я сходила с ума от раздражения, меня всё выводило из себя. Я начала планировать побег: почти что собралась лететь в какой-нибудь ашрам в Индию...

Но друзья позвали нас во Вьетнам, купили нам билеты, и предложили оплатить месяц жилья, так что мы отправились в свой следующий пункт назначения.

Опять новая страна, новое начало, еще одна жизнь с нуля.

Пол года во Вьетнаме

Радость от новизны, красоты и комфорта. Стартовые условия, с которых мы начали наш полу-годовой эпизод во Вьетнаме задали планку по уровню жизни: после заплесневелой комнатки в старой избушке мы попали в светлые и чистые апартаменты с ванной, кондиционером, кухней, стиральной машинкой... Я выдохнула...

Я так устала от этих безденежных странствий, и так радовалась, что удалось сделать этот стремительный шаг вперед. Я устала соглашаться на что попало, мириться с проблемами, неудобствами и полагаться на партнера и вообще на кого-либо еще. Я наконец созрела взять свою жизнь в свои руки и самостоятельно обеспечить себе то, чего я хочу: ком-

фортную и стабильную жизнь в достойных условиях. Я не ожидала, насколько это будет легко и быстро.

Сначала я устроилась работать преподавателем английского для детишек (иронично, что меня вообще подпустили к детям, ведь мой уровень английского едва тянул на intermediate). Спустя пару месяцев мне снова надоело в найме, я уволилась и запустила сразу несколько своих проектов: я делала стрижки и окрашивания, проводила классы рисования для детей и взрослых, готовила и продавала творог и сырники. Очень быстро я начала прилично зарабатывать, и мне хватало на все что нужно, и даже больше: чтобы оплачивать половину наших бытовых расходов на жилье, еду и байк, позволять себе регулярно кушать в кафе, ходить на массажи, обновить гардероб... На подъеме я даже создала свой подкаст и Ютуб-канал. Это был первый в моей жизни этап, когда я сама создала все таким, как мне захотелось: деньги, комфорт, лайфстайл.

Уже тогда я начала осознавать, что хочу работать меньше, а зарабатывать больше. Поставила себе это, как задачу, начала искать этому решения.

И вроде бы наконец-то все шло по-человечески и вся моя жизнь стабилизировалась. Я впервые самостоятельно обеспечила себе нормальную жизнь, где можно было ни в чем не ограничивать себя. Отношения были равными, творческие проекты приносили стабильную прибыль, у меня были классные апартаменты с бассейном на крыше и спорт-за-

лом... Утром йога, плавание, вкусный завтрак в кафе, творческие делишки, вечером массаж, ужин в кафе... Но мне снова начало становиться тошно. Забавно, глядя на свою жизнь, хотелось прям сказать: это что, шутка?! Я смогу когда-нибудь наконец расслабиться и просто пожить в свое удовольствие?! Неужели моя жизнь – это бесконечный хордов кризисов, догоняющих друг друга?!

Сейчас для меня очевидно, что так жизнь толкала меня вперед и заставляла расти со стремительной скоростью. В те времена я вечно недооценивала свой масштаб. У каждого он свой, и у меня, как оказалось, мировой. Я никогда не стремилась к огромной славе, богатству и успеху. В конце концов понимание своего уровня появилось у меня совсем недавно, и совершенно естественным путем раскрылось через духовность. Но раньше мною двигали маленькие желания, маленькие цели, и поэтому жизнь не давала мне застрять на этом уровне, и погрузиться в кому комфорта. Она больно била меня, посылала кризис за кризисом, и заставляла идти в новое. Я упиралась, мне хотелось стабильности и комфорта, чтобы наконец стало спокойно, чтобы можно было выдохнуть и остановить тревожность. Конечно, теперь я осознаю, что стабильность, которой мне тогда хотелось – иллюзорна. Наша душа жаждет постоянного расширения и новизны. Проблема была не в отсутствии стабильности, а в отсутствии доверия и осознанного движения вперед.

Мерзкое чувство начало плавно подкрадываться ко мне.

Я искала интересных многогранных творческих личностей, но все люди вокруг оказывались скучнейшими работяжками из найма. Без смелых мечт, без желания расти, пробовать в своей жизни что-то новое и интересное, реализовывать свой творческий потенциал. Это были те же люди, как серые массы в России, с которыми я всю жизнь не могла найти общих интересов и тем для разговора. Контекст проживания в другой стране не менял сути: те же персонажи. Я жадно искала среди людей хоть одного человека, кто вызвал бы у меня интерес и восхищение...но все не то. Снова та же злость и раздражение на всё и всех, на себя и на жизнь: люди как люди, жизнь как жизнь, а меня разрывает изнутри.

Мой парень никак не мог определиться, чем ему хочется заниматься и почти перестал зарабатывать. Последние пару месяцев во Вьетнаме на меня почти полностью легла материальная ответственность за нас обоих. Эта тяжесть выключила во мне ощущение кайфующей, легкой девченки, и включила напряжение, гиперответственность, роль "понимающей соратницы" в отношениях.

Я начала чувствовать море возмущения о его мужской безответственности, но в то же время чувствовала стыд и неловкость за эти мысли. Что же я такая жадная и меркантильная, получается? Снова обострение внутреннего конфликта. Хочется быть хорошей и правильной. А душа кричит: хватит соглашаться на то, чего ты не хочешь! Хватит тащить все на себе! Еще больше напряжения и раздражения.

Мне конкретно все осточертело.

Я стала разбираться, чего я так злюсь, и чего мне не хватает. Я решила сделать карту желаний и прояснить, чего я хочу. Спустя пол года жизни во Вьетнаме, я осознала что до Бали, моей заветной мечты, рукой подать. Я загадала желание – ко дню рождения знать дату своего авиа-рейса на остров. Все сбылось еще легче и скорее, чем я могла представить: спустя пару недель я уже отмечала свой день рождения на Бали.

Так я отказалась от материального комфорта и стабильной жизни во Вьетнаме во имя своего сердца, которое затащило меня на Бали. Моя дикая и неумная душа, жаждущая расширения, эволюции, новизны и исследований, через кучу кризисов допинала меня до моей же мечты. Иронично, не правда ли? Казалось бы, беги скорее туда, куда хочется, никто же не держит! Но нет) через силу, через сопротивление, через выдуманные обходные пути... я дошла туда, где я все это время всем сердцем желала оказаться.

И вот, спустя 3 года после появления мечты о Бали я наконец оказалась в этой точке, которая была финальным и самым значимым пунктом в моем списке желаний на жизнь. Что дальше – как обычно было неизвестно ни мне, ни кому-либо еще. Более того, я не имела ни малейшего понимания, почему так сильно меня тянуло на этот остров.

И снова все сначала: новая страна и новая жизнь, история с чистого листа. На этот раз – про магию, встречу с собой, перерождение, внутренние метаморфозы, духовность, при-

ключения...

Добро пожаловать в мой Бали трип.

Часть II

Глава 4. Пробуждение

Как оказалось, моя душа вела меня на Бали по огромному множеству причин. Здесь будто бы еще до моего приезда все пространство готовилось к моему появлению: приехали все мои будущие учителя, друзья, родные души и все самые важные участники моего пути самопознания, с которыми меня сразу же начала сводить жизнь.

Я люблю сравнивать Бали со слоеным пирогом, где на малюсенькой территории существуют все одновременно: тусовщики, черные маги, мафиози, астральные путешественники, крупнейшие бизнесмены, духовные учителя, сёрферы, коучи, IT-шники, шаманы, стартаперы, мировые звёзды, специалисты любых существующих и несуществующих профессий... Элитные клубы, джунгли, поселения будущего, горы, море, леса, кафе с любой кухней мира! Мега-изобилие! Иногда даже слишком. Так много всего, что остров будто трещит по швам.

Для меня Бали стал волшебным островом. Он открыл мне портал в чудесное, неизведанное, магическое. Показал самые потаенные уголки моей души, прокатил по американским горкам состояний, познакомил с собой, открыл мне

мои целительские дары, ясновидение, и другие сверх-способности... Он научил меня такому глубокому доверию жизни, какое вообще-то даже представить трудно.

Эта глава станет началом самой интересной, насыщенной и глубокой части этой книги. Потому что отсюда начинается моё невероятное, совершенно необъяснимое уму духовное путешествие, которое поделило мою жизнь на «до» и «после». Именно здесь мне стало ясно, от чего так скучно и тошно жилось мне до этого. Именно здесь я наконец вспомнила себя настоящую. Здесь распахнулось настежь моё сердце, и я прожила безусловную божественную любовь. Я ощутила слияние с потоком, отпустила контроль и сдалась Богу. Я поняла, что к чему в этой жизни, но прежде я во всем окончательно разубедилась, растерялась и разочаровалась. Ярко, дико, на грани безумства. Но очень красиво и смело. Я нырнула с головой в это приключение. И теперь, осмыслив, готова рассказать о нем и тебе.

Активация

Мы прилетели на остров на мои накопленные деньги. Оказалось, для жизни на Бали это была очень маленькая сумма. Нам хватило оплатить пару недель жилья. Нужно было платить за жилье, еду, откладывать деньги на оплату визы... Я начала яростно искать клиентов на окрашивания и стрижки. Спустя 2 недели на острове, мне написала целительница

и предложила сделать бартер: она мне сессию, я ей – волосы. У неё в статусе было написано «меняю жизни». Мне стало безумно интересно! Я согласилась на обмен, хотя деньги были тогда очень нужны.

Пока я красила её волосы, она тоннами прогружала через себя энергетические потоки для меня и попутно рассказывала мне обо всем самом важном, что касается меня, моего пути и вообще моей жизни. Я впитывала каждое слово, я чувствовала легкий транс, информация входила глубже, чем простые слова и ощущалась очень настоящей и расширяющей.

Она рассказывала о том, что в самое ближайшее время со мной случится «духовное пробуждение» и объясняла, что это и как с этим быть. О раскрытии женской природы, доверия потоку и своему сердцу, про освобождение моей истинной сути от всего лишнего, надуманного, искаженного... Она дала мне ясные инструкции на ближайший период. И активировала меня.

Тогда мой ум ничего не понимал мне были не знакомы духовно-эзотерические термины, и я еще не чувствовала никакие потоки, но вся эта информация была естественной и интуитивно понятной, будто бы я вспоминала давно забытое через её слова, и все это впечаталось куда-то глубоко внутрь меня.

На следующий день я пережила необъяснимый эмоциональный катарсис – первую в жизни молниеносную транс-

формацию. Я плакала навзрыд, просила у себя прощения за нелюбовь к себе и прощала, я танцевала, смотрела на себя в зеркало и видела неземную красоту, я прикасалась к себе, чувствовала наслаждение до мурашек...

У меня распахнулось сердце и поднялось колоссальное количество энергии. Я будто впервые ощутила целостность с самой собой. Я ясно увидела свой самообман: что мои 4-летние отношения изжили себя и стали ограничением для нас обоих, и что я не хочу это продолжать. У меня появилось невероятное глубокое доверие тому что происходит, и самой себе, ясность, и предчувствие прекрасного.

Я отважилась в тот же вечер на разговор с парнем, было очень страшно проявлять искренность, и в то же время невозможно было поступить иначе. На моё удивление, разговор оказался простым, а чувства оказались взаимными. Так мы приняли самое адекватное решение о расставании, что случалось в моей жизни. Взаимное, честное, с благодарностью и любовью друг к другу.

Никто из нашего окружения не понял этого решения, а некоторые мои родные до сих пор задают вопросы. Что произошло? Почему расстались? Какая причина? Оказывается, для многих совершенно невыносимо – как можно расстаться на ровном месте, если не было весомых проблем. Как можно любить, но отпустить? Что за бред?

Тогда и мой ум говорил мне то же самое. Но голос сердца стал таким громким, что невозможно было больше его игно-

рировать. Когда мы расставались, моё сердце все еще любило, и, вероятно, любит до сих пор. Но эта любовь не имеет ничего общего с той болезненной привязанностью и созависимостью, которую обычно люди называют «отношениями».

Это было самое красивое расставание в моей жизни. После 4 лет невероятно красочного насыщенного совместными приключениями пути. И каким тернистым он бы ни был, это была сильная история.

Последняя неделя вместе. Искренние слезы и чувственное прощание. Мы обнимались, плакали, занимались любовью, смеялись и снова плакали, вспоминали наш путь, написали вместе картины о нем. Море нежности, благодарности, радости и печали. Так закончилась наша история. Мы разъехались. И я заехала в свой новый дом, впервые в жизни оказалась одна в своем собственном пространстве.

И началась моя новая глава, непохожая ни на что, что было в моей жизни прежде. Про внутреннюю свободу, духовные приключения, целительство, доверие потоку, исследование жизни заново, познание крайностей, аскетизм и роскошь, любовь и принятие, тантру, странствия и скитания, глубокое самопознание и практику, эзотерику, расширение сознания, новых волшебных людей и встречу родных душ, о раскрытии себя настоящей. О том, как сбылось пророчество целительницы: как все мои понимания о себе и о жизни развалились, и о том, как мне это понравилось.

Вайб Бали

Кто бы что ни говорил, но этот остров – это действительно волшебное магическое место силы. Каждый находит здесь что-то свое, одни истории развиваются молниеносно, другие сюжеты завершаются не начавшись, и вообще все упорядочивается какой-то неведомой силой. Как я уже писала, это маленький слоеный пирог, каждый слой – это совершенно особенная вселенная. На одном слое бизнесмены обсуждают масштабные мировые проекты, на другом – Убудские босонogie кришнаиты поют Киртаны, на третьем – безбашенные авантюристы прячутся от местных бандитов, кто-то тусует-ся и организует самые дикие вечеринки, кто-то проводит ретриты, кто-то отшельничает вдали от людей... и все это происходит на микро территории острова, которую можно проехать от края до края за пол дня.

Моя жизнь здесь была похожа на многожанровое кино. Врядли дело только в месте, наверное я и сама по себе такая, но Бали добавил моему «кино» особый шарм.

Врядли я смогу описать все то, что я прожила здесь, не хватит и целой книги для этого. Но я расскажу самые дикие и невероятные истории, которые в корне изменили меня и мою жизнь. Я поделюсь заметками, которые я писала на разных этапах моего Бали-пути. Глубокими осознаниями. Моими собственными теориями о том, что вообще происходит

в этом мире, и как с этим быть.

Отпускание привязанностей

Открытое сердце – это ключ ко всему мирозданию. Это портал в нашу истинную природу, которая лежит за пределами ума. Там кристальная ясность, бесконечная мудрость и всезнание, самоотверженное доверие потоку жизни, экстаичное наслаждение, безусловная любовь, единство с миром... В пространстве сердца нет назойливого ума с его бесконечными внутренними диалогами и рассуждениями обо всем и всех. Это пространство, в котором нет ни одного вопроса, потому что все предельно ясно. Пространство сердца, в котором соединяешься с бесконечностью. Эйфория, беспричинная радость, доверие и любовь.

Когда моё сердце впервые в жизни распахнулось настежь, мне стало резко невозможно врать себе. Я больше не могла заставлять себя что-либо делать, чего я не хочу, соглашаться на то чего не хочу. Можете представить себе, как резко, одномоментно, вы больше не можете действовать по старому, а по-новому вы совершенно не понимаете, как? Неизвестность и неконтролируемый хаос. Весь привычный уклад рушится, а ты наблюдаешь и не можешь ничего с этим сделать. Более того – ты не хочешь ничего с этим делать. Ты позволяешь всему привычному разрушаться, потому что оно больше не нравится тебе. Мозг кричит: остановись! Сердце говорит:

наслаждайся, чувствуй, исследуй.

Я перестала работать. Я просто не могла заставить себя! Каждая попытка делать прежнее вызывала раздражение, сильное ощущение предательства себя. Одно за другим я отпускала все те виды деятельности, которые приносили мне доход. Новых идей, как стабильно зарабатывать, не возникало. Это постепенно вгоняло меня в тревогу, и в конце концов приводило к срывам и истерикам, которые освобождали меня, и становилось всё легче и все спокойнее от этой неуправляемой неизвестности.

Я училась жить по-новому. Не контролировать, а беспрекословно доверять вселенной. Первое, что стало мне ясно – раз уж я не могу остановить этот процесс и вернуть все как было, значит мне нужно развивать новые жизненно необходимые навыки, чтобы не свихнуться. Я начала медитировать, молиться, заниматься своим состоянием, чтобы легче было переживать все это и не впадать в тревожность.

Вы спросите меня – на что я жила, если не работала? Я не смогу дать вам внятный ответ. Деньги, еда, подарки просто приходили от мира, а еще я училась довольствоваться тем, что есть. Это было новым для меня, раньше мне всегда и всего было недостаточно. Теперь же я формировала в себе стойкое убеждение: у меня всегда всего достаточно.

Так один из самых важных навыков, который я освоила – успокаивать и отключать ум. Оказалось, за пределами ума открывается целая вселенная, ясность, мудрость всезнания,

глубочайшие инсайты приходят именно оттуда. Мне начали тоннами вгружаться знания о том, как реально устроен мир, какие законы тут работают, понимание причинно-следственных связей, природы внимания, энергии, сознания... вообще невероятное расширение сознания.

Я осознала, что моё внимание – это русло для энергии и начала учиться им управлять: питать вдохновляющее, а не пугающее.

Прошло уже больше 2 лет с момента моей энергетической активации, и процесс все еще продолжается. Однажды на Бали я была на даршане у гуру Парамахасы Вишвананды. Тогда он сказал: «Путь к Богу – это очень короткий отрезок длиною всего в 40 сантиметров: из ума в сердце. Но этот путь такой непростой и такой долгий, что может занять не одну жизнь». Это правда. Сурово, но честно. Это тяжелый путь, он требует непомерного мужества, внутренней силы, стойкости.

Мои первые полтора года на Бали были очень непростыми. Меня постоянно накрывало болью прошлого, всплывали детские травмы, я училась проживать «запретные» чувства, принимать себя, любить любой. Кроме этого – внезапные вспышки жара, ломки тела, энергетические тряски по-ночам, истерики... Чистки, трансформации, непрерывная внутренняя работа.

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.