



# ОСНОВНОЙ ИНСТИТУТ ЖЕНЩИНЫ-ТРЕЙДЕРА



Инна Роспутняя

**Основной инстинкт  
женщины-трейдера**

«Издательские решения»

## **Роспутняя И.**

Основной инстинкт женщины-трейдера / И. Роспутняя —  
«Издательские решения»,

Книга призвана совершить революцию в твоём мировоззрении  
и эволюцию твоей личности. Она откроет тебе все тайны  
достижения финансового спокойствия и свободы.

# Содержание

Вступление	7
1. Человек и природа	8
2. Понятие основного инстинкта	12
3. Эволюция человеческого мышления	15
4. Самореализация и противостояние негативным эволюционным процессам	21
Конец ознакомительного фрагмента.	25

# Основной инстинкт женщины-трейдера Инна Роспутняя

© Инна Роспутняя, 2016

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



*«...Милые женщины, я написала эту книгу специально для вас! Пусть чтение этой книги принесет вам удачу, уверенность в себе и отличное настроение!...»*

## Вступление

«Вот однажды за окном. Было дело вечером...»

Услышала я громкий пронзительный крик своей души и, подняв шариковую ручку, словно факел свободы, решила написать революционную книгу о трейдинге<sup>1</sup> и призвать «женское сообщество» к ожесточенной борьбе за финансовую независимость, самореализацию, «целеустремленное сегодня» и «обеспеченное завтра».

Глядя на слабый пол сильных стран, на успехи обычных домохозяек на финансовой ниве, так и хочется с головой окунуться в море трейдинга. И если уж ты решилась на это, стоит перед прыжком научиться нырять или хотя бы плавать, дабы не утонуть на пути к «Земле Обетованной»<sup>2</sup>. Чтоб тебе не пришлось «барахтаться», даже не отплыв от берега (как мне в свое время), я подготовила ну очень детальную и очень простую инструкцию, тебе осталось только запустить в работу серое вещество твоего мозга и действовать!

Поверь мне, все, кто считает, что трейдинг – это мужской удел, либо лукавят, либо недостаточно проинформированы. Если бы в трейдинге произошла «битва полов», то, я тебя уверяю, победу одержали бы женщины, которые сейчас читают мою книгу. А все потому, что нет у женщин этого самого пресловутого мужского ЭГО, но об этом попозже.

Кстати, я не феминистка, как некоторые уже успели подумать. Так уж генетика распорядилась, что на женских плечах, а точнее, на шее находится та самая голова, способная лучше управлять рисками, а соответственно, инвестировать и спекулировать. Помимо этого, трейдинг в списке твоих любимых занятий уж точно выведет тебя в число «уникальных», «необычных», «не таких, как все» и привлечет внимание как раз достойных особей противоположного пола. Остальные не выдержат напора, разбегутся из-за комплекса неполноценности. Женщина-трейдер всегда энигма<sup>3</sup> для мужчин. И боже упаси, не вздумай делать ставку на свою красоту и молодость и прозябать в поисках обеспеченного спутника жизни. Заработавший состояние мужчина инвестировать в тебя не будет. Максимум на что можешь рассчитывать – это временная аренда, если повезет – с компенсацией за амортизационный износ. Да и в принципе количество денег и моральный облик далеко не всегда сочетаются в одном лице со знаком "+». Поэтому как ни крути, а путь «голд-диггера»<sup>4</sup> тебе ничего хорошего точно не принесет, это дорога в никуда. Сильные мужчины инстинктивно ищут себе подобных женщин, к остальным интерес временный.

Так что, как говорила *Коко Шанель*<sup>5</sup>,

*«хочешь иметь то, что никогда не имела, – начни делать то, что никогда не делала».*

---

<sup>1</sup> Трейдер или торговец – это участник финансового рынка, который совершает операции купли-продажи с единственной целью – привлечения прибыли.

<sup>2</sup> Земля Израильская, также Земля Обетованная, Святая Земля – исторический термин и понятие в иудаизме и христианстве, относящееся к региону, сегодня наиболее тесно связанному с Государством Израиль, на протяжении всей истории, начиная от библейских времен до наших дней.

<sup>3</sup> Энигма – загадка.

<sup>4</sup> От англ – золотоискатель.

<sup>5</sup> Коко Шанель-19 августа 1883, Соmjор – 10 января 1971, Париж) – французский модельер, основавшая модный дом *Chanel* и оказавшая существенное влияние на европейскую моду XX века.

## 1. Человек и природа

Неразлучны, как Штепсель и Тарапунька<sup>6</sup>, бороздят жизненное пространство мужчины и женщины. Иной раз диву даешься, какие подвиги свершают и какие вершины покоряют, устремившись к той самой намеченной цели. И все им что-то нейдет, в пещере не сидится... Что-то зовет вперед по пути тернистому. Вот и получается, что человек – власть исполнительная, а следовательно, должна быть и законодательная где-то.

Дивным тихим вечером, когда на улице лил дождь, а град чуть не выбил окна в доме, я погрузилась в глубокие размышления о природе человека и поиске его законодательной власти.

Ведь, как писал *Антуан де Сент-Экзюпери*:

«пустыня тем и хороша, что где-то в ней есть родники».

Мои попытки постигнуть всю глубину человеческих глубин напомнили мне замечательную притчу:

«В середине 20-х годов молодой еврей пришел к известному нью-йоркскому раввину и заявил, что хочет изучить Талмуд.

– Ты знаешь арамейский? – спросил раввин.

– Нет.

– А иврит?

– Нет.

– А Тору в детстве учил?

– Нет, ребе. Но вы не волнуйтесь. Я окончил философский факультет Беркли и только что защитил диссертацию по логике в философии Сократа. А теперь, чтобы восполнить белые пятна в моих познаниях, я хочу немного поучить Талмуд.

– Ты не готов учить Талмуд, – сказал раввин. – Это глубочайшая книга из всех, написанных людьми. Но раз ты настаиваешь, я устрою тебе тест на логику: справишься – буду с тобой заниматься.

Молодой человек согласился, и раввин продолжил.

– Два человека спускаются по дымоходу. Один вылезает с чистым лицом, другой – с грязным. Кто из них пойдет умываться?

У молодого философа глаза на лоб полезли.

– Это тест на логику?!

Раввин кивнул.

– Ну конечно тот, у кого грязное лицо!

– Неправильно. Подумай логически: тот, у кого грязное лицо, посмотрит на того, у кого лицо чистое, и решит, что его лицо тоже чистое. А тот, у кого лицо чистое, посмотрит на того, у кого лицо грязное, решит, что сам тоже испачкался, и пойдет умываться.

– Хитро придумано! – восхитился гость. – А ну-ка, ребе, дайте мне еще один тест!

– Хорошо, юноша. Два человека спускаются по дымоходу. Один вылезает с чистым лицом, другой – с грязным. Кто из них пойдет умываться?

– Но мы уже выяснили – тот, у кого лицо чистое!

---

<sup>6</sup> Тарапунька и Штепсель – популярный в СССР комический дуэт народных артистов УССР, актеров Ефима Березина (Штепсель) и Юрия Тимошенко (Тарапунька).

– Неправильно. Оба пойдут умываться. Подумай логически: тот, у кого чистое лицо, посмотрит на того, у кого лицо грязное, и решит, что его лицо тоже грязное. А тот, у кого лицо грязное, увидит, что второй пошел умываться, поймет, что у него грязное лицо, и тоже пойдет умываться.

– Я об этом не подумал! Поразительно – я допустил логическую ошибку! Ребе, давайте еще один тест!

– Ладно. Два человека спускаются по дымоходу. Один вылезает с чистым лицом, другой – с грязным. Кто из них пойдет умываться?

– Ну оба пойдут умываться.

– Неправильно. Умываться не пойдет ни один из них. Подумай логически: тот, у кого лицо грязное, посмотрит на того, у кого лицо чистое, и не пойдет умываться. А тот, у кого лицо чистое, увидит, что тот, у кого лицо грязное, не идет умываться, поймет, что его лицо чистое, и тоже не пойдет умываться.

Молодой человек пришел в отчаяние.

– Ну поверьте, я смогу учить Талмуд! Спросите что-нибудь другое!

– Ладно. Два человека спускаются по дымоходу...

– О господи! Ни один из них не пойдет умываться!!!

– Неправильно. Теперь ты убедился, что знания логики Сократа недостаточно, чтобы учить Талмуд? Скажи мне, как может быть такое, чтобы два человека спускались по одной и той же трубе, и один из них испачкал лицо, а другой – нет?!»

*(Народная мудрость)*

Мой поиск светлой истины увенчался находкой двух взаимодополняющих основ, как инь и ян<sup>7</sup>: подсознание и сознание. Первое не что иное, как хранилище и генератор всех идей и желаний по совместительству. Следовательно, оно же и законодательная власть. Однако, не имея сознания, мы бы ничем не отличались от животных. Пытаться выяснить, что из них важнее, сродни поиску главного в семье – они должны дополнять друг друга, иначе возникнет дисбаланс, а он, в свою очередь, ведет к разрушению.

Как бы там ни было, а первобытного человека что-то да заставило из пещеры выбраться, огонь первобытный добыть, и сформировать этот законодательный акт человеческое подсознание вынудил инстинкт самосохранения, ставший мощным двигателем мотивации. Вот так наши далекие предки и жили: голод мотивировал обрабатывать землю, заниматься скотоводством; нападения диких животных вынудили создавать жилье. Словом, вся мотивация была основана на удовлетворении базовых потребностей человека.

Другое дело – наше мятежное время, когда доминантой, побуждающей человека современного к действию и способной заставить его выйти за рамки привычного образа жизни, а именно встать с дивана и выключить телевизор, является не что иное, как улыбка Бенджамина Франклина<sup>8</sup>. Хотя начало сие зерно прорасти гораздо раньше – эдак в эпоху Возрождения<sup>9</sup>, когда всю зацвели новые жизненные ценности и мотивы поведения. Тяжело объяснить, почему в результате свободного выбора мотив обогащения стал доминирующим. Скорее всего, богатство стало символом и доказательством успеха. Да и помимо этого публика стала более требовательна, и все прелести феодальной аристократии, как то происхож-

---

<sup>7</sup> Инь и ян одна из основных концепций древнекитайской натурфилософии.

<sup>8</sup> Бенджамин Франклин 17 января 1706 года, Бостон, Провинция Массачусетс-Бэй — 17 апреля 1790 года, Филадельфия, США) – американский политический деятель, дипломат, полимат, изобретатель, писатель, журналист, издатель, масон.

<sup>9</sup> Возрождение, или Ренессанс – имеющая мировое значение эпоха в истории культуры Европы, пришедшая на смену Средним векам и предшествующая Просвещению.

дение и родословная, утратили свой вес в обществе. Все им результаты деятельности человека подавай. А в чем их выразить? Правильно, в богатстве.

Где епископ, там и церковь. Не может и мотив богатства в одиночку процветать, вот и соседится с ним мотив самоутверждения – стремление получить высокий социальный статус, уважение в обществе, подтверждение собственной значимости. Побуждает человека он к активным действиям – без сомнения позитивный малый, чего не скажешь о мотиве власти – двоякий, как «болт с Январского восстания»<sup>10</sup>, но однозначно это мощная движущая сила, выраженная в стремлении занять руководящую позицию, преодолении препятствий и трудностей в этом нелегком деле. Но если он заглушит чувство ответственности и отключит все «благие» мотивы, то это уже не есть хорошо, причем не только для подвластной группы, но и для самого «властелина», поскольку может вылиться в неутешительный диагноз.

Если тебя рвет на куски между стремлением пробраться сквозь тернии к звездам и страхом потерять свою якобы стабильность и если в результате этой схватки побеждает движение вперед, можешь быть уверена, твоя смелость активировала мотив саморазвития – стремления к полной реализации твоих способностей. Зачастую он трудится в паре с мотивом достижения – стремлением достичь высоких результатов в выполнении сложных задач, хотя у каждого свои представления о сложностях.

Не зря *Эйнштейн*<sup>11</sup> говорил:

«Все в мире относительно».

Тем не менее, не «чеши себя надеждой», что мотивация, как манна небесная, упадет на тебя с неба и ты в раз изменишь привычный образ жизни и себя. Хочешь запустить свои внутренние резервы – займись самомотивацией. «Спасение утопающих – дело рук самих утопающих». Даже у самых больших оптимистов периодически «салятся батарейки», все-ленской катастрофы в этом нет, если знаешь, как себе помочь. У меня тоже есть свой рецепт восстановления внутренних сил и мотивации.

Первое, с чего стоит начать, – это тишина, такой себе фундамент для восстановления внутренних резервов. Просто побудь в тишине, одна, выключи телевизор и все, что может издавать звуки, – создай атмосферу полной тишины.

Когда тишина стерла все вредоносные файлы и ты почувствовала умиротворение, самое время создать установку на позитив. Просто помечтай – представь свою жизнь такой, какой ты хочешь ее видеть. Дом, семья, платье – что тебя больше вдохновляет, то и создавай в своем воображении в самых мелких деталях.

Для реализации цели одной мечты недостаточно. Подумай, как каждый день может тебя приблизить к ней. Откажись от всех задач и целей, которые не ведут тебя к твоей мечте. Ты ощутишь легкость, и у тебя начнут появляться крылья, когда ты сбросишь этот ненужный груз. С мешками на плечах Эверест<sup>12</sup> не покорить!

Закончи все начатые дела или откажись от них – это освободит твою энергию, и ты сможешь ее направить на достижение своей цели.

Откажись от поисков радуги в пене мыльных сериалов и лишних прогулок по интернету, не позволяй манипулировать твоим подсознанием и засорять свой мозг – это все

---

<sup>10</sup> Одна одесская бабушка, когда кому-то в чем-то отказывала, любила говорить: – А болт тебе с Январского восстания! \* Это машиностроительный завод такой в Одессе – «Имени Январского восстания».

<sup>11</sup> Альберт Эйнштейн -14 марта 1879, Ульм, Вюртемберг, Германия – 18 апреля 1955, Принстон, Нью-Джерси, США) – физик-теоретик, один из основателей современной теоретической физики, лауреат Нобелевской премии по физике 1921 года, общественный деятель-гуманист.

<sup>12</sup> Джомолунгма. Эверест, Сагарматха ((8848 м) – высочайшая вершина Земли.

Химины куры и Мотрины яйца<sup>13</sup>, превращающие большинство в послушное стадо. Используй время с пользой!

Помни, время – не возобновляемый ресурс. Каждый день должен служить твоему приближению к цели, саморазвитию.

«Самое дорогое у человека – это жизнь. Она дается один раз, и прожить ее надо так, чтобы не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы»  
(Н. Островский<sup>14</sup>, «Как закалялась сталь»).

Ищи вдохновение! Пойди на прогулку, поезжай в лес, сходи в театр, займись шопингом – найди то, что даст тебе всплеск положительных эмоций. Мне лучше всего помогает поход по старинным монастырям, замкам и другим историческим сооружениям и памятникам архитектуры. Ты должна в поте лица потрудиться и найти свое вдохновение.

Самое время «пошалить» в хорошем смысле этого слова, не сиди, как «Дунька на самоваре»<sup>15</sup>. Сделай что-то очень непривычное: разыграй кого-то, прыгни с парашютом, устрой драку подушками с детьми – прояви фантазию. Одна из последних моих ярких «перезагрузок» – это баловство с детьми в снегу. Хотя я ужасно боюсь холода, но мне даже понравилось, как меня обваляли в «небесную пудру», засыпали снежками, при этом еще пыталась обцеловать собаку – и все это счастье на морозе в —20. Скажу честно, я в детстве так не резвилась – полный улет от реальности, но зато эффект какой!

Помоги нуждающемуся! Главное, ничего не перепутай и не начни поощрять чужую лень. Глаза бездомной бабушки, которую ты накормишь или оденешь, или ребенка, который, возможно, впервые в жизни получит подарок к Новому году или шанс на выздоровление, дадут тебе прилив энергии и мотивации и раскроют потенциал, о котором ты и не подозреваешь.

«Следуй за своим вдохновением, и Вселенная откроет тебе двери там, где раньше были стены»  
(Джозеф Кэмпбелл<sup>16</sup>)

---

<sup>13</sup> Бывает, что кто-то начинает рассказывать всякие небылицы, желая обмануть, «напустить туману».

<sup>14</sup> Николай Алексеевич Островский (16 (29) сентября 1904, в селе Вилия, Острожский уезд, Волынская губерния – 22 декабря 1936, Москва) – советский писатель, автор романа «Как закалялась сталь».

<sup>15</sup> Из одесского фольклора.

<sup>16</sup> Джозеф Джон Кэмпбелл -26 марта 1904, Нью-Йорк – 31 октября 1987, Гонолулу) – американский исследователь мифологии, наиболее известный благодаря своим трудам по сравнительной мифологии и религиоведению. Джозеф Кэмпбелл приобрёл большую популярность после ряда телевизионных интервью с журналистом Биллом Мойерсом (Bill Moyers) в 1985 и 1986 году, а также благодаря тому, что именно он со своей книгой «Герой с тысячью лицами», по словам Джорджа Лукаса, явился вдохновителем фильма «Звёздные войны».

## 2. Понятие основного инстинкта

Мотивация, как и все на Земле, имеет свое начало и свои истоки. Вот и опирается человек на три гигантских черепахи – инстинкт самосохранения, секса и власти со всеми вытекающими последствиями. А раз это основа основ человеческих, то изучив их, ты сможешь стимулировать себя на любые достижения.

Уже не первый год великие умы все спорят, какой же из инстинктов все-таки основной. Ну что ж тут спорить? И сексуальный инстинкт и инстинкт власти имеют в своей основе инстинкт самосохранения. Сама посуди, зачем человеку власть? Для большей безопасности. А сексуальный инстинкт? Продолжение и сохранение рода.

Подумать только, какая глубокая мысль о человеке возникла у мыслителя и философа всех времен и народов *Голохвастого* (фильм «*За двумя зайцами*»):

« – Когда человек не такой, как вообще, потому один такой, а другой такой, и ум у него не для танцевания, а для устройства себя, для развязки своего существования, для сведения обхождения, и когда такой человек, ежели он ученый, поднимется умом своим за тучи и там умом своим становится еще выше Лаврской колокольни, и когда он студова глянет вниз, на людей, так они ему покажутся такие махонькие-махонькие, все равно как мыши... Пардон, как крысы... Потому что это же Человек! А тот, который он, это он, он тоже человек, неученый, но... Зачем же?! Это ж ведь очень и очень! Да! Да! Но нет!»

«Тоже человек» пожизненно чем-то занимается (только не тем, чем надо), что-то развивает (как правило, тоже не то, что надо), то память, то слух, а соответственно, сознание его со временем и атрофироваться так может. В результате чего наш бессознательный «тоже человек» становится идеальной игрушкой для манипуляций, так как руководят им исключительно инстинкты, здравый смысл у него «вне зоны доступа». Другое дело «это же Человек» – личность с гармонирующим сознательным и бессознательным.

Думаю, я тебе тайну не открою, если скажу, что при стандартном воспитании инстинкты секса и власти подавляются, в то же время именно они являются мощным зарядом и двигателем человеческих свершений. Что касается инстинкта самосохранения, то его основой основ однозначно является страх. Именно по этой причине он и есть основной. Страх конечно может быть связан и с утратой власти, и с сексуальным инстинктом, но как ни крути, а жизнь для человека – самое главное, без нее не будет ни власти, ни секса. В любом случае страх дает человеку огромную силу, а все страхи своими корнями уходят в недры инстинкта самосохранения, который и заставляет человека действовать, добиваться результатов.

«Люди как реки: вода во всех одинаковая и везде одна и та же, но каждая река бывает то узкая, то быстрая, то широкая, то тихая, то чистая, то холодная, то мутная, то теплая. Так и люди. Каждый человек носит в себе зачатки всех свойств людских и иногда проявляет одни, иногда другие и бывает часто совсем не похож на себя, оставаясь все между тем одним и самим собою»

(*Л. Н. Толстой, «Воскресенье»*).

И манипуляции подвержены все люди, и страх присущ каждому, но «доза» для всех разная.

А вот «это же Человеку» и море по колено, он у нас мыслит сознательно, а следовательно, всегда знает причину страха, его месторасположение и способ удаления. С неосознанным страхом дела обстоят похуже – тут тебе и всевозможные глупости из-за противоположного пола, и полная потеря здравого смысла, и «все фиалки в одном месте». Инстинкт – своего рода круиз-контроль или автопилот для человека, если он начинает «командовать парадом», это происходит примитивно, грубо, хотя бывают случаи, что и очень результативно. Поэтому стоит себя изучать, чтоб осознавать каждое желание и действие, противостоять манипуляции и добиваться невиданных высот.

Инстинкты нужны человеку, как воздух или вода. Только представь, что случилось бы, если бы люди утратили инстинкт самосохранения – человечество вымерло бы полностью в кратчайшие сроки. Все потому, что человек в таком случае перестал бы бояться опасных для своей жизни и здоровья факторов: выходил бы в магазин через балкон на двадцатом этаже, варил бы варенье из ядовитых ягод и бежал бы впереди паровоза – во всех значениях этой фразы. Но не все так печально, есть и хорошие новости: инстинкты автономны и запускаются самостоятельно, когда того требует ситуация.

«Как в собственной пыли гранят алмаз, так пагубные страсти  
губят нас»  
(Джон Уэбстер, «Графиня Амальфи»<sup>17</sup>).

Трейдинг<sup>18</sup> – как раз та сфера деятельности, где все, что ты хотела скрыть в себе от себя самой, очень скоро выйдет тебе боком. Поэтому либо ты готовишься на 100%, либо ты сама себя уничтожишь. Основа твоей подготовки – не изучение экономики или истории биржевой торговли, а работа над собой, понимание и знание себя, самоконтроль и упорядоченные мысли.

Самая большая и первая проблема, с которой сталкиваются все, – это и есть страх, о котором мы сегодня с тобой уже вспоминали. Естественно, когда у человека нет опыта в какой-либо сфере, то страх неизведанного тут как тут. И вот уже тебе не рынок, а прям пришелец с большими зелеными глазами, длинными руками и весь синий. Причину нашли – как бороться, тоже знаем: читай и делай все, что говорю, – уйдет «неопознанное», уйдет и страх.

А вот и «Эдвард Руки-ножницы»<sup>19</sup> для капитала появился на горизонте, он же страх потери капитала. Если ты осознанно подходишь к торговле (а по-другому и нельзя), ты четко понимаешь, почему, что и зачем ты делаешь. Если у тебя есть это понимание и ответы на эти вопросы, страха у тебя не будет, он автоматически ликвидируется. Другой возможный источник – это негативный опыт. Так вот, запомни – «лифт вниз не поднимает», не только в трейдинге, но и в любой ситуации понятия «негативный опыт» не существует!!!

Как говорил Юлий Цезарь<sup>20</sup>,

«опыт – всему учитель»,

---

<sup>17</sup> Джон Уэбстер, 1578, Лондон – 1634, там же) – английский драматург, современник Шекспира и Бен Джонсона, мастер т. н. «кровавой трагедии».

<sup>18</sup> Трейдер – торговец, действующий по собственной инициативе и стремящийся извлечь прибыль непосредственно из процесса торговли. Обычно подразумевается торговля ценными бумагами (акциями, облигациями, фьючерсами, опционами) на фондовой бирже.

<sup>19</sup> «Эдвард Руки-ножницы» – фантастический фильм Тима Бёртона, первый фильм режиссера с участием Джонни Деппа. Мировая премьера состоялась 6 декабря 1990.

<sup>20</sup> Гай Юлий Цезарь 12или 13 июля 100 года до н. э. – 15 марта 44 года до н. э.) – древнеримский государственный и политический деятель, полководец, писатель. Консул 59, 48, 46, 45 и 44 годов до н. э., диктатор 49, 48—47 и 46—44 годов до н. э., великий понтифик с 63 года до н. э.

поэтому-то он всегда положительный. И если опыт тебя носом ткнул в твои недоработки, это очень даже хорошо. Ты знаешь, где твоя слабина, анализируешь ее, исправляешься и в следующий раз поступаешь умнее. И слава богу, что этот опыт был и ты стала мудрее!

Я хочу, чтобы ты запомнила простую истину: рынок – это толпа, толпа всегда бессознательна, даже несмотря на то, что по отдельности индивиды могут иметь и развитое сознание, а если она бессознательна, то движется она на автопилоте – на инстинктах. Понимание этого – твой ключ к успеху! Ты всегда должна быть вне толпы и решения все должна принимать только самостоятельно. Иное тебе опасно!

Риск парализует участников толпы, и они становятся неспособными трезво оценить рынок и принять решение. Бессилие и чувство страха наполняют человека и полностью отключают его сознание, он уже не может анализировать, что происходит на рынке. В любом случае это уже «тоже человек», который на автопилоте открывает сделку, в его мозгу начинает с невероятной скоростью вертеться мысль: «А что, если рынок пойдет в другую сторону?», руки дрожат, сердцебиение учащается, ноги становятся ватные – клиент созрел, а таких клиентов уже целая толпа... И вот они вместе!!!

«Пингвины? Они же психи!»  
(мультфильм «Мадагаскар»).

Толпа уже не умнее этих пингвинов, а как известно, у любых уважающих себя пингвинов должен быть Шкипер. Думать же кому-то надо! Шкиперы всегда охотно находятся – гуренки и аналитики всегда с радостью расскажут толпе, что делать, «как снискать хлеб насущный», дабы закрепить эффект, так сказать.

Абсолютно неважно, кто эти люди, образующие толпу, – ученые, сварщики, студенты, страх всех сковал и гирю на цепи закрепил. И только тот, кто знает, как работает страх, инстинкт самосохранения и толпа, только он в это время спокойно и осознанно зарабатывает и с умилением смотрит на возрастающий баланс своего торгового счета.

Навстречу нашей дрожащей толпе уже плывут сирены и поют им песню о том, что они воины, непобедимые, они же вместе, они же сила... Уже нет страха, все смелы, уверены в себе и, гордо выправив плечи, подняв голову и вдохнув полной грудью, несутся в объятия красавиц, поющих столь льстивые песни. Один бы побоялся, но все же устремились вперед! Чего мчатся туда, непонятно! Но кто об этом думает? На умении большинства обманываться держится мир! А сирены, они на то и сирены...

### 3. Эволюция человеческого мышления

Глядя на эту картину Репина<sup>21</sup> «Приплыли», волей-неволей чувствуешь, что и не было вовсе никакой эволюции мышления, а все так и сидим в эре первобытной культуры и царствования докритического мышления. Вообще появление и развитие цивилизации – это результат трудовой деятельности, не зря *Энгельс*<sup>22</sup> говорил:

«Труд сделал из обезьяны человека».

Как ни крути, а правда, чтоб использовать, а уж тем более придумать новое орудие труда, пришлось первобытному дикарю как минимум воображение развивать, а это уже, скажу я тебе, большой и качественный прыжок вперед по тем временам.

Тем не менее, и во времена, когда цивилизация «вовсю цветет и пахнет», находятся свои «первобытные», особенно среди пашущих поле трейдинга, основной чертой которых, как и до рождения цивилизации, является полная нечувствительность к данным опыта. Очевидные факты, которые должны были бы изменить представления человека, простимулировать его к переосмыслению, не оказывают почему-то на него никакого действия. А объяснения и убеждения дают даже противоположный результат.

«Люда встает ранним утром.

Выходит из дома.

На домах висят ледяные сосульки.

Она их видит

и одна из них падает ей на голову.

На следующий день

Люда выходит из дома,

забываю, что на соседнем доме висят ледяные сосульки,

и одна из них снова падает на голову.

На третий день

Люда выходит из дома и пытается вспомнить,

что на доме висят сосульки.

Однако

она об этом вспоминает

и сосулька снова падает.

На четвертый день

Люда выходит из дома

и пытается вспомнить,

что на соседнем доме висят сосульки.

Она вспоминает об этом,

однако

не замечает, как к нему подошла и снова ей наголову падает сосулька.

---

<sup>21</sup> Илья́ Ефи́мович Ре́пин (24 июля [5 августа] 1844, Чугуев, Российская империя – 29 сентября 1930, Куоккала, Финляндия) – русский художник-живописец. Сын солдата, в юности работал иконописцем. Занимался в Рисовальной школе под руководством И. Н. Крамского, продолжил обучение в Петербургской Академии художеств.

<sup>22</sup> Фри́дрих Э́нгельс-28 ноября 1820, Бармен (ныне район Вупперталя) – 5 августа 1895, Лондон) – немецкий философ, один из основоположников марксизма, друг и единомышленник Карла Маркса и соавтор его трудов.

На пятый день  
Люда выходит из дома.  
Она помнит, что нужно обратить внимание  
на сосульки  
и идет, уставившись вниз.  
Видит их,  
однако, несмотря ни на что,  
вновь «получает по голове».

На шестой день  
Люда выходит из дома.  
Вспоминая о сосульках на доме,  
ищет их взглядом,  
видит их,  
пытается зигзагом пробежать вдоль дома,  
но еще раз на голову ей падает сосулька.

На седьмой день  
Люда выходит из дома.  
Видит сосульки,  
разбегается,  
прыгает,  
скользит и зигзагом пытается перебежать,  
но этого недостаточно,  
и ей на голову снова падает сосулька.

На восьмой день  
Люда выходит из дома.  
Видит сосульки,  
разбегается,  
прыгает,  
добирается до противоположного края!  
Я так горда тем, что преодолела  
это препятствие,  
что от радости начинает прыгать...  
После чего  
снова получает по голове.

На девятый день  
Люда выходит из дома,  
видит сосульки,  
разбегается,  
добирается до противоположного края  
и продолжает свой путь.

На десятый день,  
а именно сегодня,  
Люда понимает,

что удобнее идти...  
по противоположному тротуару».  
(Народное творчество)

И чем тебе не ода эволюции мышления? А ведь переход к фазе развитого современного мышления ознаменовался не только мыслями о чем-то, но и поисками ответа на вопросы: «Почему я так думаю?», «К каким последствиям это приведет?», «Можно ли думать иначе?», следовательно, человек начал анализировать взаимосвязь причин и следствий, мышление стало критическим. Загадка Сфинкса<sup>23</sup> – почему, придя на рынок, человек становится «первобытным» и даже не пытается мыслить во всех традициях критического современного мышления? И вот сидит наш «дикарь племенной», глядя на график, весь «убитый» индикаторами и прочими шаманскими атрибутами, и, как туземец, совершает церемонию, называемую «танангла» (т. е. помощь или защита). Ну чтоб предотвратить болезнь, появившуюся с северо-западным муссоном, или уберечься от духа «неблагоприятного тренда»<sup>24</sup>.

«Бедные никобарцы! Они делают это из года в год, и все без результата!»  
(Соломон<sup>25</sup>).

Истина проста: опыт без его анализа – это мусор, количество которого стремительно увеличивается с каждым днем. Но чтобы получить хороший урожай, нужно обрабатывать почву, удобрять, бороться с сорняками и высаживать селекционные культурные растения!

Даже в первобытном обществе произошел прогресс, несмотря на узкие и жесткие рамки дозволенного обычая, а у человека в эпоху Разума полнейшая свобода действий.

«Верьте, когда другие сомневаются. Планируйте, когда другие играют. Учитесь, когда другие спят. Решайтесь, когда другие медлят. Готовьтесь, когда другие мечтают. Начинайте, когда другие мешкают. Работайте, когда другие желают. Копите, когда другие тратят. Слушайте, когда другие болтают. Улыбайтесь, когда другие сердятся. Хвалите, когда другие критикуют. Упорствуйте, когда другие сдаются»  
(Уильям Артур Уорд<sup>26</sup>).

Несмотря на то что все мы абсолютно разные, у нас разные интересы, стремления: кто-то живет в мире софитов, у кого-то может жизнь закончиться без очередной «фэшн-дозы», кто-то на всех парах пытается взобраться вверх по карьерной лестнице, кто-то полностью посвящает себя семье, но всех нас объединяет одно – желание быть финансово независимой птицей, реализовать себя и иметь достойное оперение и гнездо.

---

<sup>23</sup> Сфинкс – зооморфное мифическое существо. В древнеегипетском искусстве – животное с телом льва, головой человека или (реже) – головой сокола или барана. В древнегреческой мифологии – чудовище с головой женщины, лапами и телом льва, крыльями орла и хвостом быка, персонаж легенды об Эдипе.

<sup>24</sup> Явно выраженное движение стоимости финансового инструмента вверх или вниз называют трендом (от англ. trend – общее направление, тенденция). Бычий тренд (движение быков, бычье движение) – так на фин. рынках с давних пор называют курс на рост стоимости. По аналогии с тем, что бык свою жертву подбрасывает рогами снизу вверх. Направленность цены вверх формируется при преобладании покупок над продажами. Медвежий тренд (движение медведей, медвежье движение) – это падение стоимости какого-либо финансового инструмента. Видимо, по аналогии с тем, как медведь прибивает свою жертву лапой сверху вниз. Падение курса цены формируется преобладанием продаж над покупками. Широкое распространение на финансовых рынках получило именование позиций на покупку длинными, а на продажу – короткими.

<sup>25</sup> Соломон – третий еврейский царь, легендарный правитель объединенного Израильского царства в 965–928 г. до н. э., в период его наивысшего расцвета. Сын царя Давида и Вирсавии (Бат-Шевы), его соправитель в 967–965 г. до н. э. Во время правления Соломона в Иерусалиме был построен Иерусалимский Храм – главная святыня иудаизма.

<sup>26</sup> Уильям Дадли Уорд -14 октября 1877, Лондон, Великобритания – 11 ноября 1946, Калгари, Канада) – британский политик и яхтсмен, бронзовый призер летних Олимпийских игр 1908.

Во времена турбулентности – а наше время по другому и не назовешь – очень непросто держать баланс между семейным бюджетом и достойным стилем жизни. И так все и ходят по замкнутому кругу: если удастся сделать какие-то сбережения, то либо их «съест очередной финансовый катаклизм в стране», либо мы их все-таки потратим, и при этом долгое время нас будет мучить чувство вины «за незаслуженный бал». Время летит, и все начинают понимать, что стиль жизни их мечты становится все дальше и все недоступнее. Но есть и другая категория – жены своих состоятельных мужей, у них дела обстоят не лучше: трясутся, как йоркширские терьеры, сутками от мысли, что муж может найти «более современную модель» – а она-то к жизни не приспособлена, остается только камень на шею, и чем тебе не Муму<sup>27</sup> во плоти? В любом случае для достижения той самой, желаемой финансовой свободы нужно что-то менять и действовать решительно, иначе от всех этих «больных» мыслей и переживаний у тебя невроз начнет развиваться – то еще сокровище земное. А менять как раз нужно не работу или мужа, а свое мышление, и тогда, можешь быть уверена, весь мир вокруг изменится.

Заставь себя запустить в работу серое вещество мозга. Пришло время набраться смелости и взять ответственность за свое будущее на себя – это, к слову, значительно упростит тебе жизнь. Но об этом попозже, вернемся к мышлению. Я тебе вселенскую тайну не открою, если скажу, что мысль – это электромагнитный волновой сигнал, который исходит из нашего мозга и устремляется во Вселенную, а там, как известно, всюду пляшет закон притяжения. Вспомни анекдот:

«Едет женщина в автобусе и думает:  
«Муж – сволочь, дети – неблагодарные, жизнь – мерзкая, кругом одни моральные уроды...»  
За спиной стоит Ангел, все записывает и говорит:  
– Странные однако постулаты. И зачем ей все это нужно??? Но заказ есть заказ...»  
(Народное творчество)

В любой шутке есть доля правды, как известно. Для того чтобы изменить свою жизнь, нужно измениться внутри. Твое подсознание – это огромное поле, где царит закон причинно-следственных связей: какие семена ты в почву положишь, то взойдет, вырастет и даст свои плоды. Твой мозг – сплошное поле битвы, обитель неразрешенных конфликтов, переживаний, убеждений, страхов, и если ты позволишь этим мыслям и дальше находиться в твоей светлой голове, то она превратится в темное царство, которое будет нацелено отобрать твой мир, радость, а взамен оставить нервный срыв и депрессию. Помни, ты – то, что ты думаешь. Пришло время все пересмотреть! Поэтому...

Прекрасный, позитивный день начинается с такого же позитивного утра. Каждый день – это благословение. Ты полна сил и радости. Самое время для аутотренинга и позитивного настроения.

Заменяй негативные мысли позитивными, уходи от обсуждения неприятных событий, это даст тебе внутреннюю гармонию и спокойствие, обязательно отразится на твоём поведении и структурирует пространство вокруг. Кстати, вода смывает плохие мысли. Душ – убойная сила! Если уж совсем худо, повторяй положительные аффирмации: «Я успешная!», «Я счастлива» и так далее, или почитай молитву, Бог своих детей не оставляет – ты обязательно почувствуешь, как «буря внутри утихнет».

---

<sup>27</sup> «Муму» – рассказ русского писателя Ивана Сергеевича Тургенева, написанный в 1852 году. По данным исследователей, в основе произведения лежат реальные события, происходившие в московском доме матери писателя Варвары Петровны Тургеневой. Впервые опубликован в журнале «Современник» в 1854 году.

«Случайностей не существует – все на этом свете либо испытание, либо наказание, либо награда, либо предвестие»  
(*Вольтер*<sup>28</sup>).

Так нет и случайных людей в нашей жизни, даже если их влияние кажется тебе незначительным или даже негативным. Они все так или иначе чему-то тебя научили, что-то раскрыли в тебе. Будь благодарна им за это и двигайся дальше!

Никогда не жалуйся! Это абсолютно бесполезное и даже вредное занятие – проку «0», только свою энергию и время впустую тратишь. Любая ситуация – это опыт, а опыт, как ты уже знаешь, всегда позитивный.

«Однажды один человек попал в кораблекрушение и был выброшен волной на необитаемый остров. Он единственный остался в живых и непрерывно молился о том, чтобы Бог спас его. Каждый день всматривался он в горизонт в надежде, что увидит плывущее на помощь судно.

Вымотавшись окончательно, человек решил выстроить себе шалаш из досок, которые выбросило на берег после кораблекрушения. Но однажды, вернувшись на берег после поисков пищи, он увидел, что его шалаш объят пламенем: дым столбом поднимался к небу.

Самое ужасное, что вместе с шалашом сгорели все его оставшиеся вещи. Он остался ни с чем. Человек больше не мог сдерживать своего отчаяния и гнева:

– Боже, как Ты мог так со мной поступить? – рыдал он.

Но на следующее утро его разбудил гудок корабля. Корабль плыл к острову, чтобы спасти его.

– Как вы узнали, что я здесь? – спросил человек матросов.

– Мы увидели дымовой сигнал, – ответили они».

(*Народное творчество*)

Иногда бывают ситуации, когда просто земля уходит из-под ног, все рушится и кажется, что хуже уже просто не может быть, но порой просто нужно пройти эти испытания, чтоб прийти к лучшему. Зачастую скрытый потенциал человека проявляется в самых сложных жизненных ситуациях. Я не раз убеждалась:

все, что ни делается, – к лучшему.

Не старайся добиться любви, уважения и внимания к себе. Не теряй себя. Прими и полюби себя такой, какая ты есть. Только имея самоуважение, можно обрести гармонию и счастье, когда ты это сделаешь, любовь, уважение и внимание окружающих тебе обеспечены.

«Уважения заслуживают те люди, которые независимо от ситуации, времени и места остаются такими же, какие они есть на самом деле»  
(*М. Ю. Лермонтов*<sup>29</sup>).

Меняй мир и судьбы людей к лучшему! Твое сострадание, доброта и благородство способны изменить твою жизнь, наполнить ее более глубоким смыслом и радостью от осозна-

---

<sup>28</sup> Вольтер – один из крупнейших французских философов-просветителей XVIII века: поэт, прозаик, сатирик, трагик, историк, публицист.

<sup>29</sup> Михаил Юрьевич Лермонтов (3 октября 1814, Москва – 15 июля 1841, Пятигорск) – русский поэт, прозаик, драматург, художник.

ния того, что ты хоть немного можешь менять судьбы людей, а может, даже «вернуть кого-то к жизни».

Стань ближе к прекрасному, к мудрости веков! Посещай театры, филармонию, галереи, читай классику.

«Все виды искусств служат величайшему из искусств – искусству жить на земле»  
(Бертольд Брехт<sup>30</sup>).

Составляй план на день, неделю, месяц, год. Представляй все в мелочах, обдумывай каждое действие, которое приведет тебя к цели. Почувствуй радость от процесса и предвкушение победы, испытай радость от достижения цели. Эмоции очень важны – они дают силу твоей мысли, и ее импульс становится сильнее.

«Когда дует ветер перемен, надо строить не щит от ветра, а ветряные мельницы»  
(Мао Цзэдун<sup>31</sup>).

Будь готова к изменениям. Проанализируй свое прошлое, углубись в него последний раз и представь свое будущее в мельчайших деталях. Не бойся изменений, иногда люди отказываются от своей цели, сделав первый шаг и получив первый результат, из-за страха, но о нем и инстинктах тебе уже все известно.

Стань хозяйкой своей жизни, действуй без тени сомнений и помни:

«...чем ярче горят мосты за спиной, тем светлее дорога впереди»  
(Омар Хайям<sup>32</sup>).

---

<sup>30</sup> Бертольд Брехт (10 февраля 1898, Аугсбург – 14 августа 1956, Берлин) – немецкий драматург, поэт, прозаик, театральный деятель, теоретик искусства.

<sup>31</sup> Мао Цзэдун – китайский государственный и политический деятель XX века, главный теоретик маоизма.

<sup>32</sup> Омар Хайям Нишапури – персидский философ, математик, астроном и поэт.

## 4. Самореализация и противостояние негативным эволюционным процессам

Естественно, у каждого свое понимание счастья и успеха, но как бы там ни было, а природа заложила во всех нас стремление к самореализации. Увы, напора не у всех хватает для этого, и некоторые так и остаются рабами, как не обстоятельств, так общества, но как говорил *Воланд*<sup>33</sup> (*М. А. Булгаков*, <sup>34</sup>«*Мастер и Маргарита*»<sup>35</sup>),

«кирпич ни с того ни с сего никому и никогда на голову не свалится».

У всего есть своя причина, порой совсем банальная. Посмотри на детей – энергия у них бьет ключом, пытаются реализовать себя во всем, все им интересно, постоянно к чему-то стремятся – они СВОБОДНЫ. Правда, до поры до времени, пока общество, окружающие, а потом и сам наш «подросший малыш» не загонят эту свободу в такие узкие рамки, что ей только кануть в Лету остается. А потом руки у него опускаются, темнота сгущается, трудно дышать – зависть же за горло уцепилась и давит всю, отметка энергетического бака достигает «0», вера в себя трещит по швам.

«Если разрушены мечты, куда и зачем идти?

Кажется, что нет в мире больше красоты

И что никогда не избавишься от этой пустоты...»

(Отрывок из стиха *Ляна Хотенкова*<sup>36</sup>)

На самом деле потенциал личности, а именно от него и зависит способность находить выход из трудных ситуаций и решать поставленные задачи, неисчерпаем, но, как и все в нашей жизни, сам по себе не существует. Его опора кроется в сваях здоровья, как психического, так и духовного и физиологического, и в прочном бетонном основании мотивации, которая наполняет жизнь смыслом. Следовательно, отсутствие вышеперечисленных прелестей – верный путь к апатии, а то и деградации. На самом деле этот потенциал существует во всех людях, но не каждый дает возможность этому зерну прорасти. Или, если быть более точной, не каждый в достаточной мере противостоит шаблонам и стереотипам, созданным и навязанным обществом.

Как бы там ни было, а всех лидеров, или успешных людей – называй как хочешь, – объединяет высокий уровень личностной самореализации – осуществления внутренней природы, другими словами. Вспомни «пирамиду потребностей» Маслоу – на самом вершине расположена именно потребность в самоактуализации. Вывод напрашивается сам собой – самое большое счастье и удовлетворение человек получает, именно реализовав себя. Это кстати объясняет, почему человек, имея на первый взгляд все – деньги, власть, семью, может долго и безвылазно пребывать в унынии и погружаться в свои душевные терзания, как в зыбучие пески, а все потому, что истинная его природа осталась нереализованной. Удовлетворение «низших» потребностей – они же рутина нашего жития-бытия, как то хлеб насущный, крыша над головой – способно накрыть нас с головой и захлестнуть морем фрустрации, депрессии и мыслей о бессмысленности своего существования.

---

<sup>33</sup> *Воланд* – один из главных героев романа Михаила Булгакова «*Мастер и Маргарита*».

<sup>34</sup> Михаил Афанасьевич Булгаков мая 1891, Киев, Российская империя – 10 марта 1940, Москва, СССР) – русский писатель, драматург, театральный режиссер и актер. Автор повестей и рассказов, множества фельетонов, пьес, инсценировок, киносценариев, оперных либретто.

<sup>35</sup> «*Мастер и Маргарита*» – роман Михаила Афанасьевича Булгакова.

<sup>36</sup> Ляна Хотенков – поэт-современник.

Если ты попала в этот круговорот, рекомендую взять пример с лягушки, которая попала в колею на грязной деревенской дороге и не могла оттуда выбраться. Ей было трудно, она пробовала, но ничего не получалось! Друзья помогли ей. Они делали все, что можно. Под вечер, угнетенные, разочарованные, они оставили ее на волю судьбы.

На следующий день друзья пришли посмотреть на нее, думая, что она уже мертва. К их удивлению, лягушка весело прыгала.

– Это просто чудо! Как тебе удалось выбраться из грязи?

– Обыкновенно, – сказала лягушка. – Появился грузовик... И я должна была выбраться!

*(Народное творчество)*

Самореализация чуть ли не единственное, что может привести в равновесие человеческий идеализм и материализм, когда духовное и материальное приносят человеку одинаковое удовлетворение. Так что если у человека единственная цель – деньги, а личностное развитие ему и в ус не дует, то удовлетворения и счастья он от них все равно не получит.

«Смысл жизни – самовыражение. Проявить во всей полноте свою сущность – вот для чего мы живем»

*(Оскар Уайльд)<sup>37</sup>.*

Самореализация – это кнопка качественного изменения жизни, где все прелести налицо.

– Ты можешь более объективно оценить реальность и отсеять ее от надежд и ожиданий (кому-кому, а трейдеру без этого никак).

– У тебя хорошо развито чувство ответственности, следовательно, список «шахматных фигур» ты уже не пополняешь.

– Тебе чужда искусственность. Простота и естественность ее вытеснят.

Как говорил *Фридрих Гагедорн<sup>38</sup>,*

«счастлив тот, кто быть самим собою может».

– Большая независимость от влияния окружающего мира, которая поднимает тебя над обстоятельствами и позволяет направлять свою жизнь в нужное русло. И чем большего уровня самореализации ты достигаешь, тем более неуязвимой становишься к «ударам судьбы» и другим «жизненным прелестям».

– Самодостаточный человек независим от чужого мнения.

«Мнение других о нашей жизни ценится обычно, по слабости человеческой природы, непомерно высоко, хотя малейшее размышление показывает, что это мнение само по себе несущественно для нашего счастья»  
*(Артур Шопенгауэр<sup>39</sup>).*

– Отточенное мастерство уникального трио – терпения, решительности и мужества.

– Ясные моральные представления и твердые этические принципы, о которых мы уже ранее говорили и которые единят тебя с другими людьми, но будь готова, что в то же время они ограничат круг твоих близких друзей, вернее «отформатируют его».

---

<sup>37</sup> Оскар Фингал О'Флэрти Уиллс Уайльд -16 октября 1854 года, Дублин —30 ноября 1900 года, Париж) – английский философ, эстет, писатель, поэт ирландского происхождения.

<sup>38</sup> Фридрих фон Хагедорн (Гагедорн) – 23 апреля 1708, Имперский город Гамбург —28 октября 1754, там же) – немецкий лирический поэт и баснописец раннего немецкого Просвещения.

<sup>39</sup> Артур Шопенгауэр – 22 февраля 1788, Данциг, Пруссия – 21 сентября 1860, Франкфурт-на-Майне, Германский союз) – немецкий философ.

– Оригинальность и изобретательность создают массу новых идей, которые дают новые эмоции, новый виток развития, что всегда позитивно, а как ты уже знаешь, подобное притягивает подобное.

– Высокая адаптивность.

В разном возрасте существуют разные варианты самореализации: реализация себя как женщины, как матери, творческая, социальная, профессиональная. И если тебя будут убеждать, что реализовать себя можно только в одном из этих направлений, я тебя уверяю, это очередной стереотип, с которым нужно бороться. Общество ставит нас перед выбором: создать семью или сделать карьеру и обрести финансовую независимость, тем самым убеждая наше подсознание, что что-то должно быть принесено в жертву. К чему такие крайности, господа? Непонятно, это ленинизм с его принципом «Кто не с нами, тот против нас» дал такие осложнения на генетическом уровне или манипуляции с целью не дать человеку даже мысли о полной реализации, а то эффект стада работать перестанет?

С давних времен чуть ли не единственным «приемлемым» способом самореализации для женщины была семья. Есть женщины, которых эта роль устраивает, и большего им и не надо, если уж ты читаешь эту книгу, то к их числу ты точно не относишься. В Эпоху «человека действующего» все больше женщин хотят обрести финансовую независимость и реализовать себя,

как говорила *Маргарет Тэтчер*<sup>40</sup>:

«дом должен быть центром, но не границей жизни женщин».

Пожалуй, самый «голодный на самореализацию» период в жизни женщин – это появление ребенка, именно поэтому чаще всего депрессией страдает прекрасный пол после родов. Новорожденный и «малыш, ставший отцом» требуют внимания. И тут во всей прелести проявляет себя амбивалентность – ты любишь свою семью и в то же время тебе бежать сломя голову из дома хочется. У тебя появился ребенок, рядом любимый муж, но в какой-то момент игра гормонов и «день сурка» с памперсами и «тюрьмой строгого режима», в которую превратился твой дом, разочарование, попытка что-то кому-то доказать, домашняя нагрузка и неоправданные ожидания делают свое дело – медленно, но уверенно ты начинаешь выедать мозг своему мужу. Ты уже уверена, что твоя жизнь – сплошные мытарства, и ты ищешь, куда бы убежать. Находишь – работу. А что она тебе даст? Куда ты прибежала? Каждый день ты просыпаешься еще затемно, занимаешься домашними делами и едешь на работу. Нервничаешь в пробке в лучшем случае в своем авто, а то и пытаешься догнать маршрутку, которая прямо перед носом уехала, а следующую ждать неохота – дождь, снег, как говорится, у природы нет плохой погоды – особенно когда догонишь общественный транспорт, – всякая погода благодать. Ну вот, выслушав массу «комплиментов» о том, как ты водишь машину, или вдоволь насладившись ароматом не стиранных несколько недель носков в маршрутке или в метро и лицезрея армию зомби, которые куда-то тоже движутся, хотя в их глазах признаков жизни и сознания и вовсе не видно, ты все-таки добралась до места «исправительных работ». Ничего нового – поиск клиентов, отчеты... Похоже, твой побег плавно переходит в следующую версию «дня сурка». Но помимо этого ты с 09.00 до 18.00 отбываешь наказание – выслушиваешь порой не самые хвалебные оды по поводу своей работы, что уже окончательно может добить твою веру в себя и чувство собственного достоинства, и ты включаешь «автопилот» – с результатами чего ты уже знакома. Ты ненавидишь эту работу. Возвращаясь домой на полном взводе, обязательно отстоишь в пробке, порвешь колготки, потеряешь зонт – «подобное притягивает подобное».

---

<sup>40</sup> Маргарет Хильда Тэтчер, баронесса Тэтчер-урожденная Робертс; 13 октября 1925, Грэнтем – 8 апреля 2013, Лондон<sup>1</sup> – 71-й премьер-министр Великобритании (Консервативная партия Великобритании) в 1979—1990 годах, баронесса с 1992 года.

Тебе кажется, стоит приехать домой – и все пройдет, но дома муж после стрессового дня расскажет тебе, как мало времени ты ему уделяешь, а у тебя-то намерения благие были – бюджет семейный поддержать или его мозг от выедания спасти, плюс детские крики, и тебе хочется уже забиться в угол, никого не видеть и не слышать. Ты уже даже думать перестаешь о том, что нужно что-то менять, о будущем – начинаешь вертеться в круговороте, и каждый день одно и то же.

## **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.