



ЖИВИ!

Разговор с самоубийцей

Живи! Разговор с самоубийцей

«Автор»

2016

Живи! Разговор с самоубийцей / «Автор», 2016

Книга основана на материалах интернет-сайта «Победишь.ру» (www.pobedish.ru). Цель сайта «Победишь.ру» – не просто отвратить человека от совершения самоубийства, но и помочь ему обрести смысл и радость жизни.

Содержание

Понимание и любовь	5
Истории самоубийц, которые выжили	7
Диалоги с самоубийцами	18
Конец ознакомительного фрагмента.	45

Живи! Разговор с самоубийцей

Составитель – Дмитрий Семеник

Понимание и любовь

Недавно я беседовал с одним известным игуменом, более 20 лет проработавшим психиатром, значительную часть времени – в больнице для самоубийц. Я надеялся услышать о том, чем психиатрия, психология могут помочь потенциальным самоубийцам, есть ли у науки какие-то волшебные слова, гениальные решения, способные обратить человека от смерти к жизни. К моему удивлению, человек с таким большим опытом практического психиатра не сообщил мне научных открытий, на которые я так надеялся. Он дал мне формулу совсем из другой области: «Любовь. Только любовью можно помочь таким людям».

И это не новость. Многие психотерапевты знают, что психически здоровому человеку, помышляющему о суициде, человеческая поддержка не менее, а порой и более важна, чем профессиональная помощь. Хотя в идеале, конечно, лучше совмещать и то, и другое. Тем более, что порой за суицидными мыслями скрывается психическая болезнь, которую едва ли удастся обуздать без помощи специалистов.

Книга основана на материалах интернет-сайта «Победишь.ру» (www.pobedish.ru). Цель сайта «Победишь.ру» – не просто отвлечь человека от совершения самоубийства, но и помочь ему обрести смысл и радость жизни.

Работа на сайте ведется в двух основных направлениях. Первое – статьи врачей, психологов, священников, журналистов, помогающие потенциальному самоубийце осознать разные аспекты суицида и получить трезвый, объективный взгляд на суицид, его последствия и способы выхода из сложившейся жизненной ситуации.

Второе направление – это беседы с теми, кто страдает от уныния и мыслей о самоубийстве. С потенциальными самоубийцами беседуют психологи, психиатры, священники и неспециалисты. В этой книге собраны беседы как специалистов, так и добровольцев без специального образования, но с опытом помощи на нашем сайте. Книга адресована тем, у кого возникают мысли о суициде.

Что ценного в этой книге?

Во-первых, с ее помощью читатель сможет по-новому посмотреть на свою ситуацию, увидеть новые возможности выхода из нее. Свой жизненный опыт вы сможете обогатить опытом многих других людей. Тем более, что среди ситуаций, рассмотренных в книге, скорее всего, найдется история, подобная вашей.

Во-вторых, вы сможете прикоснуться к настоящей любви. Любви нам всем не хватает, это главный дефицит и величайшая ценность в этом мире. Не случайно, одна из самых распространенных трагедий, о которых нам рассказывают наши герои, – это нелюбовь родителей. Через сострадание и братскую, сестринскую любовь авторов тестов этой книги вы, может быть, сможете увидеть и ту любовь, которая является источником всякой любви – Любовь Бога к нам. Эта Любовь исцелит любую рану.

* * *

Имена авторов просьб о помощи изменены. Сохранен стиль авторов просьб и откликов.

* * *

Благодарности за книгу следует адресовать всем авторам бесед, Любви Федоровой, модераторам сайта «Победишь.ру», которые работали и работают с просьбами о помощи и откликами на них, всем тем, кто откликнулся и откликается на просьбы, программисту сайта Ивану Белых.

Дмитрий Семеник

Истории самоубийц, которые выжили

Я просто умерла

В 16 лет познакомилась с парнем на подготовительных курсах. В первый год обучения я его практически не помню. А потом он стал ждать меня около остановки. Зима – было очень холодно. А он стоит. Меня это очень сильно подкупило. Однажды вместе решили поехать на Горбушку (еще не встречались, никаких признаний не было), заехали к его папе и там он меня представил как свою девушку. Я в шоке, но молчу, что тут скажешь. И он вроде не плохой. А потом влюбилась...

Были вместе, не разлучаясь, практически 1,5 года. Чувствовали друг друга без слов. Не могли быть вообще друг без друга. Был грех – жили вместе.

Но потом его решение разойтись. Дело в том, что я ему изменила, еще тогда, когда не любила его. Долго молчала. Но понимала, что я сделала ужасную вещь. Призналась, была готова, что выгонит меня. Но не выгнал. И мы еще полгода были вместе. Но у него что-то стало меняться по отношению ко мне. Стал подозрительный, начал ревновать. И в конце концов принял решение расстаться.

Сказать, что мне было плохо, – ничего не сказать. Я просто умерла тогда. Потеряла голову. Готова была на коленях за ним ползти, только чтобы он не уходил. Как будто руку оторвали... Я знала, что у него мои фотографии под подушкой, но я видела, что он не может быть со мной. Он уехал к друзьям жить.

Я его нашла. Знала, что это унижение, но я не могла без него. Он обещал подумать две недели. Эти две недели я жила надеждой. Молилась по ночам, чтобы вернули мне его. Через две недели он позвонил и сказал, что все...

Помылась, оделась красиво. И выпила все таблетки, что были дома. Он приехал, хотя собирался гулять с другом ехать, но очень сильно беспокоился и решил поехать ко мне. Хотя не думал, что я такое смогу сделать. Смогла. Как будто кто-то шептал, что выхода больше нет, что жизнь закончена. Открыла дверь и больше ничего не помню. Врачи откачали, сказали, что если бы еще чуть-чуть – и всё, я бы не проснулась...

Полгода жутких кошмаров, мне казалось, что враг стоит рядом и смотрит на меня, иногда был голос в голове, что все кончено, что все будет плохо. Что любви больше нет. Это было ужасно. Во время моего отравления я видела врага – он смотрел мне в глаза и было жутко страшно. Я понимала, что я умерла. И врачи говорят, что была смерть. Но ОН звонил моим верующим друзьям и говорил, что случилось, и просил молитв. Когда я очнулась, я знала, что мой батюшка не сможет ко мне приехать, т. к. сломал себе что-то (уже не помню что). Полгода или чуть больше был жуткий страх, я боялась спать, т. к. я боялась видеть врага, и боялась дня т. к. ОН был не со мной.

Всё, что я видела после отравления, врачи объясняли действием таблеток. Но мне посоветовала подруга рассказать всё батюшке, что я вижу свой день накануне ночью (это было ужасно, я знала, что будет происходить завтра, вплоть до минуты), я боялась ночи, я боялась дня. Хотя в то время я уже исповедовалась каждую неделю, и за меня много людей молилось. Я рассказала батюшке о том, кто ко мне приходит и что он мне говорит, и всё прошло.

Переживала очень долго – 3 года. Мужчин вообще не видела вокруг, просто не видела. Хотя некоторые предлагали свою дружбу. Бредила им. Говорила с ним. Когда узнала, что у него девушка, рыдала прямо в гостях. Рыдала везде все эти 3 года – в метро, в гостях, дома,

на учебе. Поддерживал батюшка и друзья. Они до сих пор помнят то время и говорят, что это было что-то.

Потихоньку стало легче, т. е. я о нем помнила всегда, но я уже не плакала так часто. Мама просила больше не влюбляться, т. к. я всех напугала сильно. 3 года меня не было и полгода я вообще не помню. Вот он рядом – вот таблетки (это было летом) вот новый год. Что было между таблетками – только враг с его глазами. И больше ничего. Хотя я училась – ходила в университет, как-то жила. Но многие считали меня ненормальной. Я даже смерть близкого человека не восприняла, я не могла ничего чувствовать тогда, как зомби была – в мыслях только то, что его нет рядом. Потом был страшный разгул, я ничего не чувствовала, я не понимала, почему блуд – это грех. Хотя я ходила в храм регулярно, но... так было. Остановила только болезнь, просто поняла, что или я себя окончательно убиваю сама или нужно что-то делать. И как будто пелена спала с глаз.

Я не знаю, как я выкарабкалась. С Божьей помощью. По молитвам моего батюшки и благодаря моим друзьям.

Если с вашими близкими происходит такое – нужно их поддерживать. Нужно, чтобы смотрели за тобой в этот момент, прятали лекарства, сидели около твоей кровати, когда дико страшно. Следили, чтобы не навредил себе человек, если дошло до самоубийства (ведь враг так просто не отпустит, он тоже борется за душу) Самоубийство – это не просто расстройство и переживание. А когда человек уже наложил на себя руки, и его спасли, он перешел грань. Он уже попрощался с жизнью. И его нужно научить жить дальше. Я так это вижу. Потому что даже поход в библиотеку и на лекцию был подвигом. Даже простое переставление ног – подвиг. Так как душа больна, она обожжена и степень ожога от греха и блуда и греха самоубийства. Её целенаправленно подводил враг к такому шагу...

Сейчас мне 29 лет. Летом я вышла замуж за человека, которого люблю по-настоящему. Я понимаю, что то была страсть. И еще я поняла, что уход любого человека можно пережить, а вот когда Господа нет в душе – это смерть.

Мы не виделись с тем парнем много лет. А недавно столкнулись, и он ответил на мое приветствие. Все чувства вспомнились у меня – все, и боль, и радость. Начали общаться, разговаривать иногда, (я даже не мечтала об этом тогда, когда он ушел). Он рассказал о своей новой любви. Они расстались 3 года назад, он хочет ее вернуть и сейчас начал активные действия. Мы даже поговорили об этом.

Он меня тоже помнит. Но он все время хотел меня обидеть. От этого было больно. Ведь хочется сохранить о человеке светлую память, а не боль обиды.

Мы совершенно разные. Хотя это он – его глаза, лицо, руки. Мы совершенно не понимаем друг друга.

Я еще потом думала: и стоило вот так портить себе жизнь? Даже не портить, а просто украсть у себя жизнь?! Сколько времени я потеряла из-за совершенно чужого человека. Я вообще могла умереть. И в моей жизни бы не было сейчас моего мужа. Моей любви...

Наташа М., 28 лет

Самоубийство не избавляет от мучений

Я часто думала о самоубийстве, и вот наступил момент, когда я, как мне казалось, потеряла страх.

А причиной послужила не боль, которую нельзя перенести, а боль оттого, что он меня не любит. Не проблема в семье, не чья-то смерть – ничего серьезного... Хотя сейчас я знаю, что ничто-ничто на свете не позволяет тебе совершить такой грех.

Потом, видимо, доза была не очень большой, или я пила таблетки постепенно и смогла почувствовать, как останавливается мое сердце. Это ужасно, если бы была возможность вернуть время назад, если бы она только была! Я бы хотела быть девочкой, которая тихо плакала в ванной, а не той, которой я стала.

Я чувствовала, как все медленнее и глуше бьется сердце, что ноги подкашиваются, что я не хочу, совсем не хочу этого, что я боюсь. Что мне ужасно страшно. Одну минуту назад я видела в этом единственный возможный, долгожданный выход. Но сейчас всё, всё, всё, что угодно, но только не это. Только не смерть!!! Я взяла телефон и позвонила в «скорую». Я только об одном думала и мечтала, чтобы увидеть маму, чтобы не умереть.

Приехала «скорая», почти сразу пришел он. Он оказался на редкость спокойным и вежливым. Тихо спросил: «Кто это?» Я ответила: «Врачи».

Мне промыли желудок, и это не самое страшное, что произошло со мной в физическом плане. После больницы у меня резко ухудшилось здоровье. Я ехала в метро, особенно летом, и все время думала, что вот-вот у меня остановится сердце. Все остальные болезни на фоне этого не так выделялись, но не думаю, что они менее значимые.

Но даже все это – не самое страшное. Я почувствовала, что та светлая, маленькая, добрая девочка просто умерла...

Через некоторое время, он стал вести себя так же как до моей попытки самоубийства: уходить сразу после того как проснулся и приходит поздно ночью, когда я сплю. И буквально через месяц после этого я встретила мужчину, с которым переспала на второй день знакомства. Для меня прежней – это было нереально, это было ужасно, невозможно, низко, я бы стала падшей, если бы поступила так. Но для меня настоящей – это было просто неприятно. Я умерла. Не было у меня ничего, что отличает человека от камня. Затем, я рассталась с ним и все продолжилось как ни в чем ни бывало. Но зато я меньше стала ревновать моего «гражданского мужа». И это меня радовало... Каждый день в моей жизни происходили такие ситуации, в которых я вела себя жестко и холодно. Я иногда плакала и очень-очень хотела стать прежней, стать лучше, светлее, научиться любить, но не могла.

Я совсем забыла про эту попытку. А недавно у меня начались кошмары. Ужасные кошмары. Если Вы смотрели фильмы ужасов, то вы не видели ничего подобного. Нет, я бы никогда не могла такого представить, до недавней ночи. Но самое страшное в том, что я даже не засыпала, я просто ложилась спать, я закрывала глаза и видела все это. Все подробно, реально. И всё это происходит с тобой!

И никакой остановки, никакого просвета, только борьба-борьба-борьба.

Если бы не помощь людей, которым я совсем не помогала, то я бы не раскаялась в этой попытке, я бы даже не вспомнила, таким мое сердце стало бесчувственным. После раскаяния кошмары прошли.

Я могу благодарить только Господа нашего в том, что он спас меня и дал мне возможность на раскаяние. Но, если моя земная жизнь, которая может дать мне спасение, ТАК ужасна, что бы ждало меня, если я умерла?

Самоубийство – не доказательство чего-то кому-то НЕТ.

Самоубийство – не решения проблем НЕТ.

Самоубийство – не избавление от мучений НЕТ.

Самоубийство – бегство от проблем ДА.

Самоубийство – причинение боли ужасной умертвляющей постоянной боли близким ДА.

Самоубийство – начало еще большей настоящей нестерпимой боли.

Самоубийство – тяжелый грех.

Мы уже расстались с моим молодым человеком. Я живу без него. И мы ничего не знаем друг о друге. Его больше нет в моей жизни. Но зато есть мои поступки, которые я совершала,

когда у меня были с ним проблемы. Это говорит, что любая наша боль – терпима. Жизнь не бывает без боли. И если бы я не была так заиклена на себе, я бы смогла понять, что боль – это нормально! Почему мы так боимся боли? Если зуб заболел – его нужно лечить. Но пока он не заболел – мы не сможем понять, что у нас кариес. Но лечить нужно раньше, сразу! Тогда и боль будет меньше. В нашей жизни все точно так же!

Самоубийством я хотела доказать ему, что он причиняет мне боль, что он не должен так себя вести. Но где он сейчас, кому я что-то доказала?.. Даже, если бы я ему что-то и сказала своей смертью, он бы был счастлив сейчас с другой, но без меня. А родители? Когда я была маленькая, я думала, что они меня не любят, а сейчас я знаю, что по сравнению с их любовью – моя любовь – ничтожество.

Нет, нет в этой жизни ничего такого, что могло бы оправдать самоубийство! Ни за что не поддавайтесь этому бесовскому желанию.

Это приведет к еще большему падению, еще большей боли.

Ты – Человечек, в тебе искра Божьей Любви, Мудрости и Света! Каждый твой день начинается с луча солнышка или капельки дождя. Чтобы ни было в твоей жизни, знай, что ты не одинок, что тебя бесконечно любит Бог, что тебя любят люди, что я тебя люблю. А если ты не замечаешь любовь людей, то это только потому, что они тоже живут в боли. Помогите им! И я прошу тебя, я на коленях умоляю тебя ни за что, никогда не делай этого. Господи помоги тебе!

Ирина, 21 год

Я могла потерять эту жизнь!

Мне было всего 20 лет. Я его очень сильно любила, так, как наверное любят в жизни всего лишь раз. На нашей с ним свадьбе он напился и приревновал меня к своему другу. Порвал на мне платье, устроил истерику, скандал. Меня увезла «Скорая» с приступом сердца из его квартиры в первую брачную ночь... Мы расстались навсегда.

И начался кошмар. Ежесекундная пытка жизнью. Я просто чувствовала, что умерла моя душа и вместо нее осталась одна лишь боль, боль, боль и ничего больше. Так прошло около 5 лет. Я училась жить без него, дышать без него. Не могла смотреть на цветы (они напоминали мне свадьбу), на невест (начиналась истерика), на влюбленных... За это время была одна попытка самоубийства (я пыталась перерезать вены, но испугалась в последний момент), но почти каждую ночь я ложилась спать и просила у Бога не просыпаться. Потому что не было сил каждую ночь видеть его, нашу свадьбу во сне...

А потом время медленно, но верно стало лечить мою душу. Я ходила в церковь, но не часто. Иногда проще разговаривать с Богом дома, когда ты одна. Через некоторое время я вышла замуж, родила ребенка. Прошло 12 лет. И только сейчас я полностью ожила. Да, у меня в жизни бывают тяжелые моменты – как у всех, наверное, но я никогда не думаю о самоубийстве. Потому что все проходит. Поверьте мне, пожалуйста!

За эти годы я сделала очень много – родила ребенка, я признанный профессионал в своем деле, у меня есть друзья и подруги. Я рядом с мамой... я ЖИВУ.

А ведь самое страшное – это добровольно отдать жизнь. Сколько неизлечимо больных людей просят у Бога жизнь? Подумайте об этом.

И не делайте глупостей! Все проходит, придет и это!

Анастасия

Путешествие в ад и обратно

Лиза, 33 года

Сейчас я почти уверена, что мои беды начались тогда, когда в 12 лет я по глупости прочла какое-то заклинание из брошюры по магии, которые как грибы после дождя стали проявляться в продаже в конце 1980-ых. Помню, там были имена каких-то духов. С тех пор все оккультное притягивало меня как магнит. После была масса перечитанных мною книг на данную тему, и незаметно для меня самой мое душевное состояние ухудшалось...

Привело это к тому, что в возрасте 19 лет я пыталась покончить с собой. Я выпила две пачки лекарства вечером, меня обнаружили утром. Врачи в больнице «скорой помощи» сказали мне, что это чудо, что я выжила. Когда меня спасали, я кричала что есть силы: «спасите меня, я жить хочу!» (не помню этого совсем, это мне уже потом рассказали). Но несмотря на это, я очнулась в состоянии депрессии и все повторяла одно и то же: «Зачем вы меня спасли?! Дайте мне таблетки, я выпью их снова!» Думаю, я что-то видела, подобное тому, что описано в книге Морица Роолингза «За порогом смерти», и мое подсознание вытеснило этот опыт как травмирующий.

После этого у меня появилась фобия – боязнь темноты. Эгоизм мой не имел предела, я не жалела никого, и своей матери, которая выхаживала меня (я практически училась ходить заново, яд так подействовал на мою нервную систему), на ее вопрос «как я могла?» я бросила – «ну и что? родишь себе еще...» Только когда я стала сама мамой, я понимаю, какой же невообразимо жестокой я была. С тех пор мама очень болеет, моя попытка самоубийства была для нее слишком сильным ударом. Теперь это мой крест. Вред, который я принесла родным, непоправим.

После этого очень медленно жизнь налаживалась. Университет, замужество, материальное благополучие. Все мои желания исполнялись как по волшебству. Единственное, чего я не могла достичь, это вернуть маме здоровье. Все перепробовала, все больницы и виды лечения, но без толку. А то, что я хотела получить в материальном мире, у меня было. Муж и друзья со мной носились, меня любили и жалели.

И все-таки депрессия как фоновое состояние присутствовала в моей жизни. Часто посещали мысли о смерти. Все было, а мира в душе не было.

И вот наступила расплата. Потому что за все нужно платить и рано или поздно мы понимаем это, чаще через боль, через страдание. И создавая ад другим, мы создаем ад себе. Через десять лет счастливой супружеской жизни мы решили стать родителями. Ребенка хотели очень. Вся беременность прошла в эйфории ожидания. Практически до последних недель всё было замечательно, только на 38-й неделе стало скакать давление и повысилось до 200 на 100. Госпитализировали, вопреки желанию родить самой, назначили кесарево, дали наркоз, который вызвал жуткие мультяшные галлюцинации. Приходила в себя тяжело, давление после кесарева оставалось высоким ещё три месяца.

Но самое страшное не это, а то, что я ничего кроме злости и раздражения не чувствовала ни к себе ни к ребенку. Я даже думала тогда, что лучше нам было бы умереть. Сын виделся мне монстром, который родился, что бы мучить меня. И себя я, естественно, видела абсолютным чудовищем. Конечно, я все делала – кормила, купала, убаюкивала, гуляла, лечила, когда болел (а болел он тяжело, в 1,5 месяца сепсис, в 3 месяца трахеит, граничащий с пневмонией) – но не потому, что хотела, а из-за того, что должна. Душевное состояние было очень плохим. Да и что может быть хуже? Мать не любит своего ребенка!!! Выглядела я просто кошмарно, в фильмах ужасов без грима могла запросто сниматься.

Всю беременность меня вела хорошая акушер-гинеколог, она же гомеопат. После родов я приходила к ней. Она старалась помочь, чем могла, но мне становилось все хуже. Она человек православной веры, и все мягко намекала мне, что неплохо бы сходить в православный храм исповедаться и причаститься, поговорить со священником. Если ребенок еще не крещен, то сначала крестить ребенка.

Я не допускала и мысли о таком. Я считала это бредом, мне казалось, что я без этого обойдусь, тем более я считала себя такой знающей в современных веяниях «Нью эйдж», позитивное мышление, медитации, ченнелинги и прочее... Каких я только методов «сверхразвития» не перепробовала в свое время. Но когда стало совсем плохо, мне ничего не помогло...

Когда сыну было 5 месяцев, я пришла к ней на прием в крайне тяжелом состоянии, плакала, что-то бубнила о смерти. Вела себя, по-видимому, неадекватно. Она пригласила своего друга, врача-психоневролога, принимавшего в соседнем кабинете. Он поговорил со мной жестко. Рассказал про тонкий мир и еще, что было с ним, и до чего в свое время дошел, увлекаясь медитацией, и как он пришел к православию. Короче, они настойчиво советовали обратиться за помощью к православной церкви (важно: не в секты!) Помню, они говорили, что бесовские силы атакуют всех людей постоянно, и их, и меня, и разница между нами в том, что у них есть хоть тонкая прослойка благодати, защиты, а у меня нет. И что бесы хотят, чтобы я поскорее умерла и забрать мою душу в ад, и я должна решать сама с кем мне быть. Признаюсь, я смотрела на них и думала, что у них с головой не в порядке. Какие бесы!? Какой ад?! Я ушла в полном отчаянии. Идя к своему врачу, я отчетливо понимала, что в таком состоянии я сама уже не справлюсь. Вот, надеялась на помощь. И что? Они даже лечить меня дальше не хотели. «Иди в церковь...» Обида захлестнула меня, я подумала, что они просто хотят отвязаться от меня, я им надоела, вот и не знали, как послать помягче...

Мне становилось все хуже. Ночи напролет я рыдала над детской кроваткой, спать нормально не могла, а если и удавалось задремать, то снились кошмары. Просила у сына прощения за то, что не люблю его и мечтала, чтобы было «темно и тихо, и желательно глубоко под землей». От еды меня тошнило, я ненавидела себя, я ненавидела мир и людей, общаться ни с кем не хотела, не хотела вставать по утрам, приводить себя в порядок, единственное, на что я была способна, это лежать носом к стене и плакать. Но мне приходилось брать себя за шкуру и заставлять все делать.

Я хотела залезть в темную нору и остаться там навсегда. Гуляя с коляской, я уже не могла сдерживаться и плакала просто на улице, соседи начали интересоваться моим здоровьем, они думали, что у меня неизлечимая болезнь, и я умираю. Кажется, тогда впервые я начала понимать значение слова «ад». Я реально хотела, чтобы меня кто-нибудь застрелил или машина сбила...

В одну из таких ночей я решила – будь что будет, я сделаю это, хотя уверена была на все сто, что не поможет, и придется садиться на антидепрессанты. Повод поговорить со священником нашелся на крещении сына. Священник тоже настаивал на исповеди и причастии. Рассказал, как подготовиться, посоветовал сказать, что я первый раз на исповеди, и все подскажут, помогут. Я окончательно решилась.

Мое положение усугублялось тем, что меня воспитывали в полном презрении к православию, религиозных друзей у меня тоже не было. Как же мне было тяжело туда идти! Все время с момента принятия решения мне будто шептал кто-то в уши: «не ходи», «полежи лучше, поспи», «само пройдет», «опозоришься там». Но я пошла в храм, ноги не хотели идти, я собирала последние силы, чтобы дотащить себя туда.

В церкви мне мерещилось, что кругом одни враги, с большим трудом пересилив себя, я все же сделала все необходимое. Не сразу, где-то на третий день после первой исповеди и причастия мне стало настолько легче, что словами не передать. Мысли о смерти исчезли, как

и не было, я впервые за долгое время увидела, что цветут цветы и поют птицы, и солнышко светит, и как неповторима беззубая улыбка моего сыночка! Помню, это был понедельник, я гуляла с коляской и поймала себя на мысли, что на душе как-то непривычно легко, и травка вот зеленеет и... мысли такие: «Умирать? А почему я должна умирать, с какой стати? Нет, я жить хочу!!!! И буду жить!!!!» Даже мусор мне показался очень даже симпатичным в то незабываемое утро!

С тех прошел год. Так продолжается и по сей день. Мир снова стал цветным. Сейчас я счастливая мама и жена, сына люблю, сильнее не бывает, лучше моего малыша нет на свете.

Я не берусь утверждать, что это панацея, хотя я знаю реальных людей, которым это также помогло и случаи были тяжелыми. Знаю и таких, которым не с первого раза помогло, но они продолжали и победили. Что тут сработало не самовнушение, это точно, т. к. я как раз была уверена, что это не поможет, и что я пойду к своим врачам и скажу с ухмылкой – «это мне не помогло», ясно-ясно так себе эту сцену представляла, даже какое-то удовольствие получала от мысли об этом. Что грехи действительно прощаются, я почувствовала на себе отчетливо. После таинств было такое чувство, что огромная такая тяжесть с моей души исчезла. Я каялась и раньше, много ночей провела в слезах и соплях, но действовало только через исповедь в храме. Также я страдала фобиями. Сама не знаю почему, но они покинули меня не сразу, а после многих исповедей и причастий. Вера у меня стала пробуждаться значительно позже, теперь только начинаю потихоньку продвигаться в этом. А тогда просто появилось ощущение огромной такой радости, вроде как заново на свет родилась.

Каковы мои представления о Боге сейчас? Бог – это Безусловная Всепрощающая Любовь. Вслушайтесь! Без-условная! То есть Он любит без условий всех и каждого такими, какими мы есть прямо сейчас, и самого грешного, и самого праведного одинаково. И Он не навязывает никому ничего. Он подарил нам свободу выбора и поэтому насильно счастливыми Он нас не сделает. Он не наказывает нас, не сердится и не расстраивается, а просто Любит. Мы делаем свой выбор, и мы наказываем себя сами. По принципу «подобное притягивает подобное», мы решаем свою судьбу при жизни и посмертную. Если в нас преобладает тьма, то к Свету мы притянуться не можем. Но все можно исправить.

Прошу каждого: ЖИВИТЕ, как трудно бы Вам ни пришлось. Я верю в бессмертие души (был такой опыт). Нам не удастся покончить со всем раз и навсегда, как бы сильно мы этого ни хотели. Это как с урока сбежать. Рано или поздно все равно придется его выучить. И лучше при жизни, чем после смерти.

Самоубийство: выученные уроки

Ирина

Эта история была написана через несколько дней после моей попытки. Исповедь-искупление...

Этот пример нам рассказала моя любимая учительница по анатомии, в тот момент, когда наша одногруппница, умница и заводила Маргарита из-за пустяка казалось бы, из за двойки по терапии наглоталась таблеток и умерла. Умерла в тот момент, когда мы, вся наша группа практически были рядом, ниже этажом, писали контрольную... И если бы хоть один из нас побеспокоился, поднялся наверх... Рита была бы с нами...

Так вот, после похорон Елена Борисовна собрала нас в группе, собрала и сказала: «Представьте себе чашку. Обыкновенную чашку. Она стоит под краном. И в эту чашку капает вода. Медленно, по капле. Чашка большая, капля маленькая. Но вода капает и капает, а чаша наполняется. И вот она уже полна до краев. Но следующая капля неумолимо срывается и несется вниз. Что происходит? Вода выплескивается через край, ее уже не удержать. Вот то,

что случилось с Ритой – это как раз случай с чашкой. И никто из вас не виноват. Конечно, если бы в этот момент хоть одна живая душа была рядом, этого бы не произошло. Но она осталась одна, и последняя капля сделала свое дело. Она уже не могла контролировать себя. Когда она поняла, что натворила, она пошла к людям, за помощью, но было уже поздно».

Я не пытаюсь оправдать себя, я просто понимаю, что и я наполнила свою чашу и осталась с ней одна в момент, когда упала последняя капля.

Горюшко-горькое, тьма беспросветная, подкатывалась, подкатывалась, да навалилась всем телом, не отодвинешь, не вздохнешь. Тут и священник, и муж, неделю не разговаривающий со мной, и не объясняющий что происходит, и мое безобразное поведение на форуме, и проблема на работе, с угрозой увольнения, и слова сына по поводу того, что я должна сдохнуть, и наконец-то все вздохнут свободно.

И вот тот, последний день. Я прихожу домой, и новый скандал. Сын напортил в компьютере, я ругаю мужа, что он не смотрит за ним, муж начинает препираться с сыном, в результате все как-то переходит в осуждение меня. Сын кричит, что отец дурак, что меня давно надо было гнать поганой метлой, что мне нет места на земле, и прочее... отец вяло спорит и так же вяло соглашается...

Сын, пожелав мне сдохнуть, уходит, громко хлопнув дверью. Я одна...

Я сначала пыталась зацепиться за что-то на форуме. И тут приходит пост от моего психотерапевта. Злой, язвительный. Вот она, последняя капля. Не сын, нет...

Последняя капля упала, я одна.

Я тупо рыдала в монитор... Прости, Жень, я искала у тебя поддержки, но ты не могла справиться, понимаешь, нет твоей вины. Ты далеко, и я все равно одна. Я поступила как эгоистка, сказав тебе про свои намерения. Хотя тогда я еще сомневалась. Цеплялась за что-то. Может, получив письмо раньше, я бы одумалась. Но я не вынула телефон из кармана, пока не сделала все. Так что ты зайка, не виновата. Пусть тебе это будет уроком, как люди, которые казалось бы, к тебе хорошо относятся, могут сделать тебе больно из эгоизма. ЭГОИЗМА. Ведь я не подумала о тебе, о том, насколько больно тебе будет. Именно тебе. Девочка моя, прости меня, я люблю тебя, но если после этого ты не захочешь со мной общаться, я пойму тебя. Ты будешь права. Потому что я поступила как эгоист. Прими это.

Ванна. Пенная, горячая, ароматная... И бритвы, несколько бритв... сначала легкий порез... Больно... Крови нет... Злость, я же не слабачка! Сильнее... Кровь, страшно, что я наделала... И опять какой то чертик – начала – доводи до конца! Ведь смеяться будут, поцарапалась, кого напугать хотела... Теперь я знаю, что те, кто умирают, в последний момент передумывают, и жалеют о сделанном... Но я еще в азарте, я с остервенением кромсаю руки... Вот, венозная кровь... Теперь ванну... Пена стала красной... Меня не хватятся до вечера... А вдруг спасут? В ход идут таблетки...

Когда сознание уже уходило, услышала, что пришел муж. Ходит, чаевничает на кухне... Желание позвать его, попросить о помощи, но в то же время вредный чертик смеется – сдалась! Молчу, засыпаю...

Прошло несколько часов. Уже вечер. Дочка вернулась. Как я перед ней виновата... Слышу, муж ворчит, что я долго в ванной сижу, даже не побриться, отправляет ее ужинать, а сам уходит в магазин... Меня нашел мой ребенок... Много лет назад мы сняли в ванной запоры, чтоб дети когда купаются одни, не запирались и можно было в любой момент войти, если ребенок наглотаётся воды или ударится. Тогда это было в пользу, но вот сейчас...

Она зашла помыть ручки, она одна в квартире, я никогда не прощу себе что позволила ей увидеть это... Как она плакала... Как умоляла встать и выйти из воды ради нее... «Мамочка, ну встань! Ради меня, мамочка!!!!»

Затем вернулся муж, крики, слезы, скорая... Наши ребята, они ко мне на работу ездят... Как я теперь им в глаза взгляну? Помню, что я сквозь силы упиралась и не дала промывать желудок... Тварь упертая.

Оля, я и тебе успела сказать что-то в аське. Я плохо помню что, была почти без сознания, уже перед скорой, после того как меня вынули из ванной. Прости меня, моя дорогая, я и тебе сделала больно, я выбрала самых ранимых и преданных мне людей и, как последняя мразь, причинила им боль.

Мама. Муж вызвал маму. Она плакала, умоляла меня открыть рот, просила ради нее, а ей ведь 74 года, она еле ходит...

Один сын невозмутимо давал советы по телефону. Типа проверьте пульс, наложите жгуты. Посчитайте сколько таблеток съела. Эдакий профессор. Ничего, говорит, с ней не будет.

Следующие воспоминания обрывками... реанимация, я на вязках, катетер мочевого, приносящий невыносимую боль, накладывают швы, милиционер пытается достучаться и задает вопросы... Говорят, что сначала была в терапии, не помню... Часть жизни просто выпала, меня НЕ БЫЛО...

На следующий день психиатр пришел в реанимацию. А я упрямо – «я снова сделаю это». Ну и нате вам пожалуйста транспортировка в психиатрический стационар. И если первые два дня ко мне относились лояльно, то на третий день уравнили в правах, сняв крестик, отняв телефон и зарядное устройство. И тут моя вредная натура не выдержала, я показала им, сколько у меня еще осталось средства к самоубийству: Таблетки от давления в большом количестве, два полных ингалятора, бинты, коими я обмотана и несколько метров ткани. С меня взяли честное слово, что я ничего такого делать не буду. Я бы себя за такую дерзость на вязки определила.

Сказать что в психушке ужасно, это ничего не сказать... Отделение невротиков – это просто санаторий... Когда сегодня заведующая спросила, как я настроена – поехать в них или домой, у меня сомнений не было. Конечно, домой. Правда, до дому я не дошла, по дороге слегла в урологию (катетер сделал свое гадкое дело, я все выходные с пиелонефритом маялась), да еще и некроз страшный на руке от лейкопластыря. Я ж без сознания была, никто не знал, что у меня аллергия на латекс. Так что теперь зализывать раны и лечиться еще ооочень долго. Плюс сюрпризы, которые будет давать организм от токсических доз таких сильных препаратов... Что пострадало? Печень? Почки? Мозги? Все вместе? Восстановится ли? Неизвестно пока...

Это так сказать расплата за глупость.

А теперь уроки.

Первый урок. Моя семья. Сколько надо иметь тупости и слепого упрямства, чтобы только вот такой ценой увидеть и услышать их чувства ко мне?

Мама: «Я тебя очень люблю, ты единственная моя надежда, мне не от кого больше ждать поддержки! Ты мне нужна! Схорони меня сначала! Я люблю тебя! Уходи от своих, приходи ко мне жить, пусть живут одни!»

Муж: «Ты же знаешь, как я тебя люблю! Я без тебя жить не буду! У меня на работе проблемы были, вот я и дулся! Я люблю тебя, не делай так больше!»

Дочка: «Мамочка, любимая, встань! Встааааань! Ну, ради меня, ну, пожалуйста! Мамочка!!!»

И потом рисунки, которые она нарисовала, пока я была в реанимации...

Племянница: «Иринка, ты с ума сошла? Ты что наделала??? Как мы без тебя? Я тебя очень люблю, не делай так больше!»

Сестра (ну это вообще больной вопрос... Она ж мне сколько раз говорила, что ненавидит меня...): «Если ты еще раз так сделаешь, я тебя убью! Приходи ко мне жить!»

Ко мне в психушку приходили все, кроме сына и свекрови. Эти двое до сих пор держатся позиции, что я ненормальная, что я якобы уже несколько раз резала вены (интересно, где же шрамы?) и что меня лечат от какой-то ужасной психической болезни, и я просто невменяемая. Бог им судья. Надеюсь, сын когда-нибудь поймет. Мнение свекрови мне глубоко до лампочки.

Приходили все. Каждый со словами любви. Именно в психушку, не побоясь посетить столь привлекательную организацию.

Это урок первый. Глупость и слепое упрямство, не позволяющее мне видеть в близких их чувства ко мне.

Урок второй. Вся моя любимая организация знает о произошедшем, и о месте пребывания меня в эти выходные. Выводы у людей разные. Я, конечно, переживу, но кто-то послабее мог бы и сдаться под напором любопытных глаз. Стыдно. Но вообще репутация «психа» плотнее прилипло, и мне сегодня целый день рассказывают, что у одной из наших сотрудниц началось обострение, и она уже несколько дней ходит неадекватная, причем говорят таким заговорщицким шепотом, будто я причастна к ее болезни, а может, и вместе с ней обратно пойду лечиться.

Урок третий. Скольким людям вне моей семьи, но переживающих за меня, я причинила боль.

Женька. Женька. Женечка. Солнышко мое светлое.

Ольга.

Ира.

Ирина Геннадьевна. Мой терапевт. Представляю, как ей больно, ведь как ни крути, она несет ответственность за мое состояние, и хоть тысячу раз скажи я, что она не виновата, от этого груза ей избавиться невозможно... Тем более, вина есть, и хотя даже я сто раз повторю, что она не виновата, это ее пост отправил меня в ванну. Поступок мой, но последняя капля – ее. Бог нам обоим судья. Каждый из нас понесет свой груз вины. Я никого не хочу осуждать.

Все форумчане с псисома, где происходили эти события, кто принял во всей этой истории участие. Как они поддерживали меня, каждый старался вытащить меня из этой ямы...

Мои кошатники, мои друзья, к счастью, они узнали после, и не все.

Мои сотрудники.

Соседка, которую муж позвал в тот момент, когда меня вынул из ванной.

Многими из них я действительно манипулировала, Олей и Женей точно, сказав, что произошло. Я не имела права перекладывать на них этот груз, эту вину. Девочки, это – не ваш груз, а мой. Я хотела бы забрать его обратно.

Урок четвертый. Умирать действительно страшно. А возвращаться – еще страшнее. Потому что приходится смотреть в глаза людям, которые спрашивают – ЗАЧЕМ??? ЗА ЧТО???

А ответа нет. Вернее то, что было ответом, оказалось такой малостью по сравнению с этим даром, что чуть не был выброшен впустую – ДАРОМ ЖИЗНИ.

Урок пятый. Только глупец захочет пройти весь этот путь снова. Ирина Геннадьевна, хоть я там в порыве чувств и кричала, что если вы меня не возьмете, я сделаю это обязательно, могу сказать, что это того не стоит. Никакая психотерапия, даже самая нужная в данный момент мне и самая необходимая, никакая Ирина Геннадьевна, даже самая дорогая и любимая, не стоят этого. Не стоят. НЕ СТОЯТ. У меня есть более дорогие вещи. Моя жизнь, моя семья. Извините, ради Вас умирать не согласна. Да и вообще ради кого бы то ни было.

Урок шестой. Который наверно должен бы был быть первым. Не нужно делать скоропалительных выводов из того, что тебе говорят или делают окружающие люди. Надо попытаться остыть, вникнуть, поговорить. Тогда и выводы-то, возможно, другие будут. Я же

искренне считала, что муж не разговаривает со мной, потому что сильно зол на меня, и не могла понять за что.

Урок седьмой и пока последний. Пока. Потому что будет еще завтра, и я буду извлекать еще и еще уроки...

Итак, урок седьмой. Надо ЖИТЬ. Сквозь боль, слезы, колючки, кровь, обиды и непонимание прорываться к цели. Не стоять и топтаться, ожидая, когда придет большая тетья и проведет к долгожданному счастью. А рвать одежду и стаптывать башмаки, рвать жилы, но НЕ СДАВАТЬСЯ! Искать, искать, искать и найти СВОЕ СЧАСТЬЕ!

Диалоги с самоубийцами

«Меня ненавидят родители»

Я иду по улице и смотрю на лица людей. Но я не вижу в них солнца. Того солнца, которое ярко светит в небе. В небе, на которое им лень взглянуть. Они всегда смотрят под ноги. Им плевать на небо...

Смотрят на меня, как на ненормальную. А я просто стою и смотрю на небо.

Меня очень мало кто понимает. Почти никто. А я не понимаю их. Просто не могу.

Играю на гитаре. На старой, обшарпанной гитаре, которую ещё месяц назад сломала моя мама. Но я снова её починила.

Меня ненавидят родители. Они говорят это в лицо. Орут, как бешеные, бьют меня. А потом говорят часами о Боге и грехах, которые я совершаю.

Я чувствую, что я не такая, как все. Знаю, это говорят все. Все бегают и вопят, что они – личности, индивидуальности.

А на самом деле – серые, безликие куски толпы.

Трудно жить. Слишком трудно.

Даже понять не могу, зачем я сейчас сижу в пять утра и пишу это дурацкое письмо. Всё равно его никто не прочтёт.

Постоянно играю на гитаре. Пишу песни, стихи. Ну, и всякое такое...

Творческая личность?

Или очередной подростковый выпендрёж?

Уж точно не второе.

Таня Филатова, 16 лет

Отклики

Знакомая ситуация. Когда тебя не любят родители – это самое тяжелое, что может быть. Ты пытаешься как-то скомпенсировать этот недостаток любви, ищешь, за что бы себя полюбить, и выдумываешь, что ты лучше других, что тебе в одном не повезло (с родителями), зато ты велик в другом. В творчестве, например.

Этот путь тупиковый. На самом деле легче от такого самообмана не станет. И ждет разочарование...

Творчеством, конечно, можно и нужно заниматься, особенно если правильно к нему относиться. Если понимать, что украшает мир только такое творчество, которое делает людей, мир лучше, добрее. Но чтобы так творить, нужно иметь добро в своей душе. Настоящее добро.

В моей жизни был момент, когда я это понял. И когда я посмотрел на себя и увидел, как во мне мало добра, я понял, что никогда не стану таким как Чехов или Достоевский. И я закончил с творчеством и занялся тем, что действительно важно и то, что реально меняет жизнь – совершенствованием своей души, тем, чтобы в ней стало больше добра...

Это реально и быстро изменит твой взгляд на вещи и на людей. Сейчас ты слепая. Ты даже не в состоянии представить того, что за усталой маской на лице идущего по улице человека есть какой-то мир, какое-то добро, и вполне вероятно, что его мир гораздо более прекрасный, чем твой сейчас.

Пойми, тебе есть, за что любить себя, и другим есть, за что любить тебя в любом случае, независимо ни от какого творчества. Ты – подобие Божие, твоя душа в глубине своей прекрасна. Тебе нужно только раскрыть это прекрасное, а раскрыть его можно в добре, в дарении себя. Только этому нужно еще научиться.

Брат, 40 лет

Порой мне кажется, жизнь поступила со мной жестоко. Родная мать говорила, что ненавидит меня, при этом бьёт и, смеясь, хочет, чтобы я сдохла, да именно сдохла. И каждый раз по ночам я сидела на подоконнике, и мне каждый раз хотелось спрыгнуть, чтобы всем стало легче, но я жила с такой болью, но не с ненавистью, потому что я знала, что когда-нибудь всё будет по-другому. Мне оставалось только верить, и я верила. И вот спустя 2 года после школы, я уехала учиться в другой город. Мне так хорошо – ведь я наконец-то узнала, что такое смеяться, быть весёлым и жизнерадостным человеком. Моя закомплексованность постепенно уходит в прошлое, ведь для меня больше нет прошлого, есть только настоящее. Я желаю всем, кто пережил что-то подобное, бороться и ещё раз бороться! Никогда не опускайте руки. Ведь всё будет хорошо, и самое главное – не переставайте в это верить.

Я люблю дождь, 19 лет

Все нормально. Так в Вашем возрасте может быть. Просто Ваши родители немножко забыли, какими они были в 16 лет. Не надо на них сердиться: они устают на работе, стремясь обеспечить Вас. Они немножко другие, чем Вы. И это надо ПОНЯТЬ. Надо постараться найти с ними общие темы для разговора, а вдруг, они тоже споют с Вами под гитару песни их молодости? Вы попробуйте.

У меня был сын, он погиб. Он тоже пел песни под гитару, слушал музыку, мне не понятную, пропадал с ребятами во дворе. Я так же, как Ваши родители, за него волновалась.

Но это не значит, что я его не любила. Я его очень любила и люблю. Но дети отличаются от родителей.

Это хорошо, что у Вас есть свой взгляд на мир, но жить придется с людьми, которые Вас окружают. Придется учиться с ними ладить, разговаривать, работать. Это очень сложно. Для этого нужно много терпения и желания понимать окружающих людей.

Всего Вам хорошего!

Счастья, солнца, любви!!!

Надежда, 45 лет

Быть человеком 16-ти лет во все времена нелегко. Но потом ты по любому узнаешь, что у взрослых – свои проблемы. Они страдают не только от одиночества, но и от многих других неприятностей. Их уже не ругают родители, но на работе есть начальник, сослуживцы, дома – супруг со своими проблемами, и дети, которые их не понимают, и растут не такими, как им бы хотелось. Не обижайся, что не хотят тебя понять. Постарайся вникнуть в их заботы. Тебе, как бы ни было печально, можно быстро развеяться, утешиться, а им уже сложно.

Пожалуй, в юности каждый – не такой как все. Просто ты начинаешь понимать, как многообразен мир и чувствуешь потребность выбрать из этого мира самое нужное, свой путь, и теряешься, когда видишь такое вокруг.

Общайся с людьми больше, даже если на данный момент тебе ближе всех твоя гитара. И увидишь, что немало прекрасных людей, которые просто светятся от доброты, доброты к людям. Поговори с таким человеком, и узнаешь, что он верит в то, что все вокруг – люди хорошие. Часто это бывают пожилые, и бабушки.

Чувствуешь себя непонятой другими – наверняка и сама не понимаешь себя, потому что в таком возрасте человек – это клубок вопросов, запутанный-запутанный. Трудно что-то понять. Можно только принять. Со временем многие вопросы сами распутаются, главное – не обозлились. Злому человеку всегда плохо.

Творчество, пожалуй, необходимо в такой период. Надо же выплескивать накопившееся в душе. Не факт, что лет через пять ты будешь так же все воспринимать. Прочтешь свои стихи, и сама удивишься, как тебя из стороны в сторону кидало. Не уклоняйся только в грусть и печаль в своих песнях, а то застрять недолго.

Мари, 20 лет

Понимаешь, когда я была подростком, а это было не так давно, я очень ругалась с родителями, мне тоже было плохо, и мысли о том, что без меня было бы лучше, посещали часто.

Но это, оказывается, не так. Ты понимаешь, что родители любят, но своей любовью, правда, иногда мы эту любовь совсем не понимаем. Но не об этом речь. Ты – талантище, так что не зарывай себя, а твори, приноси частичку счастья в этот мир!

Я тоже люблю смотреть на небо, правда. Смотрю и вижу другой мир, различные фигуры. Знаешь, я часто думала о смерти, а сейчас пишу о самоубийцах, пытаюсь разобраться в этом.

Я думаю, тебя важно полюбить мир, который тебя окружает и попытаться его изменить. Я верю, что у тебя все получится!

Рыжая, 21 год

Спасибо всем вам. Огромное спасибо. Ваши отзывы и советы, правда, очень помогают и согревают. Постараюсь измениться...

Таня Филатова, 16 лет

«В моей внешности есть дефекты»

Мне нужна помощь. Я понимаю, что еще чуть-чуть, и все же доведу себя до самоубийства. Сложно описать причины моего депрессивного состояния. Наверное, это вечная неудовлетворенность собой. Я так часто ненавижу себя, презираю. Так часто причиняю себе боль. Уже не помню дня, чтоб на моих щеках не появлялись слезы. Не помню дня, чтоб не было мне одиноко. А что поделать... У меня никогда не было друзей. В моей внешности есть дефекты, которые противны окружающим. И с самого детства я постоянно слышала насмешки и терпела издевательства. И, конечно же, выросла жутко неуверенной в себе. Я так одинока, что просто невозможно. Вместо реального мира я живу в своих фантазиях. Но это уже не помогает. Ни книги, ни попытки рисовать. Ничего не спасает. 18 лет я прячусь от мира, а когда выхожу, то не выдерживаю. Нет, невозможно. Меня останавливает лишь чувство, что я еще не сделала что-то очень важное в своей жизни. Что-то, ради чего стоит жить.

Галя Снежина, 18 лет

Отклики

Легко, наверное, давать советы в чужих проблемах, и тебе сейчас могут насоветовать, пытаться утешить. Одного ты не изменишь: от себя никуда не уйдешь, не уедешь, не убежишь, не скроешься. И, вместе с тем, единственный человек, который тебя никогда не пре-

даст – это ты сама. А внешность? Ну что внешность, не надо жить своей внешностью. Что ж теперь унижаться перед другими из-за того, что у тебя есть недостатки? Искать расположения окружающих, чтобы над тобой не смеялись?! Проблема в том, что когда ты выходишь на улицу, то внутренне напрягаешься, зная, что всякий встречный над тобой может «улыбаться». Это, конечно, уверенности тебе не даёт, закомплексовывает тебя, ведь ты же пытаешься понравиться окружающим. А ты вот что сделай (жить-то всё одно – надо): не пытайся никому понравиться; в душе разреши самой себе ВСЕМ насмехаться над твоей внешностью. Это смирение перед самой собой тебя утешит. Теперь, выходя из дома, ты будешь точно знать, что КАЖДЫЙ ВСТРЕЧНЫЙ МОЖЕТ тебя в мыслях оскорбить. Это устранил неопределённость душевного состояния, и ты не будешь так переживать из-за каждого отдельного случая. Может, я нечётко объяснился, но попробуй меня понять: это не самоунижение – нет! – это смирение.

Иван, 30 лет

Ангел-хранитель держит тебя, и ты за него держись, он не отступит. Главное – не внешность, главное – суть, и счастливее тот, кто это понимает, и осознает, и видит. Старайся стремиться к прекрасному. И люби – принимай всё таким, каким оно есть. Посмотри фильм «Зеленая красавица», может, это тебе поможет. Не все красавцы и красавицы, и жизнь – бесценный ДАР, и не на внешности сошлась она. Всего тебе наилучшего!

Дима, 20 лет

Конечно, не сделали – Вы жизнь свою не прожили! Не прожили красивой, правильной, полноценной и замечательной жизни! А это уже повод, чтобы остаться.

Внешность – совсем не главное. У моей подруги тоже есть дефект внешности – лицо сильно повреждено угревой сыпью. Она, конечно же, хочет сделать операцию, чтобы все исправить, но, поверьте, это ей не нужно. У нее много друзей, ее все любят и уважают, и от поклонников отбоя нет. Потому что она мягкий и добрый человек, готовый всегда прийти на помощь людям, и пожертвовать чем-то важным для себя. Никакие увлечения этого не заменят. Если Вы не будете общаться с людьми, они никогда не узнают, какой он – ваш внутренний мир. Вы же, имея опыт того, как люди бывают жестоки, можете с гораздо большим сочувствием и пониманием отнестись к тем, кто в этом нуждается. И тогда-то все ваши комплексы пройдут. И никакого одиночества не будет!

А неудовлетворенность собой никуда от вас не денется, если вы от нее не избавитесь здесь.

Только надо приложить совсем капельку усилий.

Мари, 20 лет

Галя, дорогая, в твоём возрасте, а может, чуть раньше, примерно те же чувства я испытывала по отношению к себе. Это бывает в юности. Сейчас мне уже 43 года, и жизнь представляется мне прекрасным подарком Господа. Этот трудный земной путь мы проходим не одни, но с нашим Отцом. В твоей жизни все будет: и друзья, и любовь – только предоставь свою судьбу Господу и не отчаивайся.

Ольга Ивановна, 43 года

Дорогая Галя! Внешность – это не главное в жизни, поверьте!

Друзей можно завести в Интернете, лицо меняется вообще всю жизнь, то есть оно еще и будет меняться.

Те люди, которые насмеяются над Вами, просто глупы. В конце концов, существуют хирургические операции.

Когда у Вас будут дети, они будут любить Вас не за внешность, так же, как и Ваши родители любят Вас за то, что Вы есть.

И Вы абсолютно правы: Вы еще многого не сделали, потому что будете делать это всю жизнь! Можно помогать людям, как-то поддерживать в трудную минуту, и жизнь изменится!

Я сама пришла на этот сайт с депрессивными мыслями, а когда начала раздавать советы, вдруг поняла, что, во-первых, мои проблемы – это ерунда, по сравнению с другими, а во-вторых, моя депрессия просто прошла!

Я не говорю, что мои советы ценные, может, их никто и не читает, но когда начинаешь раскладывать вещи по полочкам, вдруг понимаешь, как ты любишь этот мир!

Перс, 25 лет

Здравствуй, Галя!

Может быть, виной не твоя внешность, а очень чувствительная душа. Мне тоже раньше казалось, что окружающие меня знакомые и незнакомые надсмехаются надо мной. Потом я понял, что незнакомым до меня нет дела, а знакомые воспринимают меня не только по внешности, но по моему внутреннему миру, по моему к ним отношению. Может, ты излишне ранима, а потому встречаешь всех колючками, чтобы тебя не обидели? Если ты в душе ждешь от человека плохого, то он это чувствует. А твое поведение тоже меняется в худшую сторону, и ты непроизвольно можешь спровоцировать его на плохое.

Научись принимать себя такой, какая ты есть. Не жди от общения с другими людьми заранее ни плохого, ни хорошего. Скажи себе: «пусть будет, как будет», принимай с благодарностью от этой жизни всё.

Если ты сильный человек, то найди возможность помогать окружающим, нуждающимся в помощи. Верь в Бога, молись.

Николай Н, 41 год

Детушка, ты бы видела меня. У меня тоже есть «дефекты». И ничего, мне уже за 40, замужем и двое детей. Ничего, все образуется, твое от тебя не уйдет. Конечно, ты права – как хорошо ты это выразила! – ты еще не сделала чего-то важного в своей жизни. Стоит жить, поверь. Помоги тебе Господь.

Юля, 40 лет

Галя, да в похожей ситуации находится большая половина молодых людей! И во все времена так было, молодость – это не всегда безоблачная пора, а чаще совсем наоборот, это время сложное и переживательное. Именно это нужно ПЕРЕЖИТЬ. Перетерпеть. Скоро Вы станете относиться и к себе, и к жизни иначе. Сейчас вы в возрасте, когда самое время менять свой мирок на МИР.

Конечно, слова воспринимаются лишь как слова.

С 13-ти лет я поняла, что у меня нос картошкой. И волосы жидкие, ну прям почти лысина. И кожа «как у курицы попа» (именно так мне «друзья» говорили), и фигура мальчишеская. Короче, свет клином на этом сошелся, я вся стала один большой комплекс. Пряталась от людей, естественно, романтики, свиданий и т. д. в жизни не было. Конечно, были и парни, и девчонки, которые цеплялись за мои недостатки и высмеивали, то просто ради забавы, то чтобы самоутвердиться. При всём при этом я была жутко ненаходчивая, никогда не знала,

чем на колкости ответить. Это ещё и убеждало меня, что я неинтересная. Короче, полный отстой, казалось, что меня слепили из утиля, некачественного материала, я бракованная.

Всё это копилось во мне, и до 21 года я вообще ни с кем особо не общалась. Утешение находила в том, что писала стихи (которые не показывала даже маме, считая их такой же ерундой, как я сама), и в религии, – внутренняя жизнь была всегда насыщенной, за неимением внешней жизни. Студенческая жизнь немного развеяла меня. Кстати, нос стал аккуратнее, волосы гуще, фигура женственнее, а с комплексом, что я неинтересна – даже переборщила, одно время упивалась и гордилась своей «интересностью».

Жизнь меняет человека, даже если кажется, что ничего особого не происходит, и так будет всегда, – перемены происходят. Конечно, нужно работать над собой, раскрываться, открываться.

А самое лучшее средство от комплексов – это любовь. Даже невзаимная – она очищает, и когда её реализовываешь – пусть даже в пожелании добра любимому, сердце расцветает и не остаётся в нём места для мелочей.

А рисовать обязательно продолжайте, это оценят, может, это будет восхищение родного и любимого вашего человека (просто верьте, что он ЕСТЬ), оттирайте свою душу от комплексов, становитесь собой, пусть будут видны ваши дарования и достоинства.

Главное сейчас – перетерпеть этот период. Переживать его и стараться находить интересные занятия, может, записаться в кружок? В художественную школу, там и людей с общими интересами побольше.

Свеча, 25 лет

Нет ни семьи, ни друзей

Я считаю, что моя жизнь не имеет смысла. Сколько себя помню, всегда была недовольна своей жизнью, всегда ощущала какую-то пустоту и глубокое одиночество. Сейчас мне уже 30 лет, но у меня ничего нет, что могло бы радовать мою жизнь. Семью я не создала, детей нет. Близкой подруги – и той нет. Есть хорошие знакомые, но как-то от них я услышала, что я только и жалуюсь на свою жизнь и что у меня постоянные проблемы. Я думала, что от одиночества меня сможет спасти мужчина, который войдёт в мою жизнь, но я уже два года одна, мужчины перестали обращать на меня внимания. В последнее время у меня частые перемены настроения. Я сильно ругаюсь с родными, просто стала ненавидеть свою мать. Всё больше стала желать людям зла.

Почему в этой жизни некоторые получают всё, а другие ничего? Я ничем не хуже других, я очень красивая девушка, у меня два высших образования, я много читаю и развиваюсь. А на меня даже никто не обращает внимания, и поговорить мне даже не с кем. А психологи только и говорят, что в чём-то я была не права, я посетила 9 психологов. Я даже в Интернете не могу найти собеседников. Я недолго встречалась с молодым человеком, но как-то он сильно напился и сказал, что я для него только для времяпровождения и ничего серьёзных отношений быть не может, и что жениться он пока не собирается. Потом он улетел в отпуск и за неделю женился на какой-то необразованной девушке из деревни.

Почему у всех в жизни всё так складывается хорошо, а я каждый вечер провожу в одиночестве и горько плачу?

Я просто не хочу жить. Каждый день одно и то же: с утра до глубокого вечера на работе, а потом в одиночестве дома.

Каждый раз, идя на работу, я привожу себя в порядок, пытаюсь всем окружающим показать, что в моей жизни всё прекрасно и что жить одной это мой выбор.

Екатерина, 30 лет

Отклики

Екатерина, давайте рассудим здраво. Если Ваша проблема в окружающих людях, то проблему не исправить: окружающий мир невозможно изменить. Если же проблема в Вас, то Вы можете изменить себя и тем самым полностью изменить ситуацию.

Значит, выгоднее для Вас, чтобы проблема была в Вас. Но чтобы воспользоваться этой выгодой, нужно поработать над собой.

Вам 9 психологов сказали, что с Вами что-то не так. Видимо, назвали какие-то причины. И как Вы поработали над собой?

Похоже, вместо того, чтобы работать над собой, Вы просто шли к следующему психологу – либо для того, чтобы он убедил Вас, что у Вас все в порядке, либо, чтобы он решил Ваши проблемы без Ваших усилий.

То есть Вы сделали все, чтобы Ваши проблемы не разрешились. Если Вы и дальше будете себя так вести, они так и не решатся.

Хотя решить их можно. И очень даже просто, если есть желание и решимость.

Ваша проблема – эгоизм. Вы думаете только о том, как получить. А не о том, как дать. А чем человек эгоистичнее, тем он несчастнее и противнее другим людям.

«Почему у всех все хорошо». Что за глупости! Вы так увлечены собой, что не замечаете, сколько вокруг людей, которым в 1000 раз тяжелее, чем Вам!

Поймите – выход один: победить свой эгоизм. Свою гордыню, тщеславие, самомнение. Если Вы готовы, можем обсудить это подробнее.

Брат, 40 лет

Екатерина, я полностью согласна Братом.

Однажды я переписывалась с подругой, и она мне ответила очень хорошей фразой: «нет времени на нытье». Конечно, она себя имела в виду.

Но я обратила ее слова на себя – никогда ни от кого не надо ничего ждать. Мы сами можем изменить свою жизнь, только мы, не надо надеяться на принцев! Если у Вас есть время на нытье и на психологов, значит у Вас излишек свободного времени, запишитесь в изостудию, займитесь творчеством! Откройте себя как личность.

В мире есть люди, которым нужна помощь, совершенно необязательно материальная, просто общение помогает нам в трудную минуту! Вы же сами написали, что стали раздражительной, а как же люди к вам потянутся?

А с мамой ругаться – я считаю, вообще – последнее дело. Моя мама умерла пять лет назад, я до сих пор переживаю и скучаю по ней, разве говорила бы я ей такие слова, если бы знала, что так случится?

Так вот, у вас есть возможность, поговорите с ней по душам, ругаться-то зачем?

Перс, 25 лет

Екатерина, знаете, в одиночестве есть большие плюсы. Много, что мы делаем, когда одни, мы не имеем возможности делать, находясь с кем-то. По себе помню, как тяготилась одиночеством, но когда «заполнила» его общением, отношениями и т. д. – поняла, чего лишилась. Заполнила своё время, по сути, ненужными мне связями, и силы мои уходили впустую. Снова прервала все связи, чтобы восстановить силы. И теперь понимаю, что просто не умела строить отношения с людьми: либо только брала, а сама была закрыта и ничего не отдавала,

либо отдавала всю себя, но не тем, кому это было нужно, да ещё и ждала, что мне вернётся отданное. Сейчас постепенно пересматриваю ошибки и учусь общаться.

Может быть, всему своё время, и если Вы одна, то так тому и нужно быть сейчас, взять максимум от этого, развиваться и не изводить себя понапрасну. Конечно, время идёт, и это для женщины немаловажно. Но чем быстрее Вы отпустите ситуацию и станете от этого проще, тем быстрее – я уверена – разрулится эта ситуация. В одиночестве есть соблазн самокопания, саможаления, т. к. очень много времени уходит на себя, любимую. Самый верный способ не переживать так одиночество – это обратить внимание на других, а не ждать, когда обратят внимание на тебя. Обязательно нужно научиться не быть равнодушной, это даёт силы и смысл.

Свеча, 25 лет

Екатерина! Факт – желая зла людям, самому себе делаешь плохо. Обратите внимание на то, чем бывают в Вас недовольны ваши близкие, какие ваши качества им не нравятся. По большей части, что в нас видят другие – правда. При обилии свободного времени как раз неплохо бы заняться их исправлением.

Еще факт – от зависти другим тоже лучше еще никому не стало. Значит, зависть можно откидывать из диапазона наших ощущений.

Позиция – я ничем не хуже, я такая замечательная – заставляет вас требовать от жизни очень много. Красота и образование, как Вы заметили, сами по себе еще не залог успеха. Поинтересуйтесь, что в девушках могут ценить мужчины и окружающие люди, кроме этих двух пунктов.

С человеком, постоянно недовольным, трудно найти общий язык – значит, недовольство жизнью тоже ни к чему.

Вы пишете – читаете, образовываете себя. А попробуйте интереса ради и пользы для прочесть хотя бы пару-тройку страниц из Нового завета. Как человека неглупого вас не сможет не поразить контраст того, как живете вы, и того, как можно, оказывается, жить. Побродите по сайту. Почитайте, пишите.

Мари, 20 лет

Нет здоровья, друзей и работы

Всё чаще задумываюсь о том, чтобы покончить с жизнью.

Несмотря на печальные события прошлого, которые мне всё же удалось пережить, я не могу понять, зачем мне жить дальше. Ведь худшее, как мне представляется, ещё впереди. А то, что было, – только цветочки.

У меня сейчас нет: нормального здоровья, друзей, работы. А мне 23. И я считаю, что ничего из этого уже не выйдет. Буду страдать сам и мучить окружающих. Кстати, в связи с этим, а вернее, в том числе и по этой причине, я сейчас не имею никаких знакомых (друзей-то у меня почти никогда не было) и стараюсь не проявлять инициативу, чтобы повидаться с родственниками.

Для пущей убедительности могу рассказать о проблемах подробнее.

В первую очередь из моего никчёмного здоровья я бы отметил некоторые отклонения из области андрологии и урологии, которые в будущем могут не позволить мне, грубо говоря, оставить потомство. Уже сейчас есть проблемы с противоположным полом. Коротко говоря, с ним я попросту не контактирую. Меня таким, какой я есть, принимать никто не поспешит. А после всех неприятностей, которые я доставил во время сближения и последующих за

ними критических высказываний в мой адрес, я решил забыть о противоположном поле. Казалось бы, в чём проблемы, если я сумел как бы абстрагироваться от этих мыслей (желаний, потребностей и т. п.)? Причём я даже не говорю про физические аспекты этой проблемы, когда я испытываю только физические страдания. Действительно, это можно даже назвать мелочью, относительно того, как я сейчас себя оцениваю в этом мире. Но! Это лишь часть проблем.

Другой момент – это отсутствие способности нахождения общего языка с другими людьми. Я, конечно, находил друзей. Но насколько уверенно можно называть друзей друзьями, если они в течение периода от одного дня до нескольких месяцев уходят из твоей жизни, косвенно или прямо оставляя объяснение причин, по которым они это сделали! С одной стороны, те, кто меня оставляет, хотя бы не пользуется дружбой в корыстных целях. А если я об этом догадаюсь раньше, чем это произойдёт, то уже я избегаю контактов с такими людьми. Варианта «дружбы» с моим участием всего два. И ни один мне не приносит удовлетворения. Казалось бы, в чём проблемы, если я могу избегать любых контактов, таким образом, избегая всех возможных неприятностей, которые возникают именно в коллективе (обществе, социуме и т. п.)? Не могу сойтись с людьми, и поэтому просто с ними не пытаюсь сходиться. Но эта проблема плавно перетекает в следующую.

Я не могу найти работу! Вернее, нахожу подходящую работу себе, но не подхожу для неё сам. И не без участия человеческого фактора. Я как поплавок погружаюсь в море вакансий и дрейфую на поверхности. Я, прежде всего, натываюсь на строгий отказ в приёме на работу ввиду моей неопытности. Дело в том, что я умудрился выучиться на менеджера в высшем учебном заведении. Это было очень не просто. Но, с одним отчислением, я всё-таки добился этой цели. Я получил эту несчастную корочку, называемую дипломом. А теперь благополучно получаю отказы, потому что работодателей, оказывается, интересуют не диплом, а опыт работы от нескольких месяцев до нескольких лет. А где получить опыт работы, если работать без опыта (имеется в виду, по специальности) просто нигде? Вот такая странная ситуация. Если я устроюсь дворником, я, конечно, поработаю, но не получу опыт работы. Таким образом, я просто никогда не смогу устроиться на работу. У меня нет денег, связей (друзей), добрых (имеющих возможность посодействовать) родственников. Нет возможности устроиться. Я не могу даже всю жизнь проработать хотя бы грузчиком – у меня остеопороз. «К нам приходят работать, а не учиться» – отвечают мне работодатели. А вот если бы мне так не говорили, не заикались про опыт работы, мне бы может, и не пришлось так мучиться, может, что-то и получилось бы. Но, опять же, коллектив... Меня всё время называют нудным, слишком скромным, бедным (во всех смыслах), тихим и скучным (и это далеко не весь список). Во мне все ищут функцию, и не могут найти! И поэтому я никому не нужен. Поэтому я не люблю людей. И уже просто не хочу даже пытаться с ними находить что-то общее.

Подводя итог, я попробую представить, спрогнозировать то, что у меня будет впереди.

Спустя время я начну невольно заставлять мать выкидывать меня из дома за то, что «сизжу у неё на шее». При ненадлежащем лечении у меня обострятся андрологические заболевания. Кстати, с этим я уже был у специалиста. Но он отказался мне помочь. Причину отказа объяснил тем, что не знает, как помочь. Плюс ко всему, видимо, сильно не хотел регистрировать факт лечения, дабы не давать повода военкомату усомниться в моём несоответствующем воинской службе здоровье. Правда, в последующем я убедился, что мир не без добрых людей, – в военкомате и без того сочли, что моё здоровье никуда не годится. В общем, походы по врачам и в будущем не принесут результатов. Здоровье будет медленно ухудшаться. К тому же у меня плохое зрение. Окулист в своё время предупредил меня, что к 40 годам я начну терять зрение... А попросту для того, чтобы хоть как-то удерживать своё здоровье, нужны деньги. Но где мне их достать? Потом у меня не будет жены, детей, семьи,

друзей, здоровья, работы... У меня не будет ничего, кроме одного... страданий! И главное никакой от меня пользы в этом мире не будет...

Подумав обо всем, об этом я начинаю задумываться о самоубийстве. Я привёл достаточно аргументов, чтобы убедить в том, что я далеко не легкомыслен. Я реально оцениваю ситуацию. Я реалист. Я понимаю, что, покончив с собой, я не только перестану страдать сам, но и оставлю в покое всех, с кем меня сводит судьба. Ведь даже критикуя, человек не ненавидит, и даже не жалеет, а просто хочет, чтобы всё было не так, по-другому, лучше. Желая добра, человек может критиковать очень жёстко. И таких критиков у меня было и остаётся очень много. Но реально никто ещё не захотел мне помочь... Я так больше не могу... Вот, и задумался... Быть или не быть?

Сергей, 23 года

Отклики

Сергей, ваша разумность, рассудительность радуют. Поэтому, я думаю, Вы сможете прислушаться к моим аргументам.

Я слышал как минимум о двух старых женщинах, живущих примерно в одном состоянии. Несколько лет (одна из них – несколько десятилетий) живут, не вставая с постели. Они тяжело больны.

Первая из них, которая недавно умерла, лежала несколько лет. Обычно, когда человек долго в несчастьи, от него многие отворачиваются. Большинство людей ведь хочет получить, а не отдавать. А к ней все эти годы ходило очень много людей. Все больше и больше. Вроде человек идет исполнить тяжелый долг – навестить больного. А выходит от старушки, наоборот, радостный, укрепленный в силах.

Почему такое чудо? Потому что человек не унывал, а старался дарить себя людям, поддерживать людей своим теплом и молитвой. Получалось, что наоборот – она поддерживала здоровых.

Что в этом удивительного? Ведь мы тратим силы на удовольствия, на всякие глупости, а она так силы не тратила, но много приобретала их терпеливым страданием.

За ее гробом шли тысячи человек. Такое редко бывает с инвалидами...

Вторая лежит в глухой деревне в Рязанской области. К ней едут со всей страны, в том числе из Москвы, едут на поклон. К деревенской старухе-инвалиду. Своим страданием и молитвой она обрела дар прозорливости. Она очень много помогает людям...

Наверно, Вы уже поняли, к чему я все это.

Прозорливости мало кто достигает, и не нужна она.

А вот учиться отдавать – нужно. Всем нам больше всего нужна от других людей – любовь. А этим инвалид, как бы ни было плохо его здоровье, наделен не меньше, чем здоровый, а если он терпит смиренно – то гораздо больше.

Поэтому Вы можете быть нужны людям не меньше, а даже больше, чем человек здоровый, красивый и богатый. Это совершенно точно.

К кому во все века больше всего тянулись люди, шли тысячами, хоть бы края одежды коснуться? Не к богатым же. К святым!

Что касается неудачного сексуального опыта. Поймите простую вещь. Одно дело, когда это делается просто ради удовольствия, с человеком, для которого нет ничего важнее удовольствия. Другое дело – когда это происходит по любви, в браке, с человеком, имеющим правильную систему ценностей. В законном браке, по благословению Божию, возможно многое, что не удастся в грехе.

Сколько было случаев в истории Церкви, когда зачинали и рождали глубокие старцы и старицы?

И работу Богу ничего не стоит найти Вам, если Вы у него попросите.

А Вы хотите сдать еще до начала битвы.

Мне кажется, это не по слабости, а просто по неведению. Неведению тех возможностей, которые перед всеми нами открыты.

Брат, 40 лет

Сергей, «Москва не сразу строилась». К чему это я? Сейчас мне 26 лет, я немногим старше тебя. Так вот, история. С 12 моих лет у меня начались проблемы с головой – сильные головные боли. До чего меня доводили эти приступы боли? Об этом в полной мере не знал никто, скулила, конечно, порой. Все врачи списывали это на половое созревание. «Пусть так!» – сказала я себе.

Друзей у меня не было: все мои силы уходили на то, чтобы победить себя и не позволить себе «зажалеть» себя же до смерти (в прямом и переносном смысле – были мысли, ой, как были!). Несмотря ни на что, я успешно окончила школу, поступила в престижный университет. А дальше началось самое интересное: те головные боли, что были у меня в школе, оказались лишь малой толикой того, что началось во время учебы в университете. Звуки, даже шепот, запахи, прикосновение одежды, малейшее движение моего же тела, даже пальца – всё, ровным счетом всё причиняло невыносимую боль. Так проходили приступы. Никогда никому этого не желала и не пожелаю. Все нормальные физиологические потребности (еда, сон, движение, чувство времени) были нарушены. Все вены были исколоты – мне назначали поддерживающее лечение каждые три месяца. Все – это значит, все вены, до которых можно достать, не доведя до болевого шока. Без обезболивающих таблеток нельзя было просуществовать больше 3-х часов. Дозы таблеток постоянно росли, приходилось употреблять всё более и более сильные обезболивающие – это я уже делала сама, потому что врачи отказывались что-либо делать, на мне поставили «крест». Но искреннее «спасибо» им за честность. Неделями пребывала в амебоподобном состоянии. Я таскала свитеры-балахоны, под которыми не было видно ни синющих рук, ни худобы, ни трясучки.

Какая личная жизнь? Да на меня в том «прикиде» никто и не смотрел. При этом я училась. Сдавала сессию, «бананила», снова сдавала экзамен; каникул у меня не было – они были полностью в учебе-практике. А как-то мне врачи заявили, что мне запрещено: учиться, вести активный образ жизни, заниматься любым видом спорта, работать за компьютером и вообще за любыми приборами, где необходима сосредоточенность, мне запрещена сидячая работа, запрещена физическая, умственная и психическая нагрузка. Это только внешняя часть жизни человека, а ведь есть еще и личная (о которой мне уже тогда было «запрещено» и помышлять). Мне всё запрещено было. Упрашивала врача не подписывать мне смертный приговор – справку в деканат на отчисление – врач не пугал, за меня беспокоились.

Я закончила университет, причем с баллом, позволяющим поступать в зарубежную аспирантуру, но жизнь сложилась так, что я сменила сферу своей деятельности.

Без опыта, без специализированного образования, стала искать работу в новой для себя сфере. Моя первая зарплата, куда меня приняли без опыта работы, была 6 тыс. руб. Впечатляет? Я жила самостоятельно, не в семье. Слава Богу, мои родители меня не оставили (они у меня вообще замечательные, уверена, что у тебя тоже), подкидывали денюжку время от времени. Сейчас я совершенно самостоятельно обеспечиваю все свои потребности. Это всё внешнее.

А что касается личного... Теперь у меня есть куча-куча-куча знакомых, приятелей, и, конечно, есть друзья, которых вовсе немного, но они есть. И я благодарна Господу за всех них! За все наши поделенные радости и горести, за все наши размолвки и примирения!

С 14 лет живу фразой «всё, что ни происходит, к лучшему». Все трудности нашей жизни – это наше лучшее. И только когда мы откроем глаза, откроем свою душу, когда примем и умом (нашим реалистичным, прагматичным умом), и сердцем, и душой, только тогда мы и оказываемся способными осознать, что именно произошло, что нам было дано и что мы теперь должны вынести и передать окружающим нас людям, нашим ближним и близким.

Сергей, надо Быть, т. е. жить! Несмотря ни на что, принимать, благодарить и быть! Ну, а как это реализовать – лучше узнать у более опытных людей (например, ответ Брата). Удачи тебе!

Ася, 26 лет

А бывали в твоей жизни моменты, когда ты по-настоящему радовался? Чем ты увлекаешься, что тебе нравится? Начни общаться в форумах, чатах, там люди тебя не видят, и тебе легче будет разговаривать, но научиться разговаривать с людьми тебе НЕОБХОДИМО. Найди кружок по интересам, что-то, за что можно будет зацепиться. В свое время я тоже не хотела жить, довела себя почти до смерти, не ела, исхудала, потому что думала, что мир несправедлив, и в нем нет места для меня. А ты живи назло, вопреки, собери всю волю в кулак и начни Жить. Обратись к религии, она даст тебе совет, путь, уверуй в Бога и бойся только Его, остальных никого не бойся. Ты сам-то хочешь победить или уже лапки сложил? Не время умирать, если ты до сих пор жив, значит, ты здесь для чего-то нужен или для кого-то... Оглянись! Есть такое понятие как «единый механизм», каждый человек несет свою роль во вращении этого механизма. И еще – ты слишком много думаешь. Перестань, тебе много думать вредно, ты можешь помочь людям, иди и помогай, тогда и они обязательно помогут тебе. Удачи!

Василя, 23 года

Спасибо! Спасибо вам всем!!! Я, кажется, начинаю переставать сбиваться с пути истинного.

Да, Василя, в моей жизни бывали такие моменты. Мне нравится бывать наедине с природой (а также с собой), читать, получать положительные отклики о себе. Это всё то, от чего я и получаю удовольствие. Нравится иногда, правда, много думать. И не всех это радует, кстати. Попытаюсь перебороть эту лень, и начать действовать. Честно скажу, это для меня очень трудно. Куда проще просто думать.

Сергей, 23 года

«Не понимаю, зачем люди живут?»

В этом году я заканчиваю университет, учеба в котором за все это долгое время не принесла мне ни момента удовольствия или радости, хотя специальность вроде как нравилась. Теперь мне надо искать работу, а без связей и знакомств (которых у меня нет), найти что-то по специальности невозможно. Буду сидеть дома и рвать волосы на голове, которые и так уже почти все выпали. Красавица!

Когда мне было лет 16–17, я представляла, что все самое красивое и интересное происходит в жизни у человека до 25 лет. Он молод, он красив, он здоров. Потом начинается ерунда, которая не стоит ничего. Я представляла, что проживу счастливо до 25 лет и...

потом жизнь закончится, потому я закончу университет, выйду замуж, рожу, растолстею, буду ходить на скучную работу, стареть или... закончу жизнь самоубийством.

Скоро мне 25 и мои взгляды в принципе не поменялись. С той лишь разницей, что замуж я за это время не вышла, детей не родила. И так, 25. Пора заканчивать жить. Есть два варианта: полет с высоты или таблетки (про их еще надо узнать, какие пить, чтоб наверняка, чтоб не откачали). Я хотела бы поехать в незнакомый город, выпить таблетки и заснуть где-нибудь на чердаке, чтоб не сразу нашли.

Ну, я не понимаю, не понимаю – ЗАЧЕМ люди живут? Когда молодость и красота проходит (а ведь это так важно особенно для женщины), когда одни серые дни, когда нет перспектив и все одно и то же?

Мой папа не имеет постоянного заработка, целыми днями лежит на диване и просит у моей мамы денег. А еще ссорится с ней, кричит и иногда бьет. Он поссорился со всеми родственниками и друзьями, теперь к нам в гости никто не ходит. В квартире – настоящий бомжатник, потому что не делался ремонт лет 15 (элементарно нет денег и рабочей силы). А с улицы постоянный шум машин, крыша едет (в переносном смысле).

Мою маму ненавидит ее 80-летняя мама, моя бабушка. За что – не понятно. Наверное, потому, что папа поссорился с родственниками и с братом мамы (любименьким сыном бабушки) в том числе. Моя мама из-за этого очень переживает и болеет.

Родительской любви в детстве я явно недополучила, постоянно чувствовала себя одинокой и в холоде. Поэтому выросла замкнутой, неуверенной в себе, зависящей от мнения других.

Брат живет с нами, почти спился в свои 27 лет. И болеет очень неприятной наследственной болезнью.

Все подружки уже вышли замуж, рожают, устроились более-менее. И откуда только у них к этому интерес и желание?

Ну, вот покажите хоть маленькую причину, по которой мне еще надо жить, по которой мне надо радоваться?

Ах да! Про личную жизнь не упомянула. Был парень, которому я «понравилась». В кавычках, потому что он обычный жигало, встретил меня на престижном факультете, где я учусь, думал, что я дочка богатеньких родителей. Поэтому и пудрил мне мозги, да так, что я в него влюбилась. А он, когда сориентировался и понял, что никакая я не золотая жила, бросил холодно и без сожаления. Теперь мои ощущения – будто я нахожусь в помойной яме. А кругом – одни вот такие жигало и пройдохи. И что самое ужасное – вылезать оттуда у меня нет сил.

Смотрю на себя в зеркало и думаю: какое убожество!

Только прошу вас! Не надо меня загонять в церковь и говорить про благодать и про Бога... Я знаю, что Он – есть. Только я устала от Его уроков...

Зачем меня выкинули в этот мир?

Ирка, 24 года

Отклики

Ира, попробую передать, что я думаю.

Мысли – это нематериализованные дела. Мысли – хотим мы того или нет, знаем мы об этом или нет – стремятся реализоваться. И реализуются, тем точнее, чем мы сильнее об этом думаем. Можно сказать, что мы сами строим свою судьбу, независимо от того какова она, «по звёздам, по линиям и т. д.» Раньше я очень верила в гороскопы, хиромантию и тому подобное, что попыток что-либо изменить сознательно не предпринимала. А позже, в твоём

же возрасте (а мы с тобой почти ровесницы), до меня дошло, что та судьба, которую нам с рождения даёт Бог, корректируется с учётом того, как мы развиваемся. В прямом смысле, мы – сотворцы своей дороги жизни, вместе с Богом.

Может быть, у тебя по роду (отцу или матери) идёт непростая линия жизни, ведь человек не из ниоткуда и не в пустоту появляется, он связан с родом, и очень крепко и глубоко в поколения. На себе испытала. Мой прадедушка убил из ревности свою жену и проклял женский род, и вот уже два поколения женщин в нашей семье по папиной линии «не совсем удачливы» в личном плане. Но моя тётя силой своей воли и стремлением жить отвоевала своё счастье. И я тоже не сдаюсь, хотя бывает всякое, и сложно принять «такую нелепую несправедливость». А людям всем нелегко жить, даже если со стороны кажется что они в шоколаде, а на душе может быть такая тоска за неимением смысла, хоть вешайся, что некоторые и делают. Смысл жизни найти непросто, но возможно. Может быть, он в том, чтобы научиться любить. И не только и не столько какого-то парня, мужчину, но и себя, такую как ты есть, и родителей, и может быть кому-то помочь, ведь земля далеко не рай, это уж точно. И ещё, наверное, мы живём для того, чтобы развиваться, расти.

Люди ведь все не святые (за редким исключением), конечно у твоих родителей свои «тараканы» водятся в голове и душе, у бабушки – тоже. И у тебя тоже. Лучше, наверное, принять это и по возможности не усугублять. А своих «таракашек» вытравливать. Кстати, родителей я начинаю понимать только сейчас, как непросто быть взрослым в этом мире, и все делают ошибки. Какое-то достаточно близкое общение с ними начинается у меня только сейчас. И я простила им и «недолюбленность» (по моему мнению), и невнимание. И они мне мои «тараканы» тоже.

Вот ты пишешь: «Не надо меня загонять в церковь и говорить про благодать и про Бога... Я знаю, что Он – есть. Только я устала от Его уроков...» Загонять не собираюсь, но я не могу не написать про то, как мне помогла чудотворная икона Богородицы. Была жуткая депрессия, мысли такие, типа «зачем жить такой слабачке и неумехе как я, выучилась не на ту профессию, дальше учиться сил нет; парня нет, да и не было до сих пор ничего серьёзного, некрасивая, замкнутая, здоровья УЖЕ нет, психика расшатана, а что дальше – пустота, существование». Но так как с детства бабушка научила меня молиться, я молилась, как могла, своими словами, чтобы Бог вразумил, не оставил, показал мне мою дорогу. И я узнала, что в нашем городе есть Иверская икона чудотворная. Съездила три раза на молебен, и сил прибавилось, психика перестала скакать, я успокоилась, на многие вопросы поняла ответы, и, думаю, что второе высшее мне сейчас вполне по силам. Ещё рано говорить о стойком результате, так как это произошло всего 2 месяца назад, но и за это время я благодарна, мне столько всего открылось. Постараюсь не растерять этот дар и силы.

Я поняла, что все ситуации в жизни были для того чтобы я росла. Много происходило (или не происходило) потому, что сама виновата, в чём-то была неуверенной в себе, в чём-то наоборот гордой и самоуверенной. А по сути, психологически я ещё такой ребёнок, и многое просто не помещается в моей «душонке», и когда понимаешь что-то ранее непонятное – это даёт ощущение полноты жизни, и ради этого хочется жить, и умирать на полпути – это, по меньшей мере, неразумно, мысли о самоубийстве – плод ограниченной, не выросшей пока души.

Да, кстати, когда ты устроишься на работу (Я знаю точно – «невозможное возможно», кто ищет, тот всегда найдёт, опять же по себе знаю, только ищи с позитивом), внутренний строй наверняка изменится, главное, чтобы тебе понравилось то, чем будешь заниматься.

Сил тебе, и помощи Бога. Это так важно когда кто-то молится, хорошо, если в роду есть такие люди. А если нет – то у тебя всегда есть ты, поговори с Богом, и о себе, и о родителях, может Он этого уже давно ждёт. А вот сегодня я не осталась равнодушной, и в моём разговоре с Богом расскажу и о тебе.

Свеча, 25 лет

Ты, Ириш, задумывалась, что многие люди живут, потому что испытывают в своей жизни искреннюю радость и смысл? Ты задумывалась, почему у них так получается, а у тебя нет? Ты пробовала искать и пытаться понять причину этой разницы? Мне кажется, ты сама с юных лет (конечно, отчасти, под влиянием неблагоприятностей семейных) сознательно программировала себя на получение от жизни одного лишь негатива, и слепо следовала «своей» программе! Почему беру в кавычки слово «своей»? Да потому, как ты веришь в Бога, так поверь и в дьявола, и в то, что вы с ним соавторы твоих взглядов на жизнь и твоих установок. Многие подростки, живя в трудных семьях, видя всю неправильность родительского быта, наоборот кричали себе – «я повзрослею и буду иным! Я не буду следовать этому кошмару бесцельности и нелюбви». И у них получалось! Ирочка, меняйте свою «программу»!

Прохор, 36 лет

Солнце, сейчас в наше время у всех жизнь тяжелая. Даже у тех, кто вроде родился в богатой семье и имел доступ ко всем развлечениям. Убедился на себе – стандартные развлечения лишь губят организм. Алкоголь, наркотики и прочие средства, от которых можно получить мнимое удовольствие. Но ведь живем мы не ради удовольствия, а ради ЖИЗНИ. Сама по себе жизнь – это удовольствие, какой бы сложной она ни была. Это начинаешь понимать, когда у тебя в жизни начинает наконец-то складываться все в лучшую сторону. А такие моменты всегда приходят. Конечно, надо пытаться строить свою жизнь самой, но вдруг ты встретишь в ближайшее время все-таки любовь? А поверь мне, уж ради этого точно стоит жить.

Посмотри на свои проблемы с другой стороны, попробуй разобраться в них со всеми силами, даже если не сможешь разобраться со всеми, ты будешь сильнее и сможешь пережить что угодно.

Моя мама участвовала в пожертвованиях инвалидам. Вот, насмотревшись на них, и понимаешь, что такое жизнь. У человека отказали обе почки. Через день надо ездить в больницу, очищать кровь. Операцию делать нельзя – чтоб пересадить орган, нужно начисто убить иммунитет, и человек все равно долго не проживет. Но он и не задумывается, что может умереть – он живет и не ждет смерти.

KriK, 18 лет

У меня достаточно своих «радостей» и нерешённых проблем, т. е. как бы не мне тебя учить. Но всё же скажу.

Самое первое, что тебе нужно сделать, – это уйти из дома. Начинать жизнь – а ты её только начинаешь, а не заканчиваешь, как почему-то вообразила, – в бедламе не стоит. Жить в проблемной семье и иметь оптимистичный взгляд на мир нереально. Перевоспитать своих родственников ты не сможешь, а помочь той же маме (и морально, и финансово) тебе будет по силам только тогда, когда сама будешь стоять на ногах достаточно твёрдо.

Найди для начала хоть какую-то работу. А там – не факт, конечно же, но может что-то и по вкусу и по специальности подберётся. Попробуй снять комнату, или уйти в общежитие.

А насчёт скучной работы и тоскливой семейной жизни – это у тебя чисто возрастная ошибка. Я тоже через неё прошла. И на своего «первого» тоже долго в душе злилась.

Взрослая жизнь (даже с виду похожая) и ощущения от неё бывают совершенно разными, так же как и воспоминания о детстве и юности у всех разные. Знаешь, для одного

ежедневный банан – это праздник (это я про себя, любимую), а для другого на вкус как мыло размягчённое.

В течение двух лет я ежедневно паковала носки в носочном цеху (по 12 часов в день на ногах), жила в общежитии с совершенно чужими мне людьми разных наций (у каждого свои национальные особенности, порой доходящие до абсурда), а в промежутках бегала на встречи с любимым человеком – инвалидом намного старше себя. И была счастливая-счастливая. А сейчас опять живу дома, в благоустроенной квартире в зелёном районе, могу позволить себе роскошь бездельничать и хожу злая и мрачная.

А выглядеть классно можно и в 40 лет, не являясь обладательницей параметров 90-60-90 и греческого профиля. Только вчера имела возможность любоваться на двух таких дам.

Проблемы с волосами тоже решаемы, опять-таки при наличии работы и денег. Сейчас это лечится, ну и стрижку соответствующую подобрать.

Ты должна сама начать карабкаться из этой трясины. А вот уж потом появятся и те, кто тебя поддержит, пойдёт на встречу, ободрит. Это будут люди, от которых ты никак и не будешь ждать помощи, и в тот момент, и в том месте, где ты ничего хорошего не будешь ждать. Но начать должна ты.

Цыплят по осени считают. Нередко к финишу выходят первыми – в самых разных вещах – люди, на которых на старте никто бы не сделал ставки. А в результате именно они показывают хорошие результаты – во внешних данных, в характере и обаянии, в учёбе, работе, личной жизни, кто в чём. Среди моих знакомых есть такие. Разного возраста, в том числе твои ровесники. Я их уважаю и по-хорошему им завидую. В том, что они оказались сильнее и чисто по-человечески талантливее меня. В обстоятельствах, более сложных, чем у меня, или с начальными данными, отстающими от моих.

Ты себя пока совсем не знаешь. И своих возможностей. Живи! Пробуй себя на все лады. Что-то обязательно выйдет.

Лида, 33 года

Спасибо всем за отклики, я не думала, что их будет так много.

Я их все внимательно прочитала.

По поводу отца я бы не была очень категоричной, это их личная с мамой жизнь. Потом, отца мне тоже жалко. Он просто очень злой внутри, а злым никогда не везет.

У мамы огромное чувство вины за моего брата (у него псориаз очень сильной степени). Эта болезнь передалась ему по маминой линии, поэтому мама не счастлива с того дня, когда у него впервые это проявилось, а это уже 10 лет.

Я говорила брату тысячу раз, что все не безнадежно, можно лечить, только очень стремиться к этому: специальная диета, голодание, отказ от спиртного, курения, солнце, морской воздух. Его ответ: «Мне ничего не интересно». И продолжает выпивать, курить, объедаться (ему уже ставят ожирение), то есть делать всё абсолютно противоположное тому, что нужно для выздоровления. Понятно, что болезнь прогрессирует. Может, у него есть еще какое-то чувство зависти и злости ко мне, потому что мне эта болезнь не передалась.

И вот представьте, как можно жить в такой атмосфере и радоваться жизни: злой папа без денег и поссорившийся во всем мире, мама с чувством вины и страдающая от нападок собственной мамы, брат в глубоком депрессняке и пофигизме. Это все переваривается в небольшой квартирке. Наша квартира – это Храм Депрессии.

Я уже поняла, что мне нельзя с ними жить на одной территории, надо уехать и поддерживать их издалека по мере возможности. Для этого нужна работа. Для работы нужны силы. Слышала такую фразу: родители должны дать детям крылья, чтоб они смогли взлететь, и

корни, чтоб они знали, куда возвращаться. Не знаю про крылья, но с корнями у меня большие проблемы.

Ирка, 25 лет

Ир, ты сама, по-моему, хочешь, чтоб после 25 ты стала такой прям ужасной. Кто тебе не даёт стремиться? Люди живут. А потому что это счастье, просыпаться с любимым человеком. Потому что счастье – видеть своего карапузика в колыбельке. И нечего страшного, что у тебя связей на работе по работе нет. Сейчас берут везде по собеседованию. Главное, чтоб ты не дурой была, коей я думаю, ты не являешься.

Лена, 17 лет

Ира – это просто нытье! Быт в состоянии изменить любой человек. Знаете, сколько больных людей сейчас поменялись бы с вами местами? Неустроенность – это ерунда! Восемь лет назад я переехала в мегаполис. Молодая, талантливая и уверенная в себе как мрамор. Другого варианта, кроме мгновенного успеха у меня не было! А жизнь решила по-другому. Было и безденежье, и голодала. И любви не было, несмотря на то, что красавица и умница. И рыдала, и головой об стену билась. А потом нашла себе дело, а потом нашла и любовь! Самую настоящую. Год назад все по-другому было, а сейчас, любимый человек рядом, малыш и жизнь прекрасна! А главное, что это за предел 25 лет! Смех! В наше время это малышовой возраст!

Алиса, 28 лет

«Не могу простить жене обман»

Не могу сказать, что у меня все плохо, но я серьезно запутался в своей жизни. Была свадьба, рождение дочери. Любил свою жену. Оказалось, что дочь не от меня. Развод неизбежен. Чувств не осталось никаких. Решил переехать в другой город. Денег нет, только устроился на работу. В принципе, неплохую. До того были плохие отношения с родителями. Я не могу простить обман жене. Жить совершенно не хочется. Но как жить дальше, я не знаю. Здесь, вдали от родных мест я не нужен никому. А возвращаться – верный путь к глубокой депрессии. Слишком много давящих воспоминаний. Уйти проще всего, но какой смысл мне оставаться в этом мире?

Петр, 25 лет

Отклики

Петр, каждый в жизни сам решает все для себя.

У меня вот есть знакомая пара, где муж, жена, два ребенка, один из них грудной, а муж заводит еще ребенка на стороне и уходит к любовнице. А потом вернулся через год. Жена счастлива. Женское счастье... А есть муж и жена, никто никому не изменял, ребенок общий, ругались-ругались, развелись. А какая любовь у них была!

В конце концов, ребенок все равно Ваш, неужели Вы от него можете так спокойно отказаться? Не знаю, ваше право.

Если Вам плохо от сознания того, что ребенок не Ваш, уходите, конечно. А не думаете, что лучше остаться? Нет, я не пропагандирую, просто многие «ярлыки» в этой жизни навязаны общественным мнением.

В конце концов, Вам 25 лет, жизнь только начинается. У некоторых мужчин первый ребенок только в 40 лет появляется, а если Вы хотите от ребенка отказаться, значит, начните жизнь с нового листа.

Представьте, что этого не было. Отпустите от себя эти воспоминания. У Вас сейчас сложный период, Вы мечетесь между старой жизнью и новой. Вам нужно сделать выбор на 100 %: или остаться, или уйти. Но, сделав его, нужно быть верным ему до конца.

Не переживайте, работу Вы нашли, появятся друзья, будут в Вашей жизни и девушки.

Вы попробуйте простить Вашу жену, не возвращаясь. Простите ее. Это ее ошибки. Ее жизнь. Простите ее, а сами начинайте новую жизнь с чистым сердцем.

Перс, 25 лет

Петр, посмотрите на ситуацию с другой стороны. По идее, ведь у Вашей жены был выбор – остаться с тем человеком или с Вами. Она все-таки выбрала Вас. Это о чем-то говорит?

А то, что она это скрывала. Ну, а Вы бы на ее месте решились рассказать? Она боялась Вас потерять. Хотя, конечно, и ей наука. Ну, уйдете Вы из мира. И что в итоге? Я не говорю даже о загробной участи самоубийц. Но каково будет Вашим родителям? Про жену и не спрашиваю.

А ребенок этот что, не человек? Ему разве отец не нужен? Моё мнение, тот человек, может, был бы плохим отцом. Так Вы возьмите и станьте хорошим. К тому же, кто сказал, что у Вас в будущем не может быть детей – уже ваших? Жена, думаю, Вас любит, и многое простила бы Вам.

Или Вы не совершаете ошибок? (Честно!) Попробуйте и Вы простить ее. Ведь она не ушла к другому, не гуляет налево. Ей нужны Вы. Если Вы действительно любили, то найдете силы простить. Вы еще можете быть очень счастливы. А сведете счеты с жизнью – горе ждет и всех ваших близких, и Вас самого. Я Вам такого не желаю.

Ронни, 29 лет

Петр, доброго дня! Скажите, неужели, узнав, что дочь не от Вас, Вы перестали её любить? Если да, то и говорить не о чем, уезжайте! О какой любви идёт речь, если Вы можете вот так сразу решить – всё, не люблю! Прощение – это труд, и беда Ваша, что Вы на него не способны! Ваша жена до сих пор Вам изменяет? Или это случилось давно и забыто? Она за Вас замуж шла, с ВАМИ ребёнку решила воспитывать! Ведь Вы не животное, которое, почуяв чужую кровь в малыше, уходит на другую территорию!

Обратитесь к бабушке, он поможет разобраться (не бойтесь, что Вас там насильно убедят остаться). Прощать – великое дело, и нужно оно, прежде всего Вам, а не ей и ребёнку. Извините, если резко.

Lady Helga, 23 года

Уметь прощать – наука сложная, и не все могут ее постичь. Но если Вам тяжело здесь, в чужой стороне, Вам все же стоит вернуться обратно... Чтобы прошли все обиды и горести и не давили Вас попусту, нужно отпустить все те негативные воспоминания о прошлой жизни, простить своей жене, очистившись таким образом от угнетающих мыслей. Вы ведь взрослый человек и понимаете, что все мы небезгрешны, потому очень часто совершаем ошибки, но ведь на них же и учимся. Например, я человек, которому просто непонятен смысл прощения, в отношении человека к человеку. Я никогда долго не держу зла на человека, а если у меня просят прощения, я искренне говорю, что мне не за что прощать, на все воля Господа и

лишь Господь вправе простить. Возможно, я еще не сталкивалась со столь нелегкими ситуациями, но я знаю одно, что никогда не позволю покалечить себе жизнь ненужными обидами. Я желаю Вам найти в себе силы и постараться простить и даже понять свою жену, жизнь у Вас впереди. Будьте счастливы!

Александра, 19 лет

«Девушка свела меня с ума»

Я хочу закончить жизнь. Причина это моя девушка, которую я очень сильно люблю, она издевается надо мной, говорит, чтобы я от неё отстал. А я не могу жить без неё, я очень сильно люблю её. Она меня обманывает, делает мне очень больно. Говорит мне такие вещи, на которые я не могу не реагировать, всякие глупости, что занимается сексом с другой девушкой и с каким-то парнем. Она меня не ценит совсем. Я не знаю, какой ей ещё подарок подарить.

Ей 18 лет она ещё немного глупая. Наверное, её никто никогда так сильно не любил как я, и не полюбит. Я уже разобрался со всеми, кто как-то мешал нашим отношениям, и буду и дальше разбираться. Что мне сделать с её подружкой лесбиянкой, как с ней поступить, чтоб она отстала от моей девушки? Я готов идти до конца ради этой девушки, каким бы он ни был. Я уже сказал ей, что мне не нужна жизнь без неё, когда она меня послала, и что я повешусь.

Я всё же думаю, что смерть, достойная мужчины, это смерть в бою, я хочу погибнуть в бою. Мне было очень плохо, я уже почти покончил жизнь, но меня спасли, я долго приходил в себя, лежал с высокой температурой.

Я не знаю, может, стоит дарить ей очень дорогие подарки. Я знаю, что рано или поздно она снова сделает мне так больно, что я не захочу жить. У меня такое чувство, что она меня доведёт до чего-то такого... Она, наверное, не до конца понимает, как сильно я её люблю. Если я сейчас буду заниматься бизнесом, то скоро у меня будет много денег, я это знаю, и тогда возможно эта девушка будет со мной из-за денег. Я бы хотел, чтоб она в будущем была моей женой, а сейчас я сильно не напрягаюсь, буду зарабатывать деньги и заниматься серьёзными делами, а потом через какое-то время буду всё внимание и время уделять этой девушке. Наверное, если я увижу её с другим или что-то подобное, то я этого другого или изобью или убью, я очень сильно ревную её ко всем. Она ещё такая глупая и не знает жизни, я в её годы не был таким. Мне сейчас 22 года, я через многое прошёл. Я очень сильно её люблю, она моё слабое место, моё больное место, она центр моего мира.

Я уже почти покончил жизнь, меня спасли. Думаю, в следующий раз она может сделать мне ещё больнее, и тогда точно произойдёт что-то ужасное. Для меня была бы честь погибнуть в битве за неё, но лучше конечно, чтоб мы с ней жили долго и счастливо, и у нас не было бы проблем. Посоветуйте мне, как мне себя вести и что делать, какие подарки подарить этой девушке, напишите, цена не имеет значения, что-то такое, что её впечатлит.

Я ещё не говорил сейчас несколько дней с этой девушкой, она сейчас думает, что я повесился, не знаю, переживает она или нет, думаю, что у неё ледяное сердце, и я не знаю, как мне его растопить. Ещё очень неприятно, что испортило наши отношения, это люди, которые наговорили ей про меня всякие гадости, очернили меня в её глазах. Я всё же надеюсь, что любовь победит и у нас с нею всё будет хорошо. Наши отношения постоянно, то спад, то подъём, то вверх, то вниз, и когда я внизу, то я не хочу жить, потому что её нет рядом. Она ещё не воспринимает, когда я говорю с ней на умные темы, она не понимает многих вещей, я буду стараться общаться с ней по-простому, но у меня не всегда это получается. Посоветуйте мне что-нибудь.

Максим, 22 года

Отклики

Максим, у тебя очень серьезное помутнение рассудка. Ты не понимаешь, что происходит.

Самое главное – увидеть все трезво, тогда ты сможешь действовать эффективно.

Ты мужчина и ты должен дать бой. Но кому или чему? Бой надо дать своей слабости. Победа над собой – самая высокая победа. Только она и является настоящей победой.

Эта девчонка – не твоя любовь. Она, как ты сам говоришь, твоя болезнь, твой ужас, твой идол, твой мучитель. Но никак не любовь.

Сильный и свободный человек – тот, кто не подчиняется идолам, а сам управляет своей жизнью. Только свободный человек может любить.

Так вот, победой будет то, что приблизит тебя к настоящей любви.

Никаких вообще подарков ей дарить не надо, эта мысль совершенно бредовая, если ты не планируешь стать ее спонсором и покупать как проститутку. Любовь подарками не покупается – это во-первых. Во-вторых, очень похоже, что она, как и ты, пока не способна любить...

Лучше всего, со всех точек зрения, тебе с ней расстаться. И себя в порядок приведешь, и она тебя зауважает. Гораздо больше, чем за деньги и подарки.

Но если она к тебе после этого станет липнуть – не поддавайся.

Желаю тебе дать настоящий бой и победить в нем!

Брат, 40 лет

Максим! Чтобы человек понял, насколько сильны твои чувства, совершенно не важно количество подарков и их цена. То, что ты излишне опекаешь ее, требуешь ответных чувств и к тому же еще говоришь о самоубийстве из-за неразделенных чувств, то здесь, если честно не прослеживается мужская струнка. Ты должен показать ей то, насколько она в тебе нуждается, что у тебя серьезные планы насчет нее. Бывает, конечно, такое, что в силу своего юношеского возраста, люди воспринимают жизнь как некую игру, за последствия которых они не отвечают. Ваша девушка, наверно, излишне избалована и ведет себя как ребенок, здесь может помочь лишь время и ваше упорство, если Вам действительно так безразличен этот человек. Удачи Вам и счастья!

Александра, 19 лет

Максим, Вы серьезно больны.

Нельзя вести себя с человеком, которого ты любишь, так, как Вы поступаете. Эта девушка не любит Вас и не полюбит, она над Вами издевается, ей до Вас все равно. Но это другое.

Поговорим о Вашей любви. Если она с кем-то встречается, как Вы можете мешать их счастью? Ведь это ее выбор.

Как Вы можете заваливать ее богатыми подарками? Ведь Вы просто делаете из нее продажную девушку! И это не любовь. Это НЕЛЮБОВЬ.

Если бы Вы любили ее, Вы бы ее отпустили. Любовь от Бога, и любовь – это в первую очередь – свобода, как Ваша, так и ее, а не разборки и слова «я устранил всех, кто нам мешал».

А у Вас страсть. Страсть – от дьявола. Вы идете на плохие поступки, а любовь на них не толкает. Любовь – это добро.

Вы больны, и не девушка виновата в Вашей страсти, а Вы сами. Не было бы этой девушки, Вы бы нашли другую причину для суицида или выражения вашей агрессии.

Извините.

Перс, 25 лет

Максим, я был в подобной ситуации. Тоже спасли. После этого пересмотрел своё отношение к жизни. Постарайся переключиться с мысли о ней. Занимайся бизнесом, зарабатывай деньги. На это потребуется некоторое время, а пока это время пройдёт ты, как и я, сможешь встретить другую девушку. У меня получилось так. Потом я женился на ней и у нас растёт замечательный сынок. А любовь за деньги не купишь, и даже если она будет с тобой из-за денег, без любви она будет продолжать делать тебе больно. Так что лучше не трать своё время и нервы на неё. Тебе всего 22, вся жизнь впереди и достаточно хороших девушек. Желаю тебе удачи!

Илья, 23 года

Максимка, пожалуйста, опомнись! Гони от себя эти мысли. Я потеряла человека, он сам ушел из жизни... Ты и представить не можешь, какая это боль – потерять человека, подумай о других людях, о своих близких. Она не твой человек, пройди мимо нее. Посмотри, сколько людей в тебе нуждаются и кто она такая, распоряжаться твоей жизнью?

Катя, 25 лет

Макс! Подумай о родных прежде, чем что-то с собой сделать! Она не оценит твоей смерти, больно будет только твоим близким! Это не любовь! Если тебе некуда деньги деть, пожалуйста, помогай больным детям или еще что-нибудь. Это НЕ ЛЮБОВЬ, пойми! Ты встретишь свою единственную милую, неповторимую, только твою девушку. Если она не понимает твоих целей в жизни, если Вам элементарно не о чем поговорить, кроме того, с кем она спит, или что она хочет в подарок, твой ли она человек? Любовь – это не только подарки и секс, любовь – это одно дыхание, одни мысли на двоих, взаимоуважение, общие цели. Ни одна девушка, ни одна не стоит того, чтобы ради нее свести счеты с жизнью! Мой тебе совет: реализуй себя в другой сфере: бизнес, спорт, прыжки с парашютом – все, что угодно, но без нее. Найди друзей по переписке, поживи без нее 1–2 дня, выключи телефон, а еще лучше уедь отдыхать ненадолго. Но только не делай с собой ничего! Есть много людей, которые парализованы, страдают страшнейшими недугами, умирают, но цепляются за жизнь. А ты хочешь запросто все бросить? Зря!

Настена, 21 год

Извини, конечно, но это глупо. Она не хочет быть с тобой, значит, отпусти ее. Да, ты скажешь, что жить без нее не сможешь. Неправда... Ты выдержишь, если поймешь, что она тебя не стоит. Не в смысле, что она плоха чем-либо, нет, просто не заставляй любить тебя. Она не будет с тобой насильно. И если она тебя не любит, не будет она страдать, что ты убиваешься. Поверь, ты сделаешь больно всем своим близким, кроме нее.

Белла

Максим, держись, не сдавайся! Эта девушка не стоит того, чтобы из-за нее так мучиться. Вы несколько дней не общаетесь, постарайся не общаться и дальше. Я тебя прекрасно понимаю, понимаю, что такое страдать от разрыва с любимым человеком, от того, что его нет рядом. Это очень тяжело и очень больно. Но это нужно перетерпеть. Собрать всю волю в кулак. Да, для этого нужны душевные силы, но у тебя получится! Обязательно получится, я в тебя очень верю! Пожалуйста, гони прочь от себя мысли о том, чтобы покончить с собой. Не допускай их, как только они появляются, старайся сразу пресечь. Запрети себе думать об этом. Поверь, они не твои. Пройдет время, и ты будешь смотреть на ситуацию по-другому. Эта ситуация дана тебе для того, чтобы укрепить тебя, сделать более сильным. Не сдавайся! Удачи! Все у тебя будет хорошо!

Анна, 28 лет

Нет, определенно умереть в бою – это точно не про самоубийство. Погибнуть в битве за даму сердца – поступок человека, жившего 500 лет назад. Сейчас битва за девушку – это битва за самого себя...

Пока Вы тесто в её руках – это просто глупо, терять себя. Вы сами ей дали в руки скалку, чтобы катать по всему столу и так и эдак, и не заботиться о том, что будет, ведь тесто не убежит, не уйдет, вот и можно делать все, что угодно. Вот она битва – вернуть себе статус, найти смысл в жизни, который бы никак не касался девушки...

А глупость её вовсе не из-за того, что никто не любил так сильно. Считайте, что Вы с ребенком, у которого заряженный пистолет в руке. Стоит подумать оставлять его у неё или нет. Тем более, что это касается не только вас.

Ксения, 21 год

Максим, судя по всему, эта девушка – просто не твоя судьба. Не любит она тебя и не полюбит, и не потому, что она глупая или ты не достоин ее любви, а просто потому, что Вы не созданы друг для друга. Нужно просто принять это как должное, и поверить в то, что в твоей жизни обязательно будет счастье – но с другой девушкой.

Нужно уйти не из своей собственной жизни, а всего лишь из её жизни – просто отпустить ее и постараться забыть. Время лечит. Нужно занять голову другими вещами – работой, учебой, и выбросить из нее мысли о суициде!

Я не знаю, что там у тебя за девушка такая, но скажу одно: НИ ОДНА ДЕВУШКА НА СВЕТЕ не стоит того, чтобы из-за нее накладывать на себя руки! Одно дело, если бы ты отдал свою жизнь, спасая ее, но просто так совершить самоубийство – это не героизм, это слабость.

И если ты думаешь, что она, сейчас пренебрегая тобой, после твоей смерти изменит свое отношение и будет день и ночь рыдать на твоей могиле, жалея о том, как с тобой общалась – ты очень ошибаешься! Даже если твоя попытка суицида приведет к смерти, то я на 100 % уверена, что эта девушка либо постарается просто скорее забыть о тебе (и своей косвенной причастности к твоему суициду), либо будет еще и подружкам своим хвастаться, мол, вот какая я королева – из-за меня даже парни самоубийства совершают. Но героем в глазах окружающих ты явно не будешь – а девушка эта, если тебя спасут, вообще от тебя шарахаться будет, как от сумасшедшего.

Не обижайся, пожалуйста, но ты и сам еще глупый, если считаешь, что любовь можно купить дорогими подарками. Оставь их для той, которая оценит твою заботу, которой нужна твоя любовь, а подарки будут лишь приятными дополнениями к вашим взаимным чувствам, но не платой за ее любовь. Имей мужество и чувство собственного достоинства – никогда не навязывайся девушкам и не унижайся, никто этого не любит. И прежде всего – уважай

самого себя, и ни за кем не бегай. Женщины любят мужчин, у которых есть собственное достоинство, а не тех, кто бегаёт как собачка и ноет про самоубийство.

Это только раздражает и отталкивает – получается прямо шантаж какой-то, ты ее запугиваешь и ставишь условия, что если она не будет с тобой, то ты совершишь суицид. Насильно мил не будешь! Такими действиями ты никогда не добьешься ничьей любви – любая девушка начнет избегать парня с таким мрачным настроением и отношением к себе.

Если ты сам себя настолько не любишь и не ценишь, что готов себя убить, то как ты можешь ожидать любви к себе от других? Полюби себя, тогда и другие полюбят! А суицид – последнее дело, нужно иметь мужество жить.

Знаешь, я все это не просто так говорю – в юности у меня тоже была несчастная любовь, плюс вообще была большая черная полоса в жизни – ни друзей не было, ни материальных благ, вообще ничего радостного, одни лишь проблемы, и я подумывала о суициде. Правда, не использовала разговоры о нем как шантаж – мне просто было так плохо, что хотелось все это прекратить одним махом. Но нашла в себе мужество не делать этого и просто жить дальше, в основном потому, что мне было жаль родителей.

Сейчас, через 10 лет мне страшно потому, что я могла бы по глупости и трусости уйти из жизни и не увидеть, что будет дальше. А дальше моя жизнь настолько изменилась к лучшему, что в это просто невозможно было бы поверить 10 лет назад, – я о таком положении вещей даже и не мечтала в то время!

А разве тебе не интересно, что будет дальше в твоей судьбе, какие перемены? Подумай о том, что с твоим уходом жизнь-то будет продолжаться. Просто ты этого не увидишь. И подумай о том, что если ты сейчас отпустишь эту девушку, и постарайся думать не о ней, а об устройстве своей собственной жизни, то лет через 5–10 она, вполне возможно, действительно, будет жалеть и кусать локти от того, что сейчас так с тобой обращалась. Но тебе уже будет все равно – ты к тому времени встретишь свою судьбу. Для этого нужно просто перестать маяться дурью и заняться делами – работой и т. п. Забудь об этой девушке – она просто самоутверждается за твой счет! На свете есть миллионы других, более достойных, – свет не сошелся на ней клином. И умереть за нее ты готов не потому, что она такая особенная, а потому что ты не ценишь себя и свою жизнь.

Поверь, у всех в жизни бывают проблемы, порой гораздо серьезнее, чем безответная любовь – но это еще не повод для самоубийства.

Удачи тебе, Максим! Будь достаточно сильным, чтобы отбросить мысли о суициде. И знай: в 22 года жизнь еще только начинается, и в твоих силах изменить ее к лучшему, а не накручивать себя, заиклившись на ком-то, кто просто не твоя судьба!

Галина, 28 лет

«Мама обвиняет меня во всём»

Когда мама была беременна мной, отец поехал искать смысл жизни куда-то на берег Тихого океана, по словам бабушки. Мама этого не смогла перенести, плакала день и ночь, это на 8 месяце беременности! Не понимаю, почему она не сделала аборт? Было бы проще и мне, и ей.

Родилась я – копия отца. Весь свой гнев она сливала на меня, фраза «я виновата», крепко сидит у меня в памяти, все, что плохое случается с мамой, виновата я, даже в глобальных катастрофах я виню или винила себя. Отец возвращался всегда, и всегда уезжал. Я его очень люблю, он помогал нам, чем мог, бедно мы никогда не жили, но только он за порог – и опять по кругу, ремень самое малое, что стучало по детской спинке. При всем я отлично

училась, поступила в университет, окончила с красным дипломом, думала, что никогда не вернусь в родной город, но мама...

Она плакала, что мы с отцом ее доведем до инфаркта, и бросим умирать, что дочь должна помогать матери, короче, на свой страх я вернулась.

Работы в городе приличной, тем более по профессии, не нашлось, пошла на зону работать.

У мамы другая пластинка, что я, дура, проспала свой шанс уехать в столицу нормально жить, тогда бы я ее перевезла туда к лучшим докторам. Короче пилит, называет неудачницей.

Я поверила, и каждое утро, когда она просыпается и садится завтракать, я думаю, что у нее могло быть лучше, чем сейчас из-за меня, что я должна принести свою жизнь матери, работать и жить для нее.

Но теперь часто после утреннего крика иду в ванну и режу вены, тихо одеваю петлю, ищу правильный выход из сложившейся ситуации, почти кидаюсь под машину, всегда почти, а главное, не могу ни кому об этом сказать, только написать, т. к. при разговоре слезы на глаза наворачиваются.

Ника, 23 года

Отклики

Милая, дорогая девушка! Отчасти представляю, как Вам тяжело. Я знаю трех молодых женщин, у которых мамы ведут себя так же, как Ваша мама. С одной стороны, поражаешься, как матери уничтожают своих собственных дочерей. С другой стороны, понимаешь, что они больны и не ведают, что творят. Это называется в психологии – манипуляции. Ваша мама манипулирует Вашим чувством вины, которое сама же и воспитала в Вас.

Ваш подвиг – что Вы вернулись домой к маме, ради того, чтобы ей было легче, понимая, чем это Вам грозит, – вызывает глубокое почтение. Это добровольное мученичество.

На самом деле, наш долг почтительности к родителям не простирается до того, чтобы мы погубили себя до самой смерти, без всякой пользы для родителей. Мы должны быть почтительны к родителям, не оскорблять их, не отзываться плохо, помогать им материально. Но мы не должны делать ВСЁ, чего они от нас хотят.

Мы должны учитывать заповеди Божии и пользу для всех – для них и для себя.

Оглянитесь вокруг, посмотрите на себя.

Еще ничего не кончено в этой жизни. Вам всего лишь 23 года, у Вас есть образование, все пути перед Вами открыты. Более того – Вы добрый, хороший человек, значит, перед Вами открыто и много светлых путей.

Да, у Вас есть проблемы. Чувство вины. Это не такая большая проблема, это лечится.

Я думаю, Вам надо расстаться с Вашей мамой. Больше не поддаваться на ее манипуляции, и начать строить жизнь самой. Подумайте, чего Вы хотите в этой жизни, не стесняйтесь в желаниях. И начинайте трудиться ради исполнения желаний.

Вам потребуется помощь. Хорошо бы Вам найти хорошего православного психотерапевта. И, конечно, больше всего Вам поможет Церковь. Только там Вы найдете ту любовь, которой Вам так не хватает в семье. Пойдите в ближайший храм, поговорите с батюшкой обо всем откровенно, поплачьте, исповедуйтесь, причаститесь – и Вы увидите чудо. Таких чудес в Вашей жизни будет еще очень много...

Брат, 40 лет

Дорогая Ника!

Послушайте меня, старого человека, не единожды видевшего эти психодрамы: мать ест поедом дочь, съедает, в конце концов, и остается одна, без поддержки, без помощи, а порой и без куска хлеба. Чтобы этого не случилось, уходите из этой ситуации, потому как она непоправима – такие люди, как Ваша мама, уже не могут измениться. СОВРИТЕ что-нибудь пристойное: «Нашла жениха, он зовет с собой в другой город. Приглашают на хорошую работу, опять же в чужой город. Буду помогать». И все. Точка.

Вы обязаны исполнять свой долг, т. е. помогать матери, если она не в состоянии сама себя обеспечить. И пишите ей ласковые письма, принципиально оставляя без внимания все нападки на Вас. На расстоянии это совсем не сложно.

Помните, что может наступить момент, когда Ваша мама окажется и вправду беспомощной – сляжет, допустим, после инсульта, все может быть. И тогда Вам волей-неволей придется вернуться к ней и ухаживать до конца. Так вот для того, чтобы у Вас хватило сил нести такой крест в будущем, сейчас надо расстаться. Бегом и немедленно.

Кстати, Ваш твердый отказ жить с нею вместе до тех пор, пока она не инвалид, может и ее несколько усмирить и отрезвить.

На волю, в пампасы, дорогая!

Юлия Вознесенская, 67 лет

Ника, Вы знаете, у меня похожая ситуация, но у всех свои «прелести». Меня мама вырастила одна в чужом городе без посторонней помощи: отец загулял, когда она была беременна, и потом всю беременность ее изводил, она плакала – в итоге я родилась с тонкой психикой, тоже чувством вины за все и за всех. У мамы был второй неудачный брак, который длился не больше года, потом было 10 страшных лет в коммуналке, откуда нас пытались выжить всеми силами. Детство прошло быстро и незаметно, мы получили свою квартиру, и там начался кошмар... Мама делала для меня все возможное и невозможное, но почему-то мы с ней ругались, бесились друг от друга, а потом обе по своим комнатам плакали в подушку. Реально мысль о самоубийстве мне пришла в школе сначала в 7 классе (я уже стояла на крыше, но духу не хватило, жалко стало родных), а потом в 10 классе. Во второй раз я металась из комнаты в комнату, кто-то меня словно гнал к балкону моего 12-го этажа, мне сильно сдавливало виски, и было одно желание – скорее закончить жизнь, казалось, это и будет облегчением и началом новой счастливой жизни! Но я никак не могла решиться. Потом вдруг мне стало страшно, и где-то глубоко закралась надежда.

И пришла мысль: а вдруг это темные силы меня хотят столкнуть? Я вспомнила рассказы про крещение, про его благодать, мне вдруг неожиданно пришла мысль креститься, и я решила во что бы то ни стало это сделать в ближайшее время. Как только я точно решила не падать с балкона, мне вдруг стало легко и светло на душе! К сожалению, полного избавления мне пришлось ждать 2 года. После крещения я просто летела на крыльях – так мне было радостно!

С тех пор мне действительно полегчало, жизнь приобрела смысл, я поступила в институт, но все остальное осталось. Мама, сама того не ведая, вбивала в меня комплексы, объясняя, что я не так одеваюсь, не то говорю, не с теми общаюсь. И в то же время, она разрывалась на части, чтобы меня нормально одеть, ввести в круг хороших друзей, помочь мне выучить урок. Но даже когда она хвалила меня, мне казалось, что она просто пытается меня утешить, потому что нельзя и любить и ненавидеть одновременно – я ей уже не верила и думала, что никогда этот круг не разорвать. Я добивала себя чтением разных грустных книг о несчастной любви, смерти, вместо того, чтобы найти что-то светлое, кому-то помочь, чему-то порадоваться и исцелиться самой, а потом помочь матери.

После того, как я чуть не умерла в больнице от воспаления фурункула на лице, мы обе потянулись к храму, попали к хорошему батюшке, и вроде что-то стало налаживаться, мы стали терпимее друг к другу, но не намного – скандалы все равно продолжались, и однажды мы доругались до того, что больше не хотели видеть друг друга. Я пошла к батюшке за благословением уехать куда подальше, но получила отказ. Он сказал, что нужно лечить ситуацию, что это страшный грех – нелюбовь к матери.

В такой постоянной нервозности я жила до момента, когда встретила своего будущего мужа. Причем я уже думала, что нет в жизни счастья, что Бог не даст мне ничего хорошего, потому что я так и не научусь никогда жить в любви с мамой, а Бог решил меня исцелить, зная, что сама я не смогу. Я вышла замуж, мы стали жить вдвоем.

Муж оказался из нормальной семьи, где скандалы не были нормой, и сразу мне сказал, что если хоть раз голос повышу – он уйдет. Мы сначала долго встречались, он был нецерковный, потом поженились, повенчались, вроде, все хорошо, но с мамой проблемы остались! Теперь она пыталась меня в браке учить, что и как, искренне желая помочь, по-прежнему травмируя меня. Мы уехали жить к его родителям – там еще хуже. Так мы 3 года ездили туда-сюда, я разрывалась на двух работах, забеременеть не получалось, и казалось, и тут нет просвета.

Моей главной ошибкой всегда было то, что я воспринимала всерьез все, что она говорила, а нельзя было верить и слушать ВСЕ! Нужно было фильтровать.

Бог помог распутать этот клубок, но большими скорбями. Сначала маму наш батюшка отправил на реабилитацию пожить в один женский монастырь. Надо сказать, это пошло нам обоим на пользу – мы реально друг от друга отдохнули 2 года! Потом я чудом забеременела, но в один день неожиданно потеряла ребенка... От операции по удалению плода отходила долго и с тех пор у меня появился страх засыпать, часто бывает плохо с головой, то есть я пока еще чувствую себя больной и не могу пока выйти на работу спустя почти год. Через 3 месяца после моего выкидыша мама попала в больницу с гипертоническим кризом. В ночь перед этим мне приснился страшный сон, что она умерла, я вся не своя поехала домой – и ее как раз увезли на «скорой». Я не знала, чем все закончится, и боялась худшего. Я поняла, до чего мы доигрались. Надо было мне раньше начать делать какие-то усилия над собой, чтобы у нее не было стимула на мне отрываться, и так бы я сохранила нас обеих. Когда она поправилась, ей сказали готовиться к операции. Вот тогда-то я и пережила весь ужас, когда не знала, как она все перенесет, какой она будет после операции, а она оттуда вышла другим человеком. Стала меня жалеть, поняла, что мне не все можно говорить, и сейчас можно сказать, все держится на ее подвиге – она реально изменилась.

Я Вам все это так пространно писала для того, чтобы Вы поняли, что все может измениться, но в любом случае, Вы должны беречь себя ради себя и мамы. Мамы другой не будет, от чувства вины очень сложно избавиться, но выход есть – Вы можете изменить себя, а через себя – ее. Вы еще молодая, у Вас столько впереди, что Вы даже не представляете! Как бы я ошиблась, если бы не дала себе шанса узнать, что есть счастье быть замужем, жить нормально с мамой (отец, к сожалению, умер, ему я не успела сказать, что его я тоже любила).

Дорогая Ника! Я Вас очень прошу – примите маму такой, какая она есть, берегите ее, пока она жива. Но постарайтесь на нее не реагировать, воспринимайте, как больного человека. И этим Вы сделаете много хорошего и для нее тоже, ведь Вы ее любите. И она Вас любит (что за странный вопрос – почему она не сделала аборт?). Просто она сознательно или подсознательно думает, что ее опыт можно переложить на Вас, а это заблуждение. У нас своя жизнь, свой век, свой опыт. И еще помните – все хорошо, пока Вы обе здоровы. Не доводите до крайности ни себя, ни ее. Все выправится – верьте! Таких случаев полно. Просто у всех свои сроки и свои пути.

Мне недавно врач прописал валериану в небольших дозах, и Вы знаете – мне лучше. И никогда не думайте, что миру без Вас было бы лучше. Как раз именно сейчас миру не хватает сознательных, как Вы, отзывчивых людей. И еще помните, что Вы еще не выполнили свое основное предназначение жены и матери, а для этого нужно быть в хорошей форме. Буду очень Вам сопереживать и надеяться, что Вы будете умницей.

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.