

Тази книга е за кризите, не за проблемите. Всеки решен проблем ни прави по-уверени в себе си, по-способни, по-знаещи, и по-можещи, но си оставаме същите – преодолените проблеми само ни убеждават колко стойностни сме такива, каквито сме.

С всяка преживяна криза ние губим представата за себе си.

След всяка криза в нас се ражда нещо ново, непознато – откриваме и преоткриваме себе си. Колкото по-голяма, по-силна е личността, която намира да се роди, толкова по-болезнена е кризата.





Калина Александрова

СЕЗОНИТЕ НА НАШИТЕ КРИЗИ

Второ, допълнено издание

БЛАГОДАРНОСТИ

*Благодаря на хората, които бяха до мен през различните
житейски сезони – с тяхна помощ постигах целите си.*

*Благодаря на хората, които бяха срещу мен през различните
житейски сезони – с тяхна помощ постигах себе си.*

*Благодаря на приятелите си за най-ценния подарък –
душевното единство.*

*Благодаря на съпруга си и децата си за любовта,
съпричастиято и подкрепата.*

Благодаря на майка си и баща си.

Благодаря на съдбата.

Благодаря на живота.

Благодаря.

© Калина Александрова, автор, 2006, 2013

© Георги Мишков, художник, 2013

ISBN 978-954-9991-43-7

kalina_alex@mail.bg

СЪДЪРЖАНИЕ

РЕЦЕНЗИЯ от проф. Борис Минчев 5

Прозрения за истината 7

Предговор към второто издание 9

Част I : ПРОЛЕТ

Глава I

ЗАЩО НЕ СЪМ ХАРЕСВАН 13

Глава II

ЗАЩО ТРЯБВА ДА УЧА ТОВА 32

Глава III

ЗАЩО СЪМ ТУК 60

Част II : ЛЯТО

Глава I

ЗАЩО НЕ МОГА ДА СТИГНА ДО ТЕБ 85

Глава II

ЗАЩО СЪМ ТАКА ОБВЪРЗАН С ОТГОВОРНОСТ ... 109

Глава III

ЗАЩО СЪМ ОТХВЪРЛЕН ОТ ОБЩЕСТВОТО 139

Част III : ЕСЕН

Глава I

ЗАЩО НЕ СЪМ ЗДРАВ И СИЛЕН 173

Глава II

ЗАЩО ТРЯБВА ДА ВЪРША ТОВА 205

Част IV : ЗИМА

Глава I

ЗАЩО НЕ МОГА ДА НАМЕРЯ ПОКОЙ 237

Публикации

Страхът – приятел, враг или ненужна сянка ... 268

Любов и ревност през месец май 271

Краят на лятото – край на мечтите или
начало на сбъдването им 274

Уволнението – проклятие или благодат 277

Рецензия

*на книгата на г-жа Калина Александрова „Сезоните на нашите кризи“
от проф. д-р Борис Минчев, преподавател по обща и възрастова
психология във ФНПП на СУ „Свети Климент Охридски“*

Познавам книгата на г-жа Калина Александрова още от първото ѝ издание през 2006 г. Тогава тя ми направи впечатление, защото това беше първата книга у нас, разглеждаща кризите в човешкия живот и даваща насоки как да се справяме с тях. Текстът е написан в един смесен, но сполучлив жанр на психологическо изследване и наръчник за самопомощ. На места текстът става поетичен, на други – алегорично философски – напълно съответстващ на индивидуалността на своя автор.

Държа да вметна, че трудът на г-жа Александрова е полезно четиво за психолози и педагози. Аз съм задавал реферати по нея и студентите са показвали, че я разбират и харесват. Моята колежка доц. д-р Теодора Стоева ползва книгата в обучението на бакалаври по консултативна психология и намира, че книгата върши много добра работа по кризисна интервенция.

Книгата обсъжда девет нормативни кризи на жизнения път на индивида от тийнейджърството до старостта. Разделите, посветени на тях, са озаглавени със „Защо?“, което напомня, че ядро на всяка криза е осмислянето на някакъв тип болезнена ситуация. В стила на източния будизъм Калина не спира да повтаря, че кризата е шанс и отваря неподозирани възможности. При това леко и инвентивно авторът изрежда опции за осмисляне и за справяне. Има известно доверчиво приемане, че заявеният проблем е истинският проблем. Впрочем така подхождат и професионални психолози. Забелязвам и твърде честото използване на „ако“. Изразите с такова начало добиват излишна условност. На едно място г-жа Александрова нарича зенбудизма „японската йога“ (с. 135). С това определение не биха се съгласили нито зенбудистите, нито йогите. Забелязвам на места леко самохвалство в американски стил, което би допаднало на някои читатели, но би отблъснало други. Но има и новаторства, интересни за един психолог на развитието – предполагане на три кризи от различно естество в един сезон. Традиционният подход предполага по една нормативна криза. Интерпретациите на автора заслужават да се премислят като сериозни научни хипотези.

Заглавието, особено с членуване на „сезони“ предполага, че се разглеждат само сезони, в които има кризи, но негласно намеква, че в други няма. А всъщност установено е, че кризи има между всеки два следващи периода. Затова предлагам модифицирано заглавие „Сезони и кризи“. Още повече, че са добавени нови текстове и това става нова книга.

Моите забележки се отнасят по-скоро до евентуални бъдещи книги на 2-жа Калина Александрова, които съм сигурен, че тя ще напише. Иначе искрено препоръчвам преиздаването на „Сезоните...“. Тя има своя аудитория, която се нуждае от нея.

Проф. Борис Минчев
София, 14.X.2013 г.

Прозрения за истината

Затварям последната страница от книгата на Калина Александрова „Сезоните на нашите кризи“ и ме обхваща неподозиранията потребност да върна лентата назад, за да преосмисля и аз кризите на собствените си житейски сезони.

Тази книга възбуди любопитството ми към темата и, както се казва, „изгълтах написаното за нула време“. Тя е едно изумително пътуване през годините, битието и преживяното. Пътуване към спомена, към предизвикателствата на днешния и утрешния ден; към битките и лутанията за преодоляване на кризите при сложните за оцеляване ситуации, когато ни връхлетят. И, най-вече, книгата е послание как да извличаме поуките от грешките си, за да живеем по-здравословно занаяпред, в хармония със себе си и с околните.

За мен това е колосален труд. Написан е изключително добросъвестно. Сюжетът му е разработен със задълбочени изследвания и всестранни знания. Неговото голямо достойнство е структурираният богат житейски опит, споделен искрено и честно. Той впечатлява със своя непринуден, ненаатрапчив и умело поднесен изказ. Заразява с почтената си изповед и с голямата обич на авторката към читателите. Тя ги призовава чрез посланията си да формират и съхраняват богатството на личностната си ценностна система. Признавам, трудно ми е да преразказвам написаното (то е непосилно за мен), както и да направя по-цялостна и компетентна негова оценка, тъй като не съм специалист в тази толкова сложна и деликатна материя. Мисля, че всеки, който прочете „Сезоните на нашите кризи“ ще открие за себе си голямата идея, философия и поуки.

Авторката е вложила в този свой задълбочен и с научна стойност труд своята безкористна обич към човека. Горещото ѝ желание е да подскаже на читателя пътя към истината в сложността на живота. Тя насочва вниманието му към търсенето и намирането на по-ефективен изход от сложните лабиринти на житейските кризи.

Сезоните: пролет – детството, младостта; лято – зрелостта и опитността; есен – равносметка от постигнатото и зима – старостта, неизбежният сезон, когато кръговерата се затваря, задължително галопират през годините непосредствено и паралелно с кризите.

С жив, увлекателен и образен език Калина Александрова ни въвежда в същността на тази толкова значима тема. С талантливото си

перо тя като опитен екскурзовод ни разхожда навред, сочи ни важните неща и препятствията, предпазва ни от грешките. И главно, как изходът от това пътешествие или приключение, както тя се изразява, да ни доведе до нови възможности и радост от живота.

Много жизнерадост и оптимизъм лъха от всяка страница на книгата. Те ни зареждат с положителни емоции и енергия. Съветите, с които авторката щедро ни дарява, не са литературно празнодумство, а изстрадано, дълбоко осмислено и оценено преживяване. С тънък усет и умение тя откроява и обогатява всяка отделна част от книгата си, като използва за мото цитати от мисли на изтъкнати личности – учени, писатели, философи. От тяхната мъдрост авторката извлича и поставя акцентите, върху които разработва избраната тема.

Изкушавам се и аз да цитирам използваното от нея послание на Ромен Ролан:

„Човекът трябва да разбере, че той е творец и господар на света.
Че той е отговорен за всички нещастия по земята.

И че на него принадлежи славата на всичко хубаво, каквото има в живота.“

Какво по-ясно и точно лекарство за преодоляване и изцеление на болките, причинявани от кризите ни?!

Ключът е в собствените ни ръце. Стига да имаме воля да се възползваме от него. Калина Александрова ни го дава. Тогава? – Искане само да преборим демоните на собственото си малодушие и немара. Да отстояваме правото си на здравословен, духовно извисен и ползотворен човешки живот. Към това ни насочва и мотото с думите на древния мъдрец Лаодзъ:

„Разглеждат трудността докато е още лека.
Запознават се с голямото, докато е още малко.
Най-трудните подвизи в света отначало са лесни:
Най-големите дела отначало са малки.“

С голяма благодарност за скъпоценния подарък от Калина Александрова. И с пожелание за „Добър път“ на второто, допълнено издание на този ѝ изключителен труд. И нека той намери подобаващ подслон като настолна нига във всеки наш дом!

С надежда за успех и много обич:

Магдалена Асенова,
журналист, автор на книгата
„Петър Димков. Откровено“

ПРЕДГОВОР към второто издание

Писах книгата „Сезоните на нашите кризи“ в летните нощи на 2005 г., слушайки музиката на японския композитор Кйтaro. Темата ми бе подсказана от известния в литературните среди Данчо Господинов, с когото ме запозна лечителят и писателят д-р Димитър Пашкулев. „Защо не пишеш за кризите?“ – каза ми Данчо малко след нашето запознанство и душата ми откликна. По-късно той ми изпрати книгите на Гейл Шийхи и много ми помогна с ценните си редакторски бележки. Първият, който изчиташе всичко написано, беше синът ми Александър, тогава гимназист. Най-голяма радост за мен бяха неговите думи: „Книгата ти се чете като приказка.“

Когато през декември 2006 г. „Сезоните на нашите кризи“ бе отпечатана, много хора откликнаха на написаното. Въпреки че, според издателя, думата „кризи“ плаши хората, и въпреки липсата на реклама книгата намери своите читатели. И, най-ценното – сред тях открих нови приятели. Случи се това, за което може да мечтае всеки автор – споделеното се върна обогатено.

Преди четири-пет години една приятелка ми каза: „Книгата ти е изпреварила времето си.“ Може и така да е било тогава, но днес почти всеки, с когото разговарям, търси път и изход вътре в себе си. Това е една от причините за второто, допълнено издание на книгата. Другата е действителният читателски интерес и желанието книгата да стигне до още по-широка аудитория.

Цена високо мнението на читателите си – и критичните бележки, и удовлетворението от споделянето. Ще се радвам да получа вашите писма на e-mail: kalina_alex@mail.bg

С обич,
Калина Александрова

Часть I

ПРОЛЕТИ



*Разглеждайте трудността,
докато е още лека.
Запознавайте се с голямото,
докато е още малко.
Най-трудните подвизи в света
отначало са лесни;
най-големите дела
отначало са малки.*

Лаодзъ

Човекът обаче не е машина, създадена за да извършва определен тип дейности и толкова. Ние сме сложно устроени същества и най-главната от всички нужди е тази да бъдем харесвани. Само харесваният човек има усещане за собствената си стойност и значимост, без които за никаква ползност не може да става дума.

Затова винаги ще тичаме след последния писък на модата, ще правим възможното и невъзможното, за да станем привлекателни, за да се харесаме. А първото, което прави впечатление, е външността.

Не че непременно първата криза в тийнейджърска възраст, а отгук и първата житейска криза въобще, е свързана с харесването, но много често е така. Начините, по които се справяме с тази криза моделират личността – социалното, емоционалното, а често и интелектуалното ни развитие за дълги години напред.

Помня един пионерски лагер в Родопите (по мое време всички деца на възраст от 10 до 14 години бяхме пионери) – аз лежа сама в спалното отделение и плача, плача, плача... Бяха ми казали, че съм черна (аз наистина съм с „тен по рождение“), което бях изтъкувала като „грозна“. Най-вероятно именно тогава съм изживяла първата си криза, без да я определям като такава – не беше случка от детството, която можеш да преодолееш за един ден, а истинско екзистенциално преживяване, което продължи както по време на дву-триседмичния престой в планината, така и дълго (колко време не помня) след това. В онзи ден изпитвах огромна душевна болка, страдание и мъка, които като не можах да изплача за няколко часа, натиках дълбоко вътре в себе си. С една фаталистична обреченост приех, че никога няма да бъда харесвана, защото не само че не съм красива, но дори не съм привлекателна. Едва след трийсет и петата си година, когато знаех много повече за привлекателността и връзката ѝ с енергийното хармониране на личността, аз се освободих от този свой предразсъдък, което показва колко дълбоко ме е засегнала кризата, свързана с въпроса „Защо не съм харесван?“

Сега, когато чуя майки да казват, че децата им имат непривлекателна за околните външност (ниски, високи, слаби, дебели или нещо друго, неотразяващо се на здравето като цяло), иде ми да ги спра, да им кажа: „Обичайте и харесвайте децата си такива, каквито са, защото те са прекрасни – здрави, силни, изпълнени с любов, от която можете да черпите и вие. Не ги осакатявайте, като им насаждате комплекси!“ Защото аз може би нямаше да стигна до гореописаната кризисна ситуация, ако не бях чувала майка си да казва: „Тя може и да е черничка и грозничка, но пък е умна...“ Разбира се, нещо друго можеше да ме докара до същото положение, така че аз изобщо не обвинявам майка

си в нищо, а само съжалявам, че не е между живите, за да ѝ кажа колко много я обичам и съм ѝ благодарна за всичко, което ми е дала.

Е, всяко зло за добро, както е казал българинът, а да не забравяме, че според китайците кризата е опасност, но и шанс. Опасността при мен беше, че, отказвайки се с фатална категоричност от правото си да бъда харесвана, аз се отказах също от правото си да бъда победител. Така, въпреки ума си, след седми клас никога вече не станах пълна отличничка – все имаше някоя петица, а по-късно и по-ниски оценки, които разваляха успеха ми, към който всъщност не се и стремях... През цялата си училищна възраст, а също и в университета спортувах и участвах в национални състезания по спортна акробатика, скокове на пътека, като винаги вземах медал, но никога златен. Желанието за победа на състезание никога не е доминирало в „спортната ми кариера“ – как би могло, след като съм се отказала от желанието да съм харесвана. Едва сега, след четирийсетата си година, си давам сметка колко възможности за реализация и по-добър социален и материален статус съм пропуснала, само защото тогава, на четиринайсет, нещо в мен се е пречупило.

В началото си мислех, че само аз съм такава – дамгосана никой да не ме харесва, но с годините видях колко много хора живеят със същата скрита болка. Вгледайте се в добре изглеждащия ви приятел с образование, който не може да си намери работа, или пък жена му го е напуснала – това е момчето, което е повярвало, че не може да бъде харесвано. Ако се доближите повече до елегантната дама, която ще изкара процент, равен на месечната ви заплата само от сделката, която в момента прави, ще откриете че отдавна е прехвърлила трийсетте, но още не се е омъжила – това е момичето, повярвало, че не може да бъде харесвано.

Може би ако тогава, в онази крехка възраст не бях така сама, ако имаше с кого да споделя, щеше да се намери начин да оценя по-добре себе си и да реализирам по-пълно потенциала, заложен в мен.

Това е *опасността* от кризата, свързана с въпроса за харесването в юношеството – опасността да се „самообезстойностиш“, да нямаш истинска преценка за себе си, цял живот да си убеден, че другите са по-красиви, по-успешни, а също никога да не бъдеш победител. Вярно, че на едно състезание всички не могат да са победители, но пък за всеки има състезание, в което да е най-добрият. А ако не вярваш в себе си и в победата, няма как да попаднеш на това „твое“ състезание, образно казано. Това е едната посока на махалото. Другата е да превърнеш физическата си форма в самоцел – непрекъснато да търсиш все нови диети, средства, методи и техники за все по-добре изглеждащо тяло

ами се предизвиква от възрастните при това във време, когато тийнейджърите изживяват друга своя криза – тази, свързана с въпроса: „Защо не съм харесван?“

Във физиката се определя явлението *резонанс* – то се характеризира с многократно увеличаване на амплитудата на трептене на едно тяло (амплитудата е най-голямото отклонение от равновесното положение на трептящо тяло) в резултат на допълнителна сила (трептене). Условие да се получи резонанс е собственото и допълнителното трептене да съвпадат по честота и посоката на допълнителната сила да съвпада с посоката на движение. Представете си сега, че тийнейджърът „трепти с честотата на кризата, свързана с харесването“ и точно в този момент го „разтрептяваме“ с допълнителната криза, свързана с въпроса „Защо трябва да уча това?“... Ще добавя, че цял огромен мост се е разрушил от маршовата стъпка на войниците, съвпаднала с честотата на собствените му трептения. Оттогава войниците не маршируват при преминаване по мостове...

Ето възможните грешки в поведението на родителите, които могат да доведат до ненавременна поява или до провокиране на тази криза:

№	Ситуация	Грешка в поведението	Корекция на поведението
1	Лоша оценка по даден предмет	Учителят е лош.	Да видим веднага какво не е разбрал ученикът и да се опитаме да го обясним.
2	Няколко лоши оценки по един предмет	Учителят по този предмет е лош; „По този предмет не ти върви, явно не ставаш за него“	Консултация с учителя, изясняване критериите му за подготовка на учебния материал и оценяване на учениците; „Ти си умен, следователно нито един учебен предмет не може да ти се опре. Каквото не разбираш, ще го изясним, а ще намериш и подход към учителя“.
3	Лоши оценки по повечето предмети	„Ти си тъп – виж си успеха! Никакви приятели, сядаш да четеш!“	„Имал си лош период, но никога не е късно да си поправиш успеха. Почини си, ако се чувстваш уморен, после започни да учиш, а ако се появи проблем с разбирането – ние сме настръхнали, ще помогнем, има кой.“
4	Последен годишен успех	„Не те бива да учиш, за нищо не те бива, ти си един мързел. Никаква почивка, цяло лято ще четеш!“	„Тази година не я приключи както можеше, но нищо. Почини си през ваканцията, а наесен започни всичко отначало – приемаме, че неуспехът ти е бил временен. Разбира се, че си умен и можеш да си отличник. Вярваме ти, а и ти ще си повярваш като видиш, че успяваш.“

5	Отличен успех	„Много сме горди, че си отличник. Така трябва – винаги само шестици. Само отличниците успяват. Ако ми донесеш двойка, сигурно ще се самоубия.“	„Поздравяваме те за отличния успех и много се радваме за теб. Ако и ти се радваш на успеха си, направо сме щастливи. И двойкаджия да беше, пак щяхме да те обичаме, защото си ценен за нас сам по себе си, а не заради успеха. С отличен успех обаче ще ти е по-лесно и удобно да постигнеш мечтите си, а за нас твоето щастие е над всичко.“
6	Кандидатскиминална кампания	„Непременно трябва да влезеш в това училище, иначе си проваляш живота. Записахме те на курсове, наехме ти учители, плащаме, от теб се иска на всяка цена да успееш. Непрекъснато треперя за теб, как можеш да некажеш? – От това зависи всичко!“	„Сигурно имаш любими предмети и занимания. Кажете какво ти харесва, за да видим кое училище ще е най-добро за теб и какви изпити трябва да положиш. Убедени сме, че можеш да се справиш сам с подготовката, но ако смяташ, че курсовете ще те направят по-уверен, ще те запишем или ще ти наемем учител. Твоето желание и твоята увереност са много важни. Приеми го, обаче, като приключение – дори и да не успееш, нали ще си опитал. А възможностите в живота тепърва ще се отварят пред теб. Дори и да се провалиш сега, не е фатално – стига да искаш да учиш, начини ще се намерят.“
7	След кандидатскиминалната кампания	„Направихме всичко, което беше по силите ни и ти успя (не успя) да влезеш, където искахме. Оттук нататък всичко е в твои ръце – справи се сам, вече си голям“.	„Радваме се, че премина през тежката кампания. Успя, защото имаш опромни качества, които тепърва ще развиваш (не успя, но то не е защото нямаш качества, може би ние, родителите нещо не догледахме, но не е фатално). Истинското приключение в учението едва сега започва и можеш да разчиташ, че винаги ще сме с теб, макар че вече ще знаеш много повече от нас. Светът всъщност е едно голямо училище, а животът – непрекъснато учене и скоро ти ще ни помагаш с уроците – вече си голям.“

Грешките в поведението ни не биха били фатални, ако тази криза се изживяваше сама за себе си от тийнейджърчето, ако тя беше единствено вътрешно обособена – катарзис, чието следствие е единствено раждането на новата свършена личност и който е предизвикан от самата тази личност. Да, при криза винаги има едно „пропадане“, защото причинно-следствените връзки не могат да се напишат, търсим ги и когато ги намерим, се „раждаме“. Но когато ние, възрастните, сме предизвикали кризата – ние сме променили реалността на младия човек, искайки от него да вземе определящо решение в живота си, но в същото време не му даваме правото на глас, а му налагаме действия, за които той не е готов, тогава поведението ни наистина е определящо.

Скъпи родители, ако искате вашата рожба да израсне не само здрава и красива, но също ученолюбива и мъдра, за да не сбъркате в поведението си, когато тя е тъй крехка и чувствителна, моля ви, моля

често хората така се стремят да се докопат до средството, с което могат да си набавят красотата, че го превръщат в цел. Някои от богатшите (повечето след време) се усещат и започват да колекционират красотата – картини, книги, музика, други творби на изкуството, дори хора.

Красотата, приета със сетивата обаче е нетрайна.

Красотата, идваща от сърцето, е дълбока, но и тя след време може да пресъхне като енергиен източник.

Красотата, идваща от ума, е всеобхватна, но пък можеш да я споделиш с много малко хора – все едно пиеш нектар и амброзия, но сам, без компания:

Никое знание, даже най-възвишеното и благотворното, но само за мен самия, няма да ми достави удоволствие. Ако биха ми дарили мъдрост, но с едно условие: да я държа само за себе си и да не я споделям с никого – аз бих се отказал от нея.

Сенека.

Ако сте преживели дори и една екзистенциална криза и сте оцелели (най-вероятно е така, иначе защо ще четете тази книга), то енергията, получена от красотата, възприета дори само с наблюдение, добавена към вашия немалък енергиен потенциал, ще е достатъчна да ви измести от точката на сивотата във вашия свят. Това стига, за да видите света от друга гледна точка. Може и да ви заболи (нали знаете, че красотата може и да е болезнена), но това може да се окаже болката на раждането.

Прочетете отново тази глава.

Ще откриете собствения си път към самите себе си.

Ще достигнете до *космическия повратен момент* в живота си.

В този момент задачата, поставена в следната мисъл на Айнщайн ще бъде решена, но не с помощта на логиката, а като следствие на собственото ви израстване:

Човешкото същество е част от цялото, което сме нарекли „Вселена“, част, ограничена във времето и пространството. То изживява своите мисли и чувства като нещо отделено от останалото – един вид оптическа измама на неговото съзнание. Тази самоизмама е своеобразен затвор за нас, която свежда съществуването ни до нашите егоистични желания и ограничава привързаността ни до няколко най-близки нам личности. Задачата ни би трябвало да бъде да се освободим от този затвор, като разширим кръга на нашето състрадание, така че да обхванем всички живи същества и цялата природа в нейната красота.

Алберт Айнщайн

Част IV

ЗИМА



*Връщането към източника е неподвижност –
това е пътят на природата.
Пътят на природата не се променя.
Да познаваш постоянството е проникновение.
Непознаването на постоянството води до беди.
Познанието на постоянството отваря съзнанието.
Щом съзнанието е отворено,
и сърцето ти ще се отвори.
С отворено сърце ще действуваш царствено.
Царствен, ще постигнеш божественото.*

Лаодзъ

в душата, защото именно него ще наследите. Енергията не се създава и не изчезва. Рано или късно вашите родители, баби и дядовци ще си отидат и тяхната жизнена енергия ще се влее във вас. Дали тази енергия ще бъде във вид на огорчение и болка или, дай Боже, лъчистата енергия на любовта и красотата, зависи от това как човек изживява своята последна екзистенциална криза, свързана с въпроса: „Защо не мога да намеря покой?“

В случай, че възрастните във вашето обкръжение са си отишли, все още не е късно да получите полагаемото ви се огромно наследство. Обърнете се с цялата си любов и благодарност към починалите си близки, спомнете си всички щастливи мигове, прекарани заедно и ще усетите мощен прилив на енергия. Дори да не сте общували особено сърдечно, дори да са ви причинили болка, не забравяйте че ви е наранила обърквана и страдаща човешка личност, моделирана от външни фактори, а истинската съкровена същност ви обича безкрайно и очаква мига да ви дари със своята любов. Дайте й шанс. Никога не е късно да се почувствате блажени, поради това, че трансформираната в любов Божествена енергия се влива във вас. Изпитали такова блаженство, усетили прилива на енергия от присъствието на остарелите ни близки, независимо дали можем все още истински да ги докоснем, ще осъзнаем истинската стойност на нещата, няма повече да се страхуваме от старостта, ще прозрем смисъла на битието и може би ще започнем да трупаме истинското богатство, което да завещаем на наследниците си – във вид на нежност, разбиране, състрадание и съпричастност. И кой знае дали не е точно този начина да им завещаем и един истински богат, красив и благодатен свят – онзи, който заслужава всяко човешко същество, но много малко постигат.

Защо?

Публикации



„Страхът погубва разума....

*Аз ще се изправя срещу своя страх.
Ще му позволя да мине по мен и през мен.
А отmine ли, ще се обърна да проследя
пътеката на страха.*

*Там, откъдето е минал страхът,
няма да е останало нищо.*

Ще съм останал единствено аз.“

Франк Хърбърт: Дюн

КРАЯТ НА ЛЯТОТО – КРАЙ НА МЕЧТИТЕ ИЛИ НАЧАЛО НА СЪБДВАНЕТО ИМ

(Май, 2008 г.)

В края на лятото, летовниците се завръщат отпочинали и наред с радостта от приключенията, за които разказват, усеща се и тъгата, че те са вече само спомен.

Лято и есен има не само в света около нас – съществуването ни в социалното пространство също е на сезони: *пролет*, когато разцъфтяват нашите мечти; *лято*, когато те узряват и се реализират; *есен*, когато правим равностметка на дейностите си и бързаме да се запасим за идващата *зима*, когато в покой и тишина очакваме края на житейския си път. И докато за мъжете не е толкова голям проблем да разтеглят сезонната си възрастова рамка, за нас, жените, при все че огромната козметична индустрия работи на пълни обороти, проблемът не само че е сериозен, но май че е и нерешим. Обществото ни е приело, че докато числото на годините ни започва с цифрата две, все още можем да считаме, че сме в пролетта на живота си, колкото и късна да е тази пролет. Навършим ли 30, според канона вече сме зрели жени. Дошло е лятото. Забелязали ли сте как бързат да живеят трийсет и няколкогодишните дами – сякаш са във ваканция, която скоро ще свърши. Истинската красота на жената разцъфтява през лятото на живота ѝ с пълна сила, ухае и привлича като магнит шеметни приключения, авантюри. Някъде около 40 усещаме, че страстното танго, в което се въртим, е може би „последен валс“. Достатъчно е някоя новоизлюпена красавица да ни погледне с присвити очи, за да чуем „финалните акорди“.

Почти всичките ми приятелки на възраст между 30 и 40 години имат проблеми, които след внимателен анализ се оказват свързани с остойността на живота им и още по-лошо с приемането, че ВЕЧЕ НЕ Е ВРЕМЕ ЗА МЕЧТИ.

Пожелавам на още неомъжената си колежка голяма любов и красиви деца, на което тя отговаря: „Къде да я намеря тази голяма любов – вече не мога да си правя илюзии. О, колко искам да имам деца, но е много късно – на толкова години...“ Гледам я и виждам красавица, заслужаваща цялата космическа любов, а що се отнася до децата, аз родих дъщеря си на 36, а моя позната – на 45. Какво общо има тук възрастта? А дори и с физиологичен проблем, който иска да има дете, може да си осинови – в края на краищата истинските родители на децата са тези, които ги отглеждат и се радват на успехите им. Тъй де, я виж-

те Анжелина Джоли – с толкова осиновени деца ражда и близнаци...

Някак сме приели, че мечтите са за младите, растежът – за подрастващите и „чукнат ли ни четирийсетте“, време е да „си знаем мястото“.

Какво да прави обаче душата, която копнее за любов, умът, който търси разбиране, личността, която се стреми към реализация? Нима само защото годините ни завършват на ...ийсет, а не на ...айсет, трябва да приемем, че сме в зенита на живота си, че красотата ни започва да повяхва, че мечтите отлитат, че „купонът свършва“, а за нас остава, образно казано, да „мием мръсните чинии“.

Разбира се, никоя уважаваща себе си жена днес няма да се „запусне“ – козметика, масажи, диети, фитнес, медитация, а дори и хирургична намеса – възможностите да имаш и на шейсет години тяло на девойка са огромни, но аз нямах предвид под увяхване начина, по който изглеждаме, а онзи, по който се чувстваме.

Обществото ни е фиксирало цели, към които да се стремим, и интервал от време за реализирането им – обучение, приятелство, любов, женитба, деца, отстояване на социална позиция – като че ли всичко това е възможно да се случи до четиридесетата година. Разбира се, ние хората се изхитряме и боравим доста умело с времето – разтегляме го, свиваме го, връщаме се назад в спомените си или отиваме напред в представите, без да забравяме обаче, че разтегливостта му не е безкрайна и че в един момент ще спрем да се „заблуждаваме“ и ще се наложи да теглим чертата, да спрем, без надежда да продължим.

Усетим ли първият хладен полъх наред знойното лято, се „смръзваме“ – ами сега? Свикнали сме да вярваме, че ваканцията, с която свързваме красотата, приятните емоции, мечтите и приключението, е само през лятото, а есента в живота си свързваме с еднообразната рутинна работа, в която няма вдъхновение, а само усилие, което поне не е толкова досадно като скуката, която неминуемо предстои в зимата на битието ни. И дори когато имаме всичко, което сме желали, пак нищо не е наред.

Разговарям с позната, която споделя семейните си проблеми – хубав дом, прекрасна дъщеричка, съпруг, който в нищо не я ограничава и работата, която е желала, тя се чувства ограничена, обърквана, лута се в дебрите на неразбирането, без да може да посочи една причина за недоволства. В разговора става ясно, че тя не може да се примири с „пускането на кепенците в храма на мечтите“ – социалнообусловените стремежи и свързаните с тях мечти се бяха реализирали, а жизнената енергия напираше и не желаше да се вмести в каноните на житейските стереотипи. Опитвам се да я откъсна от заблудата, че бъдещето ѝ е лишено от мечти и вдъхновение.