

Возвращение в настоящее

Статья опубликована в журнале Вестник НЛП №39.

Авторы: Светлана Валентиновна Орлова, Леонид Борисович Тимошенко

Темы, затрагиваемые в статье: Творчество

*Постарайтесь получить то, что любите.
А то придется полюбить то, что получите.*

Вот и отгремели новогодние праздники... И что? Давайте подведем небольшой итог. Сколько желаний вы загадали? А загадывали ли вообще? А вы помните, что говорили себе в прошлом году? Сколько из всего сказанного осуществилось? А вы уверены, что сбудется все то, что вы задумали в этом? А в чем причина того, что может не исполниться? А если ваши желания всегда превращаются в реальность, то не читайте дальше, возможно, эта сказка не для вас. А если вы вообще не верите в чудо, то постарайтесь прочитать ее как вполне реальную историю — чего только в жизни не бывает... Про ледяной дождь в Москве слышали? Вдруг и эта притча была на самом деле. Мы хотим рассказать вам про одного человека, с которым произошла следующая история.

Об удивительной стране...

В одной стране, а может быть, в вашем городе или ближайшей квартире, совсем недавно или уже очень давно жил человек. Он ничем особо не отличался от окружающих: окончил школу, получил профессию и каждый день ходил на чуждую для него работу. Он, как и многие в этом мире, уже успел забыть, о чем мечтал в детстве, чего страстно желал, когда был юношей; возможно, поэтому не особо стремился ставить цели, надеясь, что жизнь сама выведет его на нужную тропинку. И каждый день, возвращаясь домой в одно и то же время, молодой человек включал телевизор и пытался увидеть что-то, что заполнит разрастающуюся в нем пустоту, сам толком не понимая, что именно это будет... Но каждый раз раздражался, злился, иногда даже впадал в ярость, а порой, и в глубокую печаль от увиденного. В любой передаче ему встречались все те же сюжеты. И, как ни пытался он переключиться на другие передачи, одна и та же мысль ходила по кругу. А надо признать, что она не приносила молодому человеку радости и счастья. Он не замечал, что постепенно его глаза, смотрящие все время в одну точку, становились пустыми, а новые мысли навещали его все реже и реже. Происходящее вокруг его уже не радовало, и идеи о смене работы не давали покоя. Но он так ничего и не предпринимал, ожидая, пока появится новая передача, которая будет способна хотя бы развеселить его. Близкие ему люди пытались предложить что-либо, но вскоре для него они стали тем же серым ящиком с антенной, который (о Боже!) невозможно было выключить. И, как обычно, лежа на любимом диване перед телевизором, он переключился на очередной канал... На экране приятной внешности девушка вела рассказ.

«...И в этом странном месте существует природный закон, что если человек в течение года не поверил ни в одну свою мечту, не исполнил ни одного желания, не реализовал ни одной цели, то он, конечно же, превращался в зверобраза (зверобrother, брат зверя). Это были темные никчемные существа с пустыми глазами, опущенными плечами, странно переходящими в длинные обвисшие руки. И их дальнейший путь был

только один: становиться все более приземленными и стелящимися в сторону зовущего и клубящегося серого тумана над мрачным болотом. Они должны были слиться с ним и таким образом выполнить свое предназначение — увеличить площадь водоема, который итак уже захватил часть некогда прекрасной страны. Люди знали, что пребывание рядом с таким существом может быть заразно. Поэтому сторонились их, а полиция по зверству выгоняла им подобных из городов и населенных пунктов. Зверобразы были вынуждены скитаться в одиночестве, прячась от людей в лесах, пока болото окончательно не затягивало их. Со временем они теряли дар речи и могли только выть на луну, потому что она единственная могла вынести их общество...»

«Странную историю я вчера вечером услышал по телевизору», — думал наш герой на следующий день, шагая по привычке домой с работы. И тут его остановили три человека в форме. «Добрый вечер! Полиция по зверству», — произнес один из них, а другой, поднеся к нему черную коробочку, приказал: «Дышите в нюхоблок». Прибор замигал лампочками, как новогодняя елка, и это могло означать только одно. Он превращался в зверобраза. Вот так в жизни бывает, когда люди неожиданно для себя становятся совсем другими. «По закону вы должны покинуть город раз и навсегда, мы вас проводим», — произнес третий.

Наш герой уходил, недоумевая от произошедшего, смотря вперед на темный горизонт леса, пока не достиг его опушки. Только там он смог очнуться и оглянуться назад. И тут заметил, что за ним идет что-то невообразимое. Вообразить он «Это» не успел, потому как молниеносный удар сбил его с ног. Последнее, что он успел услышать: *«Ты еще можешь вернуться...»*

О мечте...

«Мальчик, сколько тебе лет?» — услышал он, открывая глаза. Оказалось, что он лежит в гамаке, вокруг раздавалось пение птиц, и мягкое солнце грело устеленную зеленым ковром землю. А повернув голову, увидел некое существо, похожее на мерцающую звездочку.

- Семь, — ответил он.

- А что ты делаешь? — спросило оно.

- Мечтаю... — этот ответ показался ему самым подходящим в подобном месте.

- О чем?

...

И он увидел мечту. Она была настолько реальной и красочной, что ему тут же захотелось увидеть себя внутри этой картинки с четкими очертаниями, которая преобразовывалась в целый фильм. Он был очень светлый, контрастный, а сам экран был настолько огромный, что, казалось, все происходит наяву. И ему это нравилось: как будто его детские, беззаботные, а главное, безграничные фантазии превращались во вполне реальные факты будущего. Причем такого близкого...

Он начал рассказывать про это кино, а существо задавало ему вопросы: «А каким ты себя видишь? К чему ты стремишься? Что любишь? Что тебе нравится в себе? Что хочется делать там? И что вокруг? В чем главная притягательность этого образа?»

- Отвечая на твои вопросы, я заметил, что они непростые. Как ты это делаешь? Все дело в вопросах, которые ты задаешь? Я чувствую, как во мне что-то начинает меняться. Будто то, о чем я мечтаю, становится ближе, понятнее и яснее. Кто ты? — спросил он с неподдельным интересом.

- Ты не поверишь, но я часть тебя, отвечающая за мечту, — ответила она скромно. — Я могу помочь тебе увидеть любые замки, красоты этого мира, гармонию природы, образы светлого будущего... Единственное, что я не могу, — это показать тебе, во что бы ты превратился до того, как попал сюда. Потому что это явно не твоя мечта, и, значит, это не моя область, — насмешливо проговорила часть. — Но ты когда-то сделал выбор и пошел по тому пути. Почему ты перестал верить в себя? — слегка повышая голос, воскликнула она. — Почему отказывался от стольких возможностей, попадавших тебе? Что останавливало тебя?

- Я искал! Каждый вечер старался... — пытаюсь оправдаться, ответил наш герой, опуская голову. Внезапно вспышка озарения отразилась на его лице:

- Я, кажется, начинаю понимать! Вот что, оказывается, я высматривал в телевизоре. Но где же ты была?

- Я все время была рядом: в твоём прошлом, настоящем и будущем. Ведь в какой-то момент ты перестал доверять мне и пошел по другому пути, а я вынуждена была скрыться. Ты перестал обращать внимание на свои чувства и ощущения, интуицию и больше стал слушать общее мнение, даже если оно, порой, было ошибочно и направлено против твоей мечты. Вспомни двоюродного дядю, который говорил, что у тебя ничего не получится. Или тетю, которая на твой день рождения сказала, что ты смешон и мысли у тебя глупые и детские. И брата, который твердил тебе, что ты должен жить, как все.

- Получается, что это они не верили в себя и в осуществление своих фантазий. А я, было, подумал, что так бывает у всех! — с горечью воскликнул он. — И даже не проверил, не попробовал, не сделал ни единого шага. И что же мне теперь делать? Что мне может помочь? Мне нужно убрать чужие страхи и мнения, чтобы очистить дорогу к своей мечте! Я понял: я поверю, что то, что я желаю, — возможно!

- Да верно, — сказала она с улыбкой, — я всегда знала, что ты способен на многое, но это еще не все. В мечту нужно вдохнуть эмоцию, чтобы картинка ожила. Лишь чувства превращают ее в возможность действовать. И заодно ты сможешь проверить, правда ли это твоя «заветная» или чьи-то наваждения. Сейчас мы это и проверим. Закрой глаза и почувствуй ее осуществление. Ты уже там...

И молодой человек, закрывая глаза, начал медленно погружаться внутрь своего кинофильма.

О желании...

«Сколько тебе лет?» — услышал он совсем другой и тихий голос. Ему не хотелось отвечать, но он подумал, что где-то 16, 20, 30, 40... Складывалось ощущение, что это не

так важно. Тишина ответила ему согласием. И под легкие звуки музыки обволакивающий, завораживающий и уютный голос продолжал говорить. Наш герой просто последовал за ним, чувствуя некую воздушность окружающего мира. Ощущалось внутреннее спокойствие, и тело расслаблялось.

Насколько сильное у тебя сейчас желание реализовать свою мечту? Как ты думаешь, каким оно должно быть для осуществления желаемого? А знаешь ли ты, почему такая жажда может угасать? Что ты делал раньше, что она исчезала? Может, ты просто перестаешь верить в свой порыв? И ты уже не думаешь, для чего тебе может быть нужно двигаться к осуществлению своего желания? А ведь, вернув смыслы, ты можешь снова ощутить нетерпение, ведущее тебя к действиям. И заглянув глубже в себя, ты можешь ощутить внутренним взором все области своего тела и найти в нем, где живет желание достичь своей цели. И в тот момент, когда ты найдешь это место, ты можешь спросить у него: «Что можно сделать для раскрытия и его усиления? Что поможет ему стать объемнее и сильнее?» И это может быть или увеличивающийся, светящийся светом сферический шар, или ощущение тепла, внутренней вибрации, наполненности, или усиливающийся объемный звук, или это что-то еще... Ощути это прямо сейчас, запомни и сохрани этот символ, то, как он выглядит, как он чувствуется и, может быть, звучит. Представь, что у тебя есть возможность возвыситься до самых вершин и обозреть свою жизнь, как реку или большую дорогу. Что меняется на твоём пути, когда ты, пролетая над ним, приносишь символ желания в каждый момент твоей жизни? Возможно, это похоже на элемент мозаики, нашедший свое место, или что-то еще. Ощути каждую секунду этих изменений и замечай интенсивность желания каждого шага на пути к тому, чего ты хочешь... О чем мечтаешь... Во что веришь....

Не ощущая пространства вокруг себя, молодой человек медленно наслаждался тем, что навевал ему тихий голос. Постепенно мысли возвращались к нему. «Интересно, а откуда идет этот звук?» — подумал он...

О действиях...

- Изнутри, салага! — прозвучала бодрая, ироничная, насыщенная опытом речь.

От неожиданности наш герой вздрогнул, открыл глаза и огляделся. Вокруг никого не было. «Почудилось», — подумал он и попытался сделать шаг в сторону пустующего гамака, но...

- Стоять! — повторилось откуда-то сверху.

- Это кто? — недоуменно произнес молодой человек.

- На дело энергию надо направлять! — еще более утвердительно произнес голос.

- А я что делаю?

- В том-то и дело, что ничего!

- А что нужно делать?

- Все так спрашивают! Как будто есть какое-то «некто», которому все-все в мире нужно! А кто в своей жизни будет разбираться, кроме тебя? Твой любимый телевизор, этот ящик с усами? Вот сам и разбирайся. Раз вопрос задал — так сам ответ и держи.

- Что делать... Что делать... Наверное, чтобы что-то делать, нужно знать, куда хочешь попасть! — неуверенно пролепетал наш герой, слегка задумавшись.

И тут у него, как вспышка света, возник образ уже сформированной мечты, а жгучее желание поддерживало его. Ему казалось, что он уже там был... И у него остался только один вопрос...

- Как? — спросил он, подняв голову наверх.

- Как, как! А вот так: просто иди и делай. Важно начать сам процесс, сделать начальное действие. Пусть твои первые шаги будут простыми и легкими, чтобы, стартовав, ты уже не мог отказаться и оправдаться перед самим собой, что не можешь двигаться дальше.

- А если...

- Если бы да кабы, то во рту росли б грибы! А чтоб грибы все-таки не выросли, запомни несколько простых советов: боится тот, кто ленится! Если тебе попадется гора на пути — поднимись на вершину и сможешь увидеть множество дорог, из которых можно выбрать лучшую. Если одному камень не сдвинуть — то всегда есть люди, кому этот камень мешает, или те, кто просто хочет двигать камни. Все, что тебе будет попадаться на пути, является помощью — просто посмотри с нужной стороны. А если вдруг не получится, то задай себе вопрос: «Как преграду превратить в то, что мне поможет?» Все, иди, устал я от твоих вопросов.

- А как мне отсюда уйти? И вообще, где я?

- Это фея снов тебе подарок сделала. Ей надоело показывать тебе ужасы. И если ты еще так и не понял, как отсюда уйти, то я помогу тебе стать героем одного старого детского анекдота... Мальчик, хочешь наку?

- Эмм... Хочу! — как будто по привычке ответил он.

- На-ка! — произнеслось сверху, и неожиданно появившаяся трость со свистом остановилась над его головой.

О пробуждении...

Рассвет... Когда вы в последний раз встречали восходящее солнце? Помните... Когда ждешь, что первые отблески света вот-вот появятся над землей, осветив робким светом край горизонта. И в этот момент кажется, как будто вся природа замерла перед этим появлением. Словно перед вдохом нового дня все наслаждается ожиданием этого чуда. И вы стоите или сидите одни или с кем-то в очень уютном месте и понимаете, что с этими первыми лучами, как где-то в мире, рождается что-то и внутри вас.

«Ты еще можешь вернуться...» От этих слов наш герой очнулся, открыл глаза и огляделся вокруг. Над городом поднималось солнце, пробуждая в нем что-то новое, а может, давно забытое старое. А где-то с опущенными плечами и пустыми глазами бродят

ничего уже не смыслящие зверобразы, приближаясь к серому болоту, которое ждет пополнения... Молодой человек заглянул внутрь себя, увидел образ будущего, ощутил внутреннее жгучее желание и звучные ироничные нотки чьего-то голоса. И в голове снова пронеслось: «Иди и делай!»

«Я могу вернуться», — сказал он сам себе. И взяв курс на рассвет, зашагал в сторону города.

Альтернативное завершение...

Он шел на рассвет, и увеличивающийся полукруг огромного светила озарял все вокруг, лучи света молниеносно завоевывали пространство, и внезапный звук привлек его внимание...

Это телевизор разбудил его. Наш герой очнулся в своей комнате, серо-белый экран «друга» говорил, что все передачи уже давно закончились. Он встал, выключил телевизор, подошел к окну и посмотрел сквозь прозрачную стену...

«Надо ж такому присниться», — пробурчал он. И снова лег спать?..

Светлана Орлова
тренер Центра НЛП в Образовании

Леонид Тимошенко
тренер Центра НЛП в Образовании