

Елена Тарарина
Важно быть собой. 10 гаджетов для счастья

Елена Тарарина

Важно быть собой



10 ГАДЖЕТОВ ДЛЯ СЧАСТЬЯ

Текст предоставлен правообладателем
«Важно быть собой. 10 гаджетов для счастья»: Издательство «Агентство «ІРІО»; Киев;
2019
ISBN 978-617-7453-65-8

Аннотация

Книга Елены Тарариной «Важно быть собой. 10 гаджетов для счастья» предназначена для подростков и их родителей, для тех, кто запутался, и тех, кто знает, чего хочет, тех, кто ищет понимания, и тех, кто радостно открыт миру. Автор в доступной и увлекательной манере говорит о сложных вещах: сострадании и черствости, правдивости и лжи, радости чужим успехам и зависти, уважении, доверии, поддержке. Для определения нравственных оппозиций используется форма гаджетов, очень близкая тинейджерам. Основные положения каждого гаджета проиллюстрированы с помощью истории из жизни подростка. Елена Тарарина дает ценную научную и практическую информацию, направляя читателей к самостоятельному поиску решений. Человеческая жизнь рассматривается психологом как одно из звеньев мироздания, а любое действие человека – как путь по восходящей или нисходящей. Эта книга для думающих людей, которые хотят достичь гармоничных отношений с окружающими и готовы выйти на новый уровень – уровень диалога с Вселенной.

Елена Тарарина Важно быть собой. 10 гаджетов для счастья

© Издательство «Агентство «ІРІО»

* * *

Глава 1 Никогда не разговаривайте с незнакомцем



«Мама в упор меня не видит! Я не могу донести до нее, что для меня важно иметь именно такую прическу сейчас, а она вообще не хочет принимать это во внимание!

Как родители могут быть такими равнодушными и злыми эгоистами? Может, они вообще мне не родители? А что, есть же истории, когда в роддоме детей путают. Такое ощущение, что меня точно перепутали, ведь если бы они были МОИМИ родителями, то сразу же меня поняли.

Гулять до девяти вечера. Все наши ребята гуляют до десяти, а я, как ботан, должна идти домой раньше всех! Вечно все смеются надо мной: «Спокойной ночи, малыши»!

Пришла из школы – сразу за уроки. Да достало! Целый день эти тупые уроки, нудные, скучные учителя пилят мне мозг, и даже дома я не могу расслабиться. Как будто я прихожу из одного ада в другой, жуть!

Убирать в комнате каждый день! Каждый день! Ну, тебе грязно – ты и убирай, мне НОРМАЛЬНО! Моя комната – мое место, когда хочу – тогда и убираю, зачем меня доставать?

А это мамино любимое: «Мы с папой ушли по делам, ты гуляешь с Сашей (мой пятилетний брат), покорми его и спать уложи, мы будем поздно!» Я что ли няня в этой семье? Или прислуга? Меня этот малый уже замучил! Нет, я его люблю, конечно, но четыре часа играть с ним – мой мозг вообще взрывается!

А самый глобальный ужас – это когда к нам бабушка переехала. Это просто тотальный контроль: куда пошла, что ела, зачем надела – я как в тюрьме! Сил нет вообще, меня все достало. Я в этой семье как раб, как невидимка, никто моего мнения не спрашивают, ВСЕ

знают, как мне лучше жить, нормально?»

Сгушались сумерки. Аня сидела посреди парка и плакала. Она вообще не знала, КАК можно жить, если тебя окружает весь этот кошмар. У друзей тоже, конечно, бывали не лучшие времена, но из всей компании она была самой невезучей. Главным стыдом в жизни Ани была ее внешность... Иногда ей хотелось растерзать свое тело на части. Оно было ужасным: постоянные прыщи на лице и руках, толстые ноги, груди – ноль, редкие и тонкие волосы, корявые брови, ногти нереально ужасной формы, какая-то маленькая шея, длинные руки. И один глаз косил влево, поэтому Аня носила очки. Нос был огромным, настолько, что иногда казалось, что он вот-вот превратится в хобот. На руках и ногах было много волос, и вся эта картина вызывала отвращение: «Я самый страшный урод! Ну почему, почему я такой урод???» Слезы лились градом из глаз 13-летней девочки...

– Что за слезы у такой красивой девушки? – раздался как гром чей-то голос. – Кофе хочешь? Как тебя зовут?

Аня подняла глаза. На лавочке рядом с ней сидел мужчина лет сорока пяти (Аня не очень хорошо умела определять возраст), держал в руке два стакана кофе из «Макдональдса».

– Латте или капучино? – заметив стеснение и растерянность Ани, мужчина подсел ближе и поставил оба стакана кофе возле нее. – Выбирай, какой хочешь. Меня, кстати, Андрей зовут... Можно с тобой познакомиться?

– Меня зовут Аня. Спасибо за кофе, я люблю латте.

– О, я как раз люблю капучино! Вот и поделили. Ты часто тут гуляешь? Красивый парк. Живешь где-то рядом?

– Бываю здесь иногда. Ухожу, когда нужно побыть одной.

– Зачем такой красивой девушке быть одной? Ты, наверное, своего парня здесь ждешь?

– У меня нет парня. – Аня испытывала какой-то невероятный подъем от неожиданного разговора и напора собеседника.

– А вы вообще кто? – несмело выдавила она.

– Мы же уже познакомились вроде. Меня зовут Андрей. Я здесь недалеко работаю, вот решил немного прогуляться вечером. Смотрю – на скамейке грустит красивая девушка, думаю, угощу-ка я ее кофе. И вот я здесь.

– А вы так со всеми девушками знакомитесь?

– Нет, это впервые! А ты далеко отсюда живешь?

«Странно, – подумала Аня, – уже второй раз спрашивает, где я живу.» И только она об этом подумала, как мужчина полез в свой бумажник, достал визитку и протянул ей. Пока он открывал свой кошелек, Аня успела рассмотреть там достаточно много крупных купюр. На визитке было написано: «Андрей Нельвин, специалист по помощи в кризисных ситуациях». И количество денег в кошельке полностью заглушило Анину бдительность.

– А что конкретно вы делаете?

– Я помогаю тем, кто попал в трудное положение – в деньгах, с друзьями, по здоровью. Кстати, у меня машина за углом. Не хочешь прокатиться?

Аня и сама не заметила, как на волне адреналина уже садилась в красивую черную машину с кожаным салоном.

Андрей рассказывал ей анекдоты, спрашивал о семье и о школе. Они катались очень долго, пока вдруг Аня не поняла, что сидит, полностью вжавшись в кресло на переднем сиденье и в голове у нее только одна мысль: «Как я здесь оказалась, куда он меня везет?»

Казалось, что ситуация хуже некуда, но когда Андрей произнес ЭТУ фразу, Аня практически впала в кому от страха:

– Мы сейчас будем проезжать мой дом. Хочешь, зайдём ко мне?

– НЕТ! – буквально прокричала Аня. – Я хочу выйти, я хочу домой!

Андрей свернул на обочину, и машина остановилась. Аня, наверное, никогда еще не испытывала такого ужаса.

«Я в машине с каким-то мужчиной, не знаю, куда он меня привез, что мне

делать, кричать, бежать, что ему нужно от меня? А если он маньяк, мамочка, чем я только думала?!»

– Так пойдем ко мне? Может, ты передумала?

– Нет, я не передумала, отвезите меня домой, пожалуйста, – почти со слезами прошептала Аня.

Сработал щелчок, и стало понятно, что дверцы машины захлопнулись, это ловушка, выхода нет.

– Почему ты пошла со мной и села в машину? – голос Андрея изменился. – Ты что действительно думала, что мне, сорокалетнему мужчине, интересно тебя просто угостить кофе, прокатить по городу, а потом отвезти домой? Что ты сейчас чувствуешь?

Андрей придвинулся поближе к Ане.

– Не приближайтесь ко мне! Откройте машину, я хочу выйти!

– Тебе страшно, Анна Александровна...

«Откуда он знает мое отчество? Он следил за мной! Как давно, зачем, господи!»

– Откуда вы знаете мое отчество? Что вам от меня нужно? Немедленно выпустите меня, я закричу!

– Кричи. Тебе ведь страшно. Кричи. Ты говоришь мне «стоп» сейчас? Так странно:

– можно познакомиться – да!

– можно угостить кофе – да!

– можно сделать тебе комплимент и пообщаться – да!

– можно тебя прокатить – да!

– можно спрашивать тебя о семье и друзьях – да!

– можно сесть ближе к тебе – да!

Ты сказала мне «да» шесть раз, а теперь говоришь «стоп». Не поздно? Почему ты говорила мне «да» все это время?

– Мне было интересно... – сама шокированная своим ответом прошептала Аня.

– Ты не поверишь, но каждая из восьми девочек, которые сидели здесь до тебя, ответила то же самое. Настя, 14 лет. Саша, 14 лет. Тоня, веселая была, 15 лет. Алина, 13 лет. Света, 16 лет. Ксюша, 14 лет. Еще одна Саша, 15 лет. И Анжела, 17 лет.

Да он реальный маньяк! У Ани буквально взрывался мозг, она кинулась в истерику стучать руками и ногами по стеклу, по панели управления и кричать что есть мочи.

– Эксперимент номер 9 завершен. Клиент дошел до стадии истерики и полностью потерял контроль над собой.

Сработал щелчок разблокировки дверей. Аня уже ничего не понимала и просто как в самом страшном кошмаре сидела полностью обездвиженная.

Дверь открылась снаружи, у машины стояла Анина мама.

– Ты в порядке? – спросила она.

Аня мгновенно кинулась к маме, обхватила ее за шею и разрыдалась. Андрей вышел из машины, передал Аниной маме свою визитку со словами: «Аудио и видео всей беседы я отправлю вам на почту завтра. Подумайте по поводу участия Ани в шоу. Она отлично держалась. Думаю, ваша дочь точно сможет стать примером для многих ребят».

– Какое шоу, мама? Что здесь происходит?

– Понимаешь, доченька, Андрей специалист, который помогает людям выйти из сложных жизненных ситуаций. Мы с папой поняли, что ты запуталась, что тебе тяжело, и ты можешь наделать глупостей. Андрей – психолог, который помогает подросткам, потерявшим почву под ногами, и не только подросткам. Он работает на телевидении, в передаче о тинейджерах. Канал проводит эксперименты с разрешения родителей для детей, похожих на тебя, чтобы подростки сами смогли получить реальный опыт и увидеть, к чему может привести их поведение.

– Это что, все розыгрыш, все неправда? – Аня была в шоке, она даже не

могла себе представить, что ее мама и папа способны на такое. Ей казалось, что они безнадежно отстали от цивилизации и живут в каком-то своем прошлом веке.

– Неправда то, что тебе угрожала реальная опасность. Но то, что твое поведение в этой ситуации было ошибочным – правда. Ты согласна, дочь?

– Да, мам, прости меня за все!

– Все хорошо, едем домой. Нам всем нужно отдохнуть. В машине ждет папа. Мы слышали весь разговор, и мы с папой сами чуть не поседели. Мы любим тебя, очень сильно любим. Но когда мы поняли, что линия связи между нами оборвалась и ты больше не слышишь нас, а мы, видимо, не слышим тебя, нам пришлось обратиться к Андрею. Мы боялись, что однажды что-то подобное произойдет на самом деле, и мы не сможем тебе помочь.

Оказавшись в машине, обняв папу и немного придя в себя, Аня спросила:

– Папа, а те девочки, которых он называл, они все тоже были в такой же ситуации? О них тоже все правда?

– К сожалению, все правда, Аня. Все восемь девочек, и ты девятая, сели в машину с незнакомым взрослым мужчиной сами. Андрей проводит этот эксперимент для того, чтобы потом на его основе создать программу, где подростки смогут сами увидеть, к чему приводит легкомыслие. Тема программы из твоего эксперимента – умение сказать «стоп» вовремя. Есть и другие темы. Там принимают участие другие ребята. Знаешь, мы с мамой очень переживали, как ты отреагируешь на эту ситуацию. Боялись, что ты можешь разозлиться на нас.

– Папа, ты что! Я думала, что он меня там сейчас убьет или еще что-то ужасное сделает. Я так испугалась, я просто не знала, что делать! Не представляю, как это получилось.

– Андрей пригласил нас вместе разобрать видео вашей встречи. И он готов указать на все ошибки и подсказать, КАК верно действовать, если такое случится в реальности. Тебе это интересно?

– Конечно, мам. Только не сегодня, я устала.

Прошло два дня с тех пор, как Аня включилась в эксперимент. Она снова и снова возвращалась к тому вечеру, прокручивала в голове каждый кадр. Ее беспокоил только один вопрос: если она, такая вроде бы нормальная девушка, так глупо повела себя и сама спровоцировала настолько опасную ситуацию, то сколько подростков попадают на эту удочку в реальной жизни, сколько есть еще разных случаев, где наше «мне интересно, чем все закончится» может довести нас до... Как защитить себя? Как помочь другим ребятам? Огромное желание спасти всех подростков не покидало Аню. Это было новое чувство.

Разговор с Андреем длился два часа. Он объяснил Ане все ее ошибки, помог смоделировать правильное поведение, которое не привело бы к такому печальному финалу. Основная мысль, которую вынесла Аня: любой близкий контакт, любое слово или жест может быть воспринят человеком как «да». И каждое такое «да» дает зеленый свет для того, чтобы пойти дальше. Это как уровни в компьютерной игре. Особенно если имеешь дело с незнакомым человеком, и даже не догадываешься о его намерениях. Быть вежливым и пускать людей в свои границы – это не одно и то же.

– Аня, ты бы хотела, чтобы твой случай вошел в программу? Тогда все увидят тебя. Это будет небольшой сюжет, из всего 40-минутного разговора мы оставим лишь 7-минутный ролик, потом пригласим тебя в студию и подростки зададут тебе вопросы. Так мы хотим, чтобы ребята поняли, как вести себя, если они вдруг окажутся в похожей ситуации. Чтобы они увидели все ДО того как и были вооружены. Но ты вправе отказаться. Ты взрослый человек, последнее слово за тобой.

– Я согласна, – ответила Аня. – Хочу, чтобы другие не попадали в такие ситуации. Это ужасно! Если я могу помочь – я помогу.

– Отлично, – сказал Андрей. – Наша программа будет называться «Спроси у Вселенной». Подростки смогут получить точную карту решения многих проблемных ситуаций.

– Еще только один вопрос. У меня есть друг, Славик, мы давно знаем друг

друга. Можно я его тоже в программу приглашу, и мы вместе будем участвовать?

– Конечно, приведи его завтра в студию, поговорим.

Глава 2 Волшебная таблетка



Так у Ани и Славика появилась возможность задать свои вопросы Вселенной. Аня объяснила Славику, в чем смысл проекта. Он был в шоке от того, что с ней случилось, но очень впечатлен результатом и тем, как его подруга повзрослела за эти два дня.

Разговор с Андреем был долгим.

– Чего ты больше всего хочешь? – спросил он у Ани.

– Чего я больше всего хочу? Легко, просто и быстро получать все, что захочу!

– Это возможно, – радостно проговорил Андрей. – Психология утверждает, что человек сам создает свой мир, и если понять технологию, то все возможно.

– Хорошая новость! И что для этого нужно? – бодро включился в разговор Славик.

– Цель, как и любая точка назначения, имеет свой Путь. Существует навигатор, и тебе нужно просто следовать маршруту. Это как если бы тебе от твоего дома нужно было доехать до аэропорта.

– Но как я могу попасть в аэропорт, если я еще никогда там не была? – удивилась Аня.

– Есть навигатор, просто следуй маршруту.

– Но как? А вдруг я поверну не туда?

– Да, иногда мы поворачиваем не туда.

– Смотри на навигатор и возвращайся на правильный маршрут, – с пониманием дела объяснил Славик.

– Но мне страшно! А если я никогда не смогу попасть в аэропорт? – Аня все пыталась побороть свои сомнения.

– Если будешь следовать навигатору, ты приедешь только в аэропорт. Но если отклонишься от маршрута, то гарантированно приедешь не туда.

– Но если я не знаю, как мне получить новый телефон или как встретить девушку своей мечты – как я могу быть счастливым? Где гарантия, что меня полюбит та, кто нравится мне?

Где гарантия, что зубрежка математики поможет поступить в университет без проблем? Где гарантия, что, оказавшись в конфликтной ситуации, мой друг Игорь не предаст меня и будет держать слово до последнего? Где гарантия того, что я точно «доеду в аэропорт»? – Славик хотел получить ответы на все вопросы сразу.

Пауза. Андрей сделал вдох и...

– Если тебе 13–15 лет – самое время разобраться, как работает эта жизнь. Существуют проверенные способы **БЫСТРО** получать именно то, что тебе нужно. Обратите внимание на успешных людей последних лет, примерами которых могут быть **Мадонна** – певица, гонорар которой составляет миллион долларов за концерт. **Стив Джобс** – разработчик гаджетов, создавший одну из крупнейших компаний мира. **Билл Гейтс** – миллиардер, жертвующий огромные суммы на благотворительность. **Энтони Роббинс** – один из самых известных психологов современности, который помогает многим людям стать лучше. **Ник Вуйчич** – человек, который родился без рук и без ног, но создал семью, стал автором множества книг и успешным международным оратором, вдохновляющим миллионы людей на изменения в жизни. Несложно заметить, что все они используют определенные идеи, решения, подходы, которые и помогают им достигать реализации своих целей.

– Как же нам узнать эти секреты? – Ане хотелось подробностей.

– Все просто! Давайте представим, что существует три компании, которые выпускают десять гаджетов. Первая компания называется «Мое тело», вторая – «Моя речь» и третья – «Мои мысли». Каждая из этих компаний разработала свои гаджеты согласно новейшим технологиям успеха, и те, кто осваивает управление этими гаджетами, становятся победителями в жизни! Вы, ребята, скорее всего, раньше не слышали об этих гаджетах. Информация секретная, возможно, именно поэтому счастливых и успешных людей так мало. Недостаточно получить эти знания. Важно **ПОНЯТЬ И ПРИМЕНИТЬ!**

Гаджет номер один называется «**Защита жизни**». Основная его задача – обеспечить нас и наше окружение здоровьем. Как функционирует этот гаджет?

В его интерфейсе существует два понятных режима: первый – забота о жизни, то есть положительный режим, второй – причинение вреда жизни, соответственно – отрицательный режим.

Когда мы выбираем **первый режим**, у нас сразу же появляется доступ к таким функциям:

- способность не злиться;
- здоровый сон;
- питание без переедания;
- йога или спорт;
- забота о животных;
- забота об экологии.

– А что конкретно делать надо? – спросил Славик.

Славику нужны конкретные примеры! Мужское мышление основывается на фактах и логике.

– Мне нравятся твои вопросы! **Те, кто задает вопросы, всегда добиваются большего, чем молчуны.**

Примеры конкретных действий:

- на неприятные слова подруги реагировать без нервов;
- спокойно общаться с родителями и не иметь к ним претензий;
- выбрасывая жвачку или обертку из-под конфеты, попасть в урну;
- покормить кота;
- начать утро с 15-минутной разминки или занятия пилатесом;
- лечь спать до 23:00;
- взять в школу банан или яблоко и заменить ими шоколадку;
- подарить подруге на день рождения фотосессию вместо кожаного браслета и т. д.

Когда мы выбираем **второй режим**, у нас сразу же появляется доступ к таким

функциям:

- раздражение, претензии, драки;
- постоянное западание в телефоне или планшете;
- беспорядок, грязь и хаос в личных вещах;
- отказ ухаживать за домашними животными из-за лени;
- разбрасывание мусора на природе и в общественных местах;
- зависимость от сладкого или жареного, невозможность есть здоровую пищу без усилителей вкуса.

Самыми простыми примерами таких действий являются:

- доказывание собственной правоты в общении с друзьями и родителями;
- крик, физическая агрессия, драки, мысли о самоубийстве;
- издевательство над животными ради смеха;
- унижение других людей в разной форме;
- переписка в социальных сетях до поздней ночи;
- раздражение на стариков;
- преобладание лежания на диване над физической активностью;
- постоянное ощущение усталости;
- еда не насыщает, и ты часто переедаешь;
- ты смотришь в телефон, переходя дорогу, и т. д.

– А что происходит со мной, если на моем гаджете «Защита жизни» будет включен первый режим? – спросила Аня.

– Картина тогда будет расчудесная. Ты здорова и красива, у тебя масса сил для любых дел. Твоя энергия не только физическая, но еще психологическая и духовная приходят в равновесие. С тобой все хотят дружить, людям нравится с тобой общаться, учиться вместе с тобой. Ты привлекательна каждой гранью своей личности. Люди в твоём окружении здоровы, в твоей стране мир, всем живым существам с тобой безопасно, а это значит, что Вселенная любит тебя и доверяет тебе, конфликты быстро разрешаются.

– А если включен режим «Причинение вреда жизни»? Мне кажется, что я замечаю это в людях очень часто... – Славик задумался.

– Тогда жизнь, мягко говоря, иная. Ты болеешь, и люди в твоём окружении тоже. Жизнь в твоём городе не безопасна: война, нарушенная экология, разбой, убийства. Твое тело выглядит и для тебя, и для других непривлекательно. Ты постоянно уставший и сонный, все время хочется чем-то подзарядиться. Ты стремишься найти энергию в сигаретах, энергетиках, других возбуждающих вещах. У тебя постоянные конфликты с друзьями, тебе приходится буквально выживать. Ты с трудом доверяешь людям и не можешь найти друга. Питание в фастфудах сделало тебя зависимым от химических добавок в пище, и, как следствие, твой вес вышел из берегов и т. д.

У каждого гаджета есть разные уровни Wi-Fi, которые связаны между собой и позволяют буквально предвидеть твоё будущее.

Именно поэтому успешные люди обычно очень спокойны и уравновешенны – они словно наперед знают, КАКИЕ результаты принесет им каждое из действий. И поэтому они **СОВЕРШАЮТ ТОЛЬКО ПРАВИЛЬНЫЕ ДЕЙСТВИЯ**. Смотрите, как это работает. Существует семь уровней Wi-Fi, **каждый из них связан с предыдущим и невозможен без него**. То есть второй уровень никогда не включится, если не подключен первый.

Отрицательные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Боюсь задать вопрос, ленюсь узнавать больше
- 2 Не уверен в себе, не знаю своих сильных сторон
- 3 Хочу быть как все, чтобы не выглядеть хуже других
- 4 Сильно привязан к своему гаджету (планшету, телефону), могу в нем сидеть часами
- 5 Чувствую, что теряю интерес к людям и к общению

- 6 Избегаю общения, больше времени начинаю проводить дома в одиночестве
- 7 Депрессия

Положительные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Почистил зубы, принял душ
- 2 Навел порядок в своих вещах и в своей комнате
- 3 Убрал вместе со своими друзьями мусор после себя на природе
- 4 Выбросил мусор в правильном месте
- 5 Спокойно и уравновешенно отреагировал на гнев со стороны другого человека
- 6 Имею хорошее эмоциональное и физическое здоровье
- 7 Живу в стране с хорошей экологией

Если ты не выполнил подключение первого уровня Wi-Fi, то доступ к подключению второго уровня невозможен. Второй уровень вызовет подключение третьего и так далее. **Каждое наше действие становится привычкой и порождает нашу реальность.** Какая разница, что у тебя красивая внешность, ты одет в брендовую одежду, твоя мама – Мадонна, если при этом у тебя серьезные проблемы со здоровьем? Именно поэтому первый гаджет настолько важен для человека.

– Я немного в шоке, получается, что если я делаю что-то хорошее, то и происходит хорошее, а если я делаю что-то плохое, то и возвращается плохое? Это как эффект бумеранга, я что-то слышала о нем. Это оно? – Аня смотрела на Славу с удивлением.

– Да, думаю, что Андрей именно это и имел в виду, – сказал Славик.

Аня и Славик еще не пришли в себя от всего услышанного, а Андрей уже готовил для них новое испытание.

– Ну что, хотите узнать об эксперименте с первым гаджетом?

– Да! – в один голос ответили Аня и Славик.

– История будет о смерти.

– В смысле, кто-то из подростков умер?

– Нет, – успокоил ребят Андрей, – все завершилось хорошо в этот раз. Но кто знает, как все могло обернуться. Давайте тогда я вам видео сразу покажу, чтобы вы максимально погрузились в ситуацию.

Андрей быстро включил ноутбук и нашел папку под названием «Гаджет № 1. История Вити, 14 лет». Аня и Славик в ожидании начала показа практически не дышали. Не каждый день у подростка есть возможность наблюдать реальный психологический эксперимент о жизни и смерти в 14 лет!

Обычный лагерь для подростков, где-то среди леса. Отряды, вожатые, разные соревнования. Главный герой истории, Витя, не очень хорошо учится в школе, немного замкнут, друзей у него мало, обычно он не хочет быть в центре внимания, он какой-то незаметный, стеснительный. Уже известный нам Андрей в этой истории был в роли консультанта, который помогал вожатым готовить номер для мероприятия, посвященного поиску детских талантов. На видео заметно, что Витя всячески избегает любого участия, почти не высказывает свое мнение, ходит один, терпит насмешки и грубые шутки в свой адрес, общается только с двумя ребятами из отряда.

Разговор Вити и Андрея:

– Привет, Витя! Ты все в телефоне? Во что играешь? Танчики? Круто, уже, наверное, все уровни прошел?

– Здравствуйте! Да, я люблю игры.

– Я вижу, ты с ребятами не очень ладишь? У тебя всегда так?

– Что вам нужно?

– Да ничего, просто смотрю на тебя и думаю, зачем ты все эти

издевательства терпишь от Миши и Артема. Не верю, что тебе нравится, когда тебя унижают. Ты же не тряпка?

Руки у парня напряглись, кулаки сжались, тело все согнулось, было видно, что Витя просто окаменел от напряжения.

– Мне все равно, что говорят эти придурки, я их не слушаю.

– Это правильно, не слушай, конечно. А что это у тебя за шрамы на руках?

– Это не шрамы. Это не важно. Это не ваше дело.

– Ну конечно, это не мое дело. Как-то здесь людно. Может, в курилку?

– Я не курю.

– Маме своей это расскажешь! Тут все курят, это нормально, расслабься, я тебе друг. Я свой, я как ты.

И вот Андрей и Витя идут в курилку, Андрей закуривает сигарету и протягивает Вите. Тот пару секунд всматривается в лицо Андрея и закуривает. Камера показывает лица обоих так отчетливо, что кажется, что ты на самом деле рядом, на расстоянии вытянутой руки.

– И давно ты себе вены царапаешь?

– Откуда вы знаете?

– Ну, я не слепой, я сам через это все прошел. Вот смотри – и на правой, и на левой. Татуировками потом пытался перекрыть, но все равно те, кто в теме, видят. Свои своих видят. Так что, умереть хочешь или, как малолетки, внимание родителей привлекаешь, чтоб айфон поновой купили?

– Мне не нужны никакие вещи, мне вообще ничего не нужно. Какой смысл жить в этом тупом мире, где одни дебилы вокруг, где ты постоянно должен перед кем-то унижаться, ходить в эту дурацкую школу, потом слушать бред родителей дома, кому это нужно? Если мы все равно все умрем, то зачем страдать? Если б у меня была возможность...

– Ну-ну, договаривай... Если бы у тебя была возможность умереть – ты бы умер? А что ж тогда вены только царапаешь, как малолетка? Страшно?

– Я не хочу видеть свою смерть. Я хочу умереть быстро. Вот бы принять какую-то таблетку, и сразу умереть. Я читал в интернете, что можно такие таблетки достать. Но пока не нашел как.

– А, так ты боли боишься?

– Наверное, да, – тихо сказал Витя. Его голос дрожал, он впервые говорил кому-то о своем желании уйти из жизни. До этого никто никогда не спрашивал его об этом.

– Я понимаю тебя. Никому до тебя нет дела, друзья все какие-то продажные, все притворяются, все боятся сказать правду. Люди как собаки – готовы покусать друг друга за то, кто будет первым и лучшим. Всем безразлично, что ты чувствуешь, никто не интересуется твоим мнением. И ты тоже, наверное, читал книги, потом гулял сам, потом учился сам, ходил в кино сам (теперь-то Ане стало ясно, что перед каждым экспериментом Андрей внимательно выяснял все подробности жизни подростка с его родителями). Ты один, всему миру на тебя наплевать, ты невидимый, ненужный, ты тень, пустое место, ты – самый худший из всех вариантов. И, конечно, ты тоже думал о родителях, о том, что их жалко, им будет больно, они будут страдать, но это все не сравнить с той невыносимой тоской и одиночеством, которое ты ощущаешь. Я прав?

– Правы. Кто вы?

– Я? Я Андрей, консультант твоих вожатых. А в жизни я помогаю тем, кто попал в трудные ситуации, получить именно то, что им нужно. Вот тебе что нужно?

– Я хочу умереть быстро. Мне нужна таблетка.

– Таблетка? Да проще простого! Сегодня?

Витя встал. Нет, вскочил. Он не ожидал такого поворота событий. Все его тело дрожало, во рту пересохло, язык заплетался, кровь стучала в висках.

– Нет, не сегодня. Мне нужно подготовиться.

– Только есть два условия. Выполнишь их – получишь таблетку.

– Какие еще условия?

– Об этом я смогу сказать только после твоего согласия. Но если тебе страшно, то давай забудем этот разговор, все останется между нами, даю слово.

Славик не выдержал:

– Да вы же его провоцируете, давите на него!

– Конечно, – ответил Андрей. – Все как в жизни – наши проблемы, страхи и слабости постоянно давят на нас. И мы либо вступаем с ними в бой, либо проигрываем и получаем кучу проблем. Посмотрим дальше?

– Да, давайте! – Славик не мог успокоиться, этот разговор очень напоминал общение в его компании, где одни часто унижали других, как бы в шутку, как бы для веселья, но теперь он увидел всю эту кухню с другой стороны.

– Хорошо, я согласен, – выдал из себя сиплым голосом Витя. Казалось, он сейчас упадет с лавки на пол – таким было напряжение. Глаза мальчика округлились, наполнились страхом, он все время ерзал по скамейке, теребил одежду, то садился, то вставал – видно было, что нервничал.

– Тогда пойдем, самое время для первого задания. Только никому ни слова! Ты же понимаешь, если хоть кто-то узнает... – взгляд Андрея не сулил ничего хорошего.

Андрей встал и позвал Витю за собой. Они прошли по центральной аллее, и вышли за территорию лагеря. Витя шел немного пошатываясь, ему до сих пор не верилось, что скоро он сможет получить таблетку, о которой так много думал. Мысли валили градом в голову, бились одна о другую, но Витя не собирался отступать. Андрей уходил все дальше и дальше в лес, и по лицу Вити было заметно, что он как минимум в растерянности. Наконец Андрей вышел на поляну, с которой виднелось кладбище.

Сердце Вити застучало как сумасшедшее, ноги его подкосились, он споткнулся и упал.

– Ты в порядке? – спокойно спросил Андрей. – Может, вернемся?

– В порядке, – почти шепотом прошепел Витя.

Они шли вглубь кладбища, стояла жара, и вокруг не было ни души. Андрей остановился возле одной из могил. Вокруг нее была свежая земля.

– Твое первое задание – поговорить с этим памятником. Ничего сложного.

Витя подошел к могиле и чуть не упал. На памятнике была его фотография, дата рождения, а датой смерти стояло завтрашнее число.

Пот. Кровь приливает к голове. Одно желание – бежать. Но куда?

– Откуда здесь моя фотография? Кто вы такой?

– Страшно? А чего бояться? Завтра это все станет реальностью, привыкай! Ты же этого хотел – вот смотри! Думаешь, мир без тебя изменится, ты всех накажешь своей смертью, и все поймут, что ты был крутым парнем и будут плакать? Проснись, вот реальность, вот он, мир без тебя! Ничего не изменится! Ничего! У нас мало времени. У тебя его вообще, в принципе, не много. Ты будешь выполнять задание?

– Да, сейчас. Подождите минуту! – Витя пытался собраться с мыслями, чтобы выдать из себя хоть слово.

Аня заплакала навзрыд.

– Остановить показ? – спросил Андрей.

– Нет, извините, просто... Иногда у меня тоже бывают такие мысли, и когда я смотрю, то представляю, что там моя фотография, и это... это так страшно...

– Ты права, Аня, умирать – это не очень приятное занятие, особенно когда тебе 14 лет, и ты не понимаешь, какой драгоценностью на самом деле является твоя жизнь.

Аня немного успокоилась, и видео продолжилось.

Витя начал говорить, его голос был еле-еле слышен, но это придавало

происходящему настоящую драматичность.

– Я... Мне... Я не хотел. Я больше не могу. Я устал. Я никому не нужен. У меня нет друзей. – По щеке покатила слеза, вторая. Парень ростом метр шестьдесят пять плакал.

– Я хотел стать ученым и создать вакцину от рака, чтобы вылечить бабушку и других людей. Но когда однажды я рассказал об этой своей мечте одноклассникам, меня засмеяли, сказали, что я отстой и что это все полный бред. Так обидно было. Даже Семен, мой единственный друг, и тот высмеял меня, назвал идиотом. И с тех пор я не завожу друзей, никому не рассказываю о своих мыслях, я стал везде ходить один. Это так больно... И родители, они ведут себя, как будто я ребенок, никогда моего мнения не спрашивают. И я сам, сам себя ненавижу, ненавижу свой голос, свои идеи, свое тело, я самый настоящий неудачник... Я не знаю, что мне делать...

Витя упал на колени и горько заплакал. Он так не плакал никогда. Никогда! Слезы капали на одежду, на землю, на траву. Так продолжалось минут десять. Потом Витя успокоился.

– Ты завершил? Можем переходить ко второму заданию?

– Я не знаю. Я уже не знаю. Не понимаю, что происходит.

– Да это нормально! Ты чувствуешь страх и растерянность. Все люди чувствуют это перед смертью. Просто ты не подходил к делу серьезно, никогда не думал о реальных последствиях. Пойдем! Вставай!

Витя встал и сделал вдох. Воздух, он был таким... Он был вкусным! А потом в поле зрения ворвалось синее небо, огромное, красивое, невероятное. В ушах звенело пение птиц – его раньше не было слышно! Или Витя просто не слышал? Все, все вокруг было очень, очень красивым.

– Как красиво! – прокричал Витя, и сам был в шоке от своего вопля.

– Да, ты прав, мы живем в очень красивом мире, но часто не замечаем этого, не ценим. Мы так погружаемся в свои страдания, что забываем о радости.

Андрей шел к лагерю, Витя семенил следом. У входа в лагерь, недалеко от калитки, была небольшая беседка. Андрей направился к ней. Она была занята, там кто-то был, но он все равно шел туда. Витя долго не мог понять, кто же там в беседке.

– Твое второе задание – разговор вот с этим парнем. Если ты сумеешь помочь ему – получишь то, что хочешь.

Витя уже на подходе к беседке сумел разглядеть инвалидное кресло. Невысокий парень лет пятнадцати сидел в кресле, голова его была немного опущена, плечи завалены вперед, как будто он собирался встать.

– Привет, я Виктор.

– Здравствуй, меня зовут Артем.

– Что ты здесь делаешь? Андрей сказал, у тебя какая-то проблема?

– Завтра мне будут делать операцию, это уже пятая, операция будет на позвоночнике, очень тяжелая. Если все пройдет хорошо, я смогу хотя бы шевелить ногами сидя в кресле, а если не очень хорошо, я могу вообще оказаться парализованным и пролежать весь остаток жизни в кровати. Я очень боюсь. И не знаю, стоит ли делать эти все операции. Мне кажется, у меня нет будущего и нет смысла каждый раз терпеть страшную боль после операций.

– Мне очень жаль, – пробормотал Витя. – А как ты оказался в коляске?

– В три года я попал в сильную аварию вместе со своей семьей. К счастью, все остались живы, но у меня повредился позвоночник, и я не могу ходить. Я помню, когда ходил, понимаешь?

И Артем с этими словами так посмотрел на Витю, что у того сердце сжалось.

– Я бы все отдал, чтобы просто почувствовать свои ноги, чтобы пойти самому по земле, чтобы встать с кресла и чтобы никто, никто не бегал возле меня! Я бы играл в футбол неделю, без остановки. Я бы наконец-то сказал Оксане из соседнего подъезда, что она мне нравится, и пригласил ее в кино. Моя мама смогла бы отдохнуть от постоянного таскания меня и коляски, и отец, который постоянно работает, чтобы оплачивать мое лечение, смог бы подумать и о себе. Я ведь не так

много хочу – просто, чтобы мои ноги ходили. Я бы все отдал за то, чтобы они ходили...

– Ты знаешь, я даже никогда не думал о том, что то, что мои ноги ходят, может быть для кого-то мечтой. И я свободно могу перемещаться, говорить с ребятами, ну, если захочу говорить. Я даже не думал никогда, что это так много значит, не думал, что это все ценно... Но ты не огорчайся, ведь твои ноги – это не ты целиком, это какая-то твоя часть. И ты можешь что-то делать руками – стать программистом, к примеру. Какой, кстати, у тебя айфон?

– У меня нет айфона, родители всегда рядом, а для того, чтобы общаться со знакомыми, мне вполне хватает домашнего стационарного компьютера. Я так много провожу времени в больнице на операциях, в подготовке к ним и потом на реабилитации, что у меня не осталось никаких друзей. Ты знаешь, как это – быть без друзей?

– Знаю, – ответил Витя, – у меня тоже их мало. Хотя нет, честно сказать, их вообще нет.

– В смысле? – Артем удивился. – Как такое может быть?

– Однажды я рассказал своим друзьям, что хочу стать ученым и найти лекарство от рака, я хотел помочь своей бабушке, она сильно болеет. Мои друзья сказали, что я идиот и что это невозможно...

– Ты хочешь найти лекарство от рака? Я первый раз встречаю такого человека в своей жизни.

Витя сел. Слова Артема ошеломили его. Этот парень, который был лишен столько вещей, он один смог сказать Вите то, что тот так ждал услышать. Он поверил в его мечту.

– Ты действительно считаешь, что это хорошая идея?

– За время своих операций в больнице я видел так много детей и взрослых. Им все равно, есть у тебя айфон или нет, темная у тебя кожа или светлая, все равно, на каком языке ты разговариваешь, самое главное – сможешь ли ты быть другом, сможешь ли ты поддержать. У нас в больнице есть традиция: пока идет операция, тебя в холле ждет твой друг. И если он тебя ждет – значит, ты кому-то нужен, значит, все будет хорошо.

– Ты сказал, твоя операция завтра. А кто тебя будет ждать? – спросил Витя, и в его интонации было столько заботы и внимания, будто вместо него говорил вообще другой человек.

– Никто. У меня нет друга, – на последнем слове голос Артема задрожал. Он не плакал. Вернее, тело его не плакало, но в душе, в душе этого парня была такая боль, такая беспомощность и страх! Витя поверить не мог, что подобные чувства вообще бывают. Он настолько был заиклен на себе, что практически не замечал ни других людей, ни их страданий.

– Во сколько начало операции?

– В восемь утра.

– Я спрошу Андрея, попрошу его и вожатых, чтобы отвезли меня к тебе. Можно я буду ждать тебя?

Витя весь вспотел, его сердце выскакивало из груди. Это, наверное, было впервые в его жизни, когда он полностью забыл о себе. Витя так хотел помочь другому человеку, что чувствовал от этого огромный прилив энергии. Это, видимо, похоже на то, что испытывают супергерои, когда идут спасать мир. Бесстрашие, уверенность в том, что все будет хорошо. Вдруг Витя понял, что, помогая другим людям, он ощущает себя круто! Он чувствует себя мощно!

– Ты не передумаешь до завтра?

– Нет, я точно приду. До встречи! – Витя протянул руку Артему и направился в сторону Андрея.

– Я хочу быть завтра на операции Артема. Вы отвезете меня?

– А как же твоя таблетка?

– Она мне пока не нужна, я должен ему помочь.

– Хорошо, – ответил Андрей, – я отвезу тебя.

По пути в больницу Андрей не сказал Вите ни слова. Он дал ему

возможность остаться наедине со своими мыслями и понять, ценна ли на самом деле жизнь, от которой Витя так хотел избавиться.

Администратор быстро подсказала, как найти палату Артема.

– Иди, – сказал Андрей, – я тебя здесь буду ждать.

Витя подошел к палате, взялся за ручку двери и вдруг стал слышать свои мысли так, как будто бы они были голосами живых людей: «Пожалуйста, пусть операция пройдет удачно, пожалуйста, Господи, пусть он живет, пожалуйста, помоги ему!» С этими мыслями Витя вошел в палату.

Артем был одет в белый халат, в его глазах был страх, но увидев Витю, он словно проснулся.

– Привет! Я думал, ты не придешь.

– Привет, Артем! Выглядишь прикольно – в этом белом халате ты похож на привидение.

– Я бы хотел быть привидением. Привидению ведь не нужны ноги, чтобы ходить... Как думаешь, все будет хорошо?

– Да сто процентов! Ты реально хороший человек, а хорошим людям всегда Бог помогает. Ты никого не предавал, не бил, не обманывал, у тебя нет шанса на поражение!

– Операция будет идти три-четыре часа. Ты сможешь все это время быть здесь, в больнице? В операционную тебя не пустят, тут такие правила, и потом еще, может, час или больше я буду приходить в себя после наркоза.

– Я буду ждать тебя. А потом, когда ты сможешь двигать ногами, мы будем с тобой в футбол играть. Я гуглил, есть футбол на колясках! Я узнал, что можно арендовать коляску, и подумал, что если я тоже буду на колесах, то мы будем на равных, согласен?

– Андрей говорил, что ты собираешься в путешествие. Это надолго?

– Путешествие? – Витя смущенно опустил глаза. Вдруг ему стало так стыдно за свою идею, он понял, как глупо хотеть умереть, когда у тебя есть все, чтобы жить, и жить классно. – Мое путешествие отменилось. Я остаюсь.

В этот момент в палату зашла медсестра и попросила Витю выйти. Артема начали готовить к операции.

Витя вышел в коридор. Он смотрел сквозь дверное стекло, как Артема подключали к аппаратам для введения наркоза, мерили давление. В глазах его был испуг. Если бы только Витя мог пойти на операцию вместо Артема! Боль обжигала его. Как быстро этот парень в инвалидном кресле стал другом для него! Так оно обычно и бывает в жизни. Мы настолько хотим понимания и принятия, что даже капля искренности может создать сильнейшую связь между людьми.

Дальше была операция. Она длилась четыре с половиной часа. Потом еще 42 минуты Артем приходил в себя после наркоза. Витя все время сидел в холле и ждал. За это время Андрей рассказал ему, кто он, из соседней палаты вышли родители Вити. Конечно же, они слышали каждое слово. Вскоре к ним присоединились и родители Артема.

У Вити просто перехватило дух. Он был в таком же шоке, в котором была Аня, когда ее эксперимент в машине завершился.

Витю интересовало только одно:

– С Артемом все на самом деле? Он действительно болен? Операция настоящая?

– Да, – ответила мама Артема, – операция настоящая, вся история Артема, к сожалению, правда.

– И он знал, что это эксперимент, и знал все обо мне?

– Нет, он знал, что у тебя тоже нет друзей, знал о том, что ты планируешь какое-то далекое путешествие. Тебе, наверное, интересно, почему он захотел встретиться с тобой?

– Интересно! Почему?

– У Артема есть несколько доброкачественных опухолей. Пока доброкачественных... Когда он узнал, что есть подросток, который хочет найти лекарство от рака, то сразу согласился. Он тоже мечтает, чтобы это лекарство было

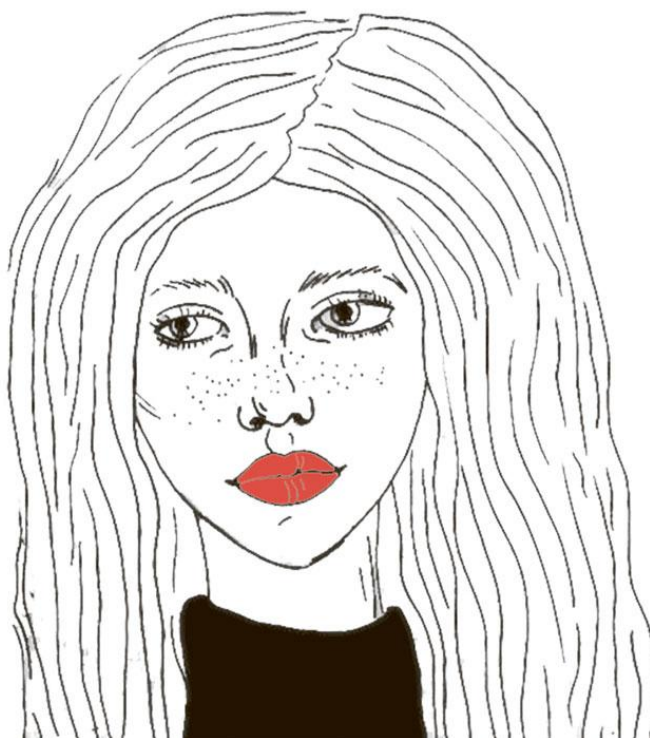
создано. Но Артем хочет спасти не себя. Девочку из соседнего подъезда – она ему нравится. Недавно у нее обнаружили рак. Ей 12 лет...

Андрей остановил показ. Аня и Славик сидели в слезах. Андрей сказал, что операция прошла успешно, что сейчас Артем проходит программу реабилитации, она очень тяжелая, нужно делать много физических упражнений, весьма болезненных. Но сила дружбы творит чудеса. Витя рядом, он из школы едет сразу к Артему и занимается с ним. Тема таблетки закрыта навсегда.

Андрей, Аня и Славик долго еще обсуждали эту ситуацию, размышляли над тем, что могло бы случиться с Витей, если бы он встретил не Андрея, а других ребят. Думали, что бы произошло с человеком, который не понимал ценности жизни, и в кого бы мог превратиться добрый парень, мечтавший создать лекарство от рака. Аня и Славик помогали Андрею и всей съемочной группе в написании сценария этой программы. Важно было, чтобы подростки, которые будут смотреть передачу, поняли, что возможность встретить Андрея – одна на миллион, остальные случаи – это обман, насилие, боль и смерть. Ребята не собирались превращать передачу в фильм ужасов, но они хотели, чтобы их сверстники знали, что на самом деле может произойти с ними в самый обычный вторник.

Глава 3

Когда бес платит



– **Гаджет номер два!** – радостно объявил Андрей. – Здесь любимая тема взрослых – деньги и изобилие. Этот гаджет называется «**Уважение чужого имущества**». Обратная его сторона – воровство. Основная его задача – чтобы у нас было ВСЕ, что нам нужно. Да-да, именно ВСЕ! И это возможно!

Слава и Аня встречались с Андреем в студии после школы дважды в неделю, но если бы у них была возможность, они бы приходили туда каждый день. Андрей был профессиональным психологом, и ребят поражало, как легко Андрей входил в свою роль в каждом случае.

– А у вас есть дети? – однажды поинтересовалась Аня.

– Да, они учатся в школе неподалеку от съемочного павильона. Очень удобно – каждый день успеваю завозить их в школу по пути на работу. Кате одиннадцать, а Мише девять. Ну что, давайте изучать второй гаджет! Нас ждут новые знания и новая история.

Когда мы выбираем **первый режим, то есть правильное поведение**, у нас сразу же появляется доступ к таким функциям:

- изобилие в материальных ресурсах (т. е. достаточно денег);
- достаточное количество времени для всего важного;
- достаточное количество друзей;

- способность быстро получать то, что хотим.

Конкретные примеры работы этого гаджета в жизни:

- родители обеспечивают тебя всем необходимым вовремя, позволяют тебе выбирать одежду и стиль, дают достаточно денег на карманные расходы;

- ты все успеваешь, тебе легко сосредоточиться и завершить начатое дело;

- твои друзья тянутся к тебе, им кажется, что тебе всегда и всюду сопутствует удача.

– Да, – сказал Славик, – этот режим решил бы огромное количество вопросов. Мне очень нравится получать то, что я хочу!

Второй режим этого гаджета работает, как вы уже и сами догадались, в обратном направлении. Если ты выбираешь режим № 2, тогда у тебя всегда:

- не хватает денег;

- ты живешь в ощущении постоянной нужды;

- у тебя все время теряются или портятся вещи;

- даже когда вроде бы все есть, ты не чувствуешь себя удовлетворенным;

- твои проекты и идеи не реализуются;

- какие-то обстоятельства всегда мешают тебе получить то, что ты хочешь.

Аня погрустнела.

– Я знаю многих ребят, родители которых живут именно так: ссорятся, разводятся из-за нехватки денег, находятся в постоянном стрессе. Взрослым сложно это понять, а как же страдают подростки, когда они не могут попросить у своих родителей то, что им нужно! Мне ведь, кроме родителей, вообще не к кому обратиться!

– Все правильно, Аня. Если мы не включаем первый, положительный, режим, то второй, отрицательный, включается автоматически!

Примеры работы гаджета в негативном режиме:

- тебе постоянно хочется большего, ты не успеваешь за модой;

- тебе сложно быть довольным и радостным;

- ты не успеваешь на встречи;

- ты теряешь вещи, другие люди предъявляют права на твоё имущество, пытаются овладеть им незаконным путем;

- все твои идеи зависают на полпути, ты не встречаешь людей, которые поддерживают твои увлечения, и тех, кто мог бы передать тебе какие-то интересные знания.

Гаджеты второй компании под названием «Уважение чужого имущества или воровство» также имеют свои уровни Wi-Fi. И эти уровни абсолютно точно определяют ваше будущее!

– Почему абсолютно точно, Андрей? Откуда ты это знаешь?

– Все просто: посадил желудь – вырастет дуб, посадил семечку подсолнуха – вырастет подсолнух. Что мы создаем своими действиями, мыслями и словами в мире, то и определяет наше будущее.

Отрицательные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

1 Очень хочу, чтобы со мной все дружили

2 Поддерживаю шутки и приколы, где без разрешения берутся чужие вещи

3 Опаздываю на встречи, обещаю, но не выполняю в срок

4 Беру дома мелкие деньги без спроса

5 Беру чужие вещи без разрешения, это для меня нормально

6 Украл с друзьями шоколадный батончик в супермаркете

7 Не хватает денег на мои потребности

Положительные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Я навещаю старенькую бабушку в селе
- 2 Я прихожу на встречи в обещанное время
- 3 Я держу свои обещания
- 4 Мои цели реализуются в задуманный срок
- 5 Люди хотят дружить и работать со мной, потому что я надежный
- 6 У меня есть большая мечта
- 7 Каждая минута моей жизни проходит с пользой, и я чувствую себя счастливым

Второй гаджет нужен нам, потому что именно он помогает нам ПОЛУЧАТЬ! Здесь работает мощный секрет: «Что посеешь, то и пожнешь». То есть, если ты хочешь много свободного времени – отдавай свое время другим, САЖАЙ свое время. Если хочешь денег – проявляй щедрость, помогай нуждающимся, делись с другими тем, что хочешь получить сам. Если хочешь быть красивой – научись создавать красоту для других. Хочешь энергии – стремись поддерживать энергию других, береги их сон, корми полезной едой, организовывай их досуг.

Из гороха вырастет только горох, из фасоли – только фасоль. Из маслинки не родятся апельсинки. Вселенная может отдать тебе только то, что ты отдаешь другим. Она просто плодородная почва, которая желудь превращает в дуб, а потом в дубовую рощу. Она просто зеркало, в котором нежелание поделиться конфетой превращается в то, что у тебя нет еды, и ты живешь в стране, где много голодных и нищих людей. Вселенная – это глобальная интернет-сеть, в которой КАЖДОЕ твое действие гарантированно к тебе возвращается.

Славик даже привстал:

– Стоп, но если, к примеру, я хочу научиться играть в футбол, но сам я пока еще не умею играть, КАК я могу помочь другому?

– Вот всего лишь несколько вариантов возможной помощи, – спокойно ответил Андрей.

1. Поговори с человеком, окажи ему поддержку, чтобы он не отказался от своей мечты.
2. Выберите вместе футбольный мяч.
3. Организуйте совместную тренировку.
4. Помогите человеку выбрать спортивную форму для тренировки.
5. Найдите интересные видеоуроки для тренировки разных навыков футболиста.

– Андрей, у меня друг бальными танцами занимается, у него чемпионат мира осенью, и он мечтает занять первое место. Это получается, что если он будет помогать выигрывать другим ребятам, то гарантированно победит? – спросил Славик.

– Да, победа придет обязательно, потому что из яблока вырастет ТОЛЬКО ЯБЛОНЯ!

– Андрей, скажи, ну, предположим, мой друг начнет помогать другим танцорам в их занятиях, чтобы они побеждали на своих турнирах. Но если он будет это делать, чтобы самому победить, то это как-то некрасиво?

– Правильное слово ты, Славик, подобрал. Это не просто некрасиво, это еще и неправильно. Помогая другому, мы всегда радуемся, искренне хотим ему помочь, верим в него. В момент помощи другому нам нужно как бы забыть о себе. Забыть о себе нынешнем. В твоём примере – забыть о себе том, который пока еще не выиграл чемпионат мира. Весь секрет в том, что помощь другому человеку – это единственная возможность стать тем, другим мной, которым я буду, когда выиграю чемпионат мира. Это сложно. Но вы разберетесь, я уверен!

Аня тоже захотела задать интересующий ее вопрос:

– Я хочу быть более стройной и привлекательной. Как я могу помочь своей подруге, которая тоже хочет иметь меньший вес?

1. Помоги подруге подобрать одежду, которая ей идет.

2. Прочтите вместе и обсудите книги или статьи о красоте и здоровом питании.

3. Сходите вместе на мастер-класс по визажу для подростков или поучитесь визажу вместе по видеоурокам.

4. Помоги подруге избавиться от негативных эмоций – они самые первые разрушители красоты.

5. Помоги подруге справиться с приступами переедания, поддерживай ее.

– Андрей, то, что ты сейчас рассказываешь, это на самом деле НАМ, подросткам, никто не рассказывает! А это очень важно! Почему этому не учат в школе?

– Хороший вопрос, Славик! Для того, чтобы в вашу жизнь пришли эти знания, вы должны испытать огромное желание измениться, стать лучше. И, конечно же, вы должны помогать другим людям! Вот Аня, например. Помнишь, когда в середине года к вам в класс пришла новая девочка, Ира? Никто не хотел с ней дружить. Она ходила одна в столовую, по коридору на перемене, а ты подошла к ней, заговорила, пригласила прогуляться по городу на выходные, ты стала для нее опорой. Таких поступков нужно совершить очень много, только после этого я смогу подключить тебя к этим знаниям. В противном случае маленький объем памяти не позволит все это понять и запомнить.

– Значит, то, что я не смеялся над Лешей, когда он упал на физкультуре, и то, что я помогал маме, когда она почти год болела, а я гулял с трехлетней сестрой, хотя мне хотелось проводить время с друзьями... Это все были вещи, благодаря которым я сейчас могу получить эту интереснейшую информацию?

– Молодец, Славик, ты начинаешь понимать! А теперь готовы узнать вторую историю? Она не самая простая. Но, думаю, вы поняли уже, что мы брали тяжелые случаи и трудных подростков – именно потому, что их переживания, а иногда и их жизнь находились в пиковой точке.

Андрей включил видеоролик, и на экране возникли слайды: «Алина, 15 лет. Страдает завистью, повышенной раздражительностью и перееданием».

Самый обыкновенный городской парк рядом со спальным районом. На детской площадке сидели пять девочек-подростков, слушали музыку из маленькой колонки и громко смеялись. Почти сразу три девочки ушли домой, а две остались. Андрей подошел к ним и заговорил:

– Привет, отличная музыка. Хотите пива?

– Приветтики! А вы, простите, кто?

– Я Андрей, давайте знакомиться, можно на «ты». А вас как зовут?

– Я Алина, а это моя подруга Марина.

– Привет, – недоверчиво пробормотала Марина. Вдруг у нее зазвонил телефон. – Да, мам, да, я рядом. Срочно? А-а-а... Ладно, иду! – Мать позвонила, ей нужно срочно уйти, а я должна за сестрой посмотреть. Вечно не дает мне погулять! Ладно, вечером увидимся, пока!

– До вечера! – попрощалась Алина. – Ты там что-то про пиво говорил?

Андрей достал кошелек и протянул Алине крупную купюру.

– Да, сходишь?

– А почему ты сам не пойдешь?

– Почему не пойду – я пойду с тобой вместе. Пока ты пиво будешь покупать, я тоже кое-что возьму. Сможешь отвлечь продавца?

– В смысле? Ты что, красть что-то будешь?

– А что тут такого? Ты что, никогда ничего в магазине не воровала?

Алину словно холодным душем обдало! Сколько раз она мечтала взять что-то дорогое в магазине, перехитрить охрану, повернуть это дельце! От адреналина ее просто трясло! Взять чужую ручку, чужую одежду, съесть незаметно конфету в магазине – это все Алина уже давно прошла. Ей нужно было что-то более серьезное, например новый чехол для телефона. Родители ни в какую не хотели ей купить тот, который ей нравился. Алину это

просто возмущало! Она была твердо уверена, что должна получить этот чехол любой ценой, даже если она приобретет его путем воровства. «Ну, подумаешь, заметят, что я его в сумочку положила, – думала она. – Всегда можно сказать, что случайно, что это не мое. А если даже по камерам проверят, то я несовершеннолетняя. Ну, вызовут родителей, они все решат, меня отпустят, просто потом попробую в другом магазине. Кстати, на рынке это тоже классно делать, там вообще камер нет, нужно только все продумать».

Алине очень-очень хотелось владеть модными вещами. Она была убеждена, что любым путем нужно заполучить желанную вещь. Отношения людей – ерунда, главное – «ты на стиле»!

Андрей не успокаивался:

– Тебе страшно? Сдрейфила, да? Никуда не идем?

– А что ты хочешь вынести?

– Я хочу вынести небольшие часы, они там стоят всего-то чуть меньше 50 долларов, мелочевка. Камер в магазине нет, тебе нечего беспокоиться. Давай, бери деньги.

Андрей протянул Алине купюру и поднялся, чтобы стряхнуть пыль с джинсов.

– Ты просто заходишь, покупаешь безалкогольное пиво, можешь хоть на все деньги закупить продуктов, и идешь к кассе. Пока ты там беседуешь с продавщицей, я все делаю и выхожу на улицу. Прибыль от часов поделим, покупатель у меня уже есть.

– А если не получится?

– Если ты боишься, так и скажи. Что может не получиться? Все просто как божий день! Ты идешь?

– У меня тоже такое бывало, – вдруг начала Аня, – мне тоже иногда хочется, чтобы все люди на земле исчезли, и я могла зайти в любой магазин и выбрать все, что захочу, абсолютно бесплатно! Это же тоже, что ли, желание украсть?

– Бесплатно – это там, где «бес платит», – ответил Андрей, при-остановив видео. – Нам так сложно просто радоваться при виде чего-то хорошего у других людей или в магазинах. У нас сразу же возникает желание иметь все, все себе, все мое! Мы думаем, что вещи принесут нам счастье. Именно поэтому в погоне за ними мы иногда не замечаем, как скатываемся в ловушку воровства. Давайте дальше посмотрим?

– Да-да, – ответила Аня. – Так интересно, смогла ли Алина отказаться.

Андрей пошел в сторону магазина на противоположной стороне улицы. Где-то за десять метров до магазина он повернулся к Алине и сказал: «Слушай, это мой планшет. Положи, пожалуйста, пакет к себе в рюкзак, чтоб меня ничего не отвлекало».

Алина так была напряжена, что автоматически взяла черную сумочку с планшетом и положила ее в рюкзак. С одной стороны, девочку одолевал страх, с другой – у нее в руках была крупная купюра. Она могла купить все, что захочет, и если что, она вообще никак не связана с кражей. Алина очень любила рисковать, это заводило ее, давало ей настоящий драйв, и она совсем не думала, что ситуация может обернуться как-то иначе.

Девушка вошла в магазин, за ней последовал Андрей. Он сразу же направился в ту часть магазина, где были часы, а Алина взяла тележку и отправилась выбирать продукты.

«Это нереально круто! – думала она. – Да я просто крутая, развела его на такую сумму! Вот бы каждый день встречать таких идиотов!» Алине казалось, что она королева мира, что это лучший день в ее жизни. Ведь такую крупную сумму денег она держала в руках впервые, и достались она ей очень легко и абсолютно «бесплатно»!

Алина никуда не спешила и наслаждалась выбором продуктов. Когда тележка была полна, она подошла к кассе и завела отвлекающий разговор с кассиром. Кассир начала пробивать товары и добродушно поддерживала беседу. Алина протянула ей купюру. Кассир провела ею под специальным аппаратом, где обычно проверяют крупные купюры в магазинах, и на секунду замерла. Она снова повторила просвечивание. Посмотрела на Алину каким-то странным взглядом, наклонилась зачем-то вниз и продолжила беседу с девочкой. Алина не знала, что кассир нажала кнопку вызова охраны. Сработала сигнализация. Алина тут же оглянулась на своего «напарника», но не смогла разглядеть его. Она сделала пару

шагов назад, но рядом с ней уже стояли двое охранников. Они попросили Алину пройти вместе с ними в дальнюю часть магазина. Там было специальное помещение, где находилась камера и велась запись. Охранники спросили Алину, как ее зовут, где она живет, попросили назвать номер телефона родителей и сразу же позвонили им.

– Что такое, почему вы привели меня сюда?

– Это твои деньги?

– Мои.

– А где ты их взяла? – уточнил высокий охранник с очень строгим лицом.

– Дома, у родителей, – пытаюсь быть как можно более спокойной, ответила Алина.

– Что у тебя в рюкзаке?

– Мои вещи, а что?

– Ты могла бы достать все, что есть в рюкзаке, и положить вот на этот стол?

В комнату вошел третий охранник, посмотрел на Алину и сказал:

– Родители будут через 15 минут. Полиция на подходе. Никуда ее не выпускайте.

Алина не верила своим ушам! Какая полиция, что происходит? Где Андрей, что вообще здесь творится? В чем ее обвиняют, зачем позвонили родителям? Сердце выпрыгивало из груди, на все вопросы девочки охрана отвечала, что будут все выяснять сейчас, по приезду родителей и полиции.

Спустя пять минут в комнату вошли двое полицейских.

– Здравствуйте! Старший следователь Клименко. Рассказывайте, что произошло.

– Девочка расплачивалась на кассе меченой купюрой, которая была украдена несколько недель назад. Говорит, что деньги взяла дома у родителей, родители уже в пути. С собой у нее был рюкзак, содержимое рюкзака еще не досматривали, пока только выложили на стол.

– Что у тебя в рюкзаке? – спросил следователь и начал перебирать вещи.

– Там мои личные вещи. А почему вы копаетесь в них?

– Что это такое? – Полицейский взял пакет с планшетом, который Андрей оставил у Алины.

– Это не мое! Мне его дал парень.

– Какой парень? Ты только что сказала, что там твои личные вещи.

– Все остальное – это мои личные вещи, а тот планшет не мой, а Андрея.

– Планшет, говоришь? – полицейский достал из пакета его содержимое. И к большому удивлению Алины, там оказался вовсе не планшет, а плоская коробочка. Он открыл ее, и там оказалось много таких купюр.

– Принесите аппарат для проверки денег.

Когда просветили купюры, выяснилось, что все деньги меченые.

– Алина, ты говорила, что это твои вещи, потом ты сказала, что это планшет. Мы чего-то еще не знаем? – строго спросил полицейский.

В этот момент в комнату вошли мама и папа, из глаз Алины брызнули слезы.

Полицейский долго беседовал с родителями, на лицах которых было непонимание и тревога, а потом сказал, что всем нужно ехать в участок. Он потянулся за наручниками, но потом посмотрел на Алину и убрал их. В этот момент Алине показалось, что вся жизнь промчалась у нее перед глазами...

Все как-то незаметно вышли из комнаты. Алина обнаружила, что осталась одна. Вошел Андрей. Девочка закричала от шока.

– Куда вы делись?! Скажите им, что это не я!

– Алина, успокойся, давай поговорим. Ты соглашаешься пойти на преступление с человеком, которого совсем не знаешь, кладешь в свой рюкзак вещи, которые совсем не проверяешь, и покупаешь продукты за меченые, ворованные купюры. Это все твои решения. И как ты понимаешь сейчас, он неверные.

– Я не хотела, я не знала, я не думала... – Алина захлебывалась от слез.

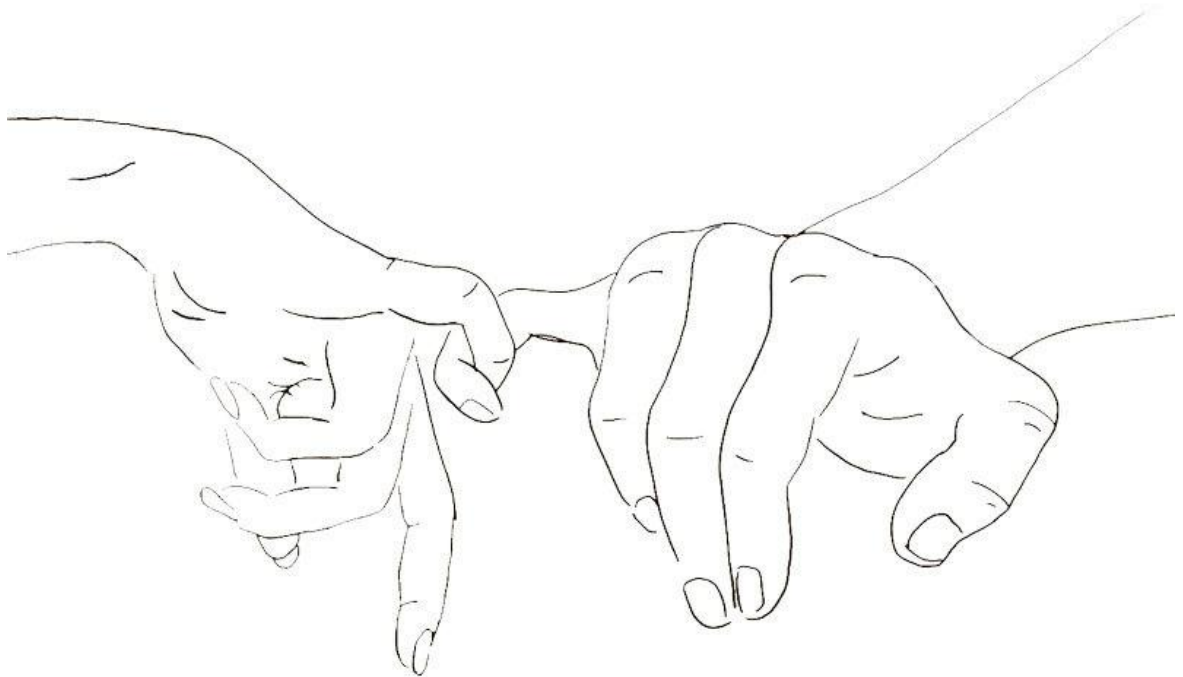
Андрей остановил видео и завершил историю:

– В комнату вошли родители и все остальные актеры, участвующие в этом эксперименте. Алине рассказали, что это за проект и для чего он нужен. О том, что девочка была в растерянности, говорить не нужно. Знаете, что Алина сказала, когда успокоилась и полностью пришла в себя? «Я никогда не хотела бы, чтобы это пережил мой друг или какой-то другой человек. Я думала, что меня бросили все, бросил и предал весь мир. Я уже поверила, что отправлюсь в тюрьму, это ужасно! И если что-то похожее еще случится в моей жизни, я смогу себя остановить. Потому что нельзя брать чужое даже в мыслях, чтобы эти мысли, вот как у меня сегодня, не стали реальностью».

После истории с Алиной Аня стала очень внимательной. Не забирать чужое: время, вещи, внимание. Она была сосредоточена на том, чтобы не просто постоянно потреблять все хорошее, но и стать его источником. Это приносило Ане радость. Очень большую радость.

Глава 4

Кулон Сваровски для прекрасной леди



– Думаю, **третий гаджет** точно вызовет ваш интерес, потому что он посвящен отношениям. Его название – «**Уважение отношений других людей**». Его обратная сторона – разрушение отношений и предательство, – начал Андрей.

Когда мы выбираем **положительный режим** этого гаджета, у нас сразу же появляется доступ к таким функциям:

- верность в отношениях с любимым человеком;
- верные друзья;
- наша вторая половина именно такая, как мы хотели;
- мы чувствуем, что можем доверять любимому человеку, и испытываем чувство счастья.

Конкретные примеры работы этого гаджета в жизни:

- вы уважаете отношения других людей, даже если они вам кажутся странными;
- вы не обсуждаете партнеров других людей;
- вы не сплетничаете об отношениях других людей;
- вы абсолютно уверены в верности вашего партнера;
- ваша вторая половина понимает и поддерживает вас.

– Андрей, это же моя мечта! Я так хочу поскорее встретить парня, с которым у меня будут именно такие отношения! – воскликнула Аня.

– Дорогая Аня, я рад этому! Наверное, ты уже поняла, что счастливы мы можем быть только в таких отношениях, где есть доверие и партнерство. Очень важно не искать своего партнера в интернете или ночном клубе, а именно СОЗДАТЬ его!

– Что значит создать? – удивился Славик. – Разве мы просто не находим друг друга?

– Славик, если бы людям для того чтобы найти свою любовь, достаточно было встретить ее, все были бы счастливы. Проблема заключается в том, что люди часто, встретив тех, кого любят, не способны построить и сохранить отношения. Как СОЗДАТЬ своего партнера, я тебе обязательно расскажу. Немного терпения!

Второй режим этого гаджета работает в обратном потоке. Если ты выбираешь режим № 2, тогда:

- тебя предают в любви и в дружбе;
- твои друзья и любимые – люди ненадежные;
- в твои отношения все время кто-то вмешивается;
- ты не чувствуешь себя счастливым в отношениях;
- у тебя есть любимый человек, но вы друг другу как чужие, нет ощущения близости;
- любой физический контакт тебе неприятен и пугает тебя.

– Третий гаджет – это любовь! Вот будет что рассказать Маше! – обрадовалась Аня. – Она моя лучшая подруга, ей 13 лет, и она дружит с Сережей уже полгода. Но в их отношениях все время что-то происходит. Они то вместе, то врозь, то любят друг друга, то ненавидят, то хотят быть вместе, то нет. Маша постоянно страдает, даже по оценкам в школе съехала, в ее голове постоянно Сережа.

– Аня, ты очень точно заметила, что наши отношения с любимым человеком либо помогают нам легко достигать своих целей, либо разрушает нашу жизнь до состояния тотального одиночества.

Славик оживленно подключился к беседе.

– Андрей, давай разберемся вот в чем. Если я, допустим, верен своей девушке, не подвожу своих друзей и держу слово, то я могу расслабиться и быть уверенным, что моя Лена от меня никуда не уйдет? Даже к самому красивому парню галактики?

– Совершенно верно, именно это я и хотел сказать. Если ты не посадил семена липы – липового дерева не будет. В гаджете «Уважение отношений других людей или разрушение отношений и предательство» свои уровни Wi-Fi. Начинается практика! Славик, давай разбираться, как сделать твои отношения с Леной потрясающими.

Отрицательные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Разглядываю фотографии других девушек в журнале
- 2 Рассматриваю девушек своих друзей
- 3 Веду разговор с другой девушкой с легким флиртом
- 4 Как бы случайно касаюсь руки другой девушки
- 5 Оказываюсь наедине с другой девушкой в комнате
- 6 Сажусь близко к другой девушке, держу ее за руку
- 7 Измена

– Анюта, для тебя будет позитивный пример – как можно девушке создать классного парня.

Положительные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Если две мои подруги в ссоре, пытаюсь помирить их
- 2 Не подвожу своих друзей, держу слово
- 3 Если вижу, что со мной кокетничает парень, у которого есть отношения, – ухажу
- 4 Поддерживаю подругу, которая повздорила с парнем, и помогаю ей найти способ наладить отношения
- 5 Не поддерживаю разговоры, где девчонки обсуждают парней и унижают их
- 6 В кругу парней меня уважают и поддерживают
- 7 Встречаю парня, который дорожит нашими отношениями и поддерживает меня

– Так как же создать своего идеального партнера? – поинтересовался Славик.

– Чтобы создать своего идеального партнера, нужно всегда делать то, что будет сохранять отношения других людей. Главный смысл отношений в паре – не быть одиноким, иметь возможность отдавать и принимать любовь. Что отсюда следует, Слава? Что нам нужно сделать, чтобы не быть одинокими?

– Помочь другим людям избавиться от одиночества? – тихо проговорил Славик.

– Потрясающе! Ты уже все понял! Поговорите с одинокой бабушкой у подъезда, спросите, как ее дела, угостите ее чем-то вкусненьким, позвоните вашей старенькой тете, которая живет далеко, и просто поговорите. А если у вас в городе есть дом престарелых и вы можете, создав волонтерскую группу, с помощью взрослых посещать раз в неделю одиноких бабушек и дедушек – это просто ДЖЕКПОТ! Очень важно, чтобы вы сейчас поняли: забота о других людях – это подарок. И не мы делаем добро бабушке, когда ее навещаем, а она помогает нам СОЗДАТЬ отношения с любимым человеком, в которых у нас будет любовь, понимание, уважение и верность навсегда!

– Андрей, а эксперимент здесь тоже касается любви? – спросила Аня.

– Конечно, здесь все посвящено отношениям. Эта история не имеет такого хорошего завершения, как все остальные. Причина проста: человеческое сердце – очень сложный механизм. Испытав один раз разочарование, крайне сложно потом доверять снова.

– Я вот боюсь пока серьезных отношений, – сказал Славик. – Отношения – это когда ты за кого-то отвечаешь, особенно если ты мужчина. Очень страшно подвести кого-то или не суметь сделать свою половинку счастливой. Для отношений нужно иметь и финансы, и время, и уверенность.

– Точно, Слава, – прокомментировал Андрей, – ты абсолютно прав. Любые отношения – это всегда ответственность, верность и действия. Свою любовь нужно проявлять в действиях, иначе она просто растает. А теперь – история. Ее героиня – Света, ей 15 лет. У нее отношения с Денисом уже два месяца. Это рекорд, потому что все остальные отношения Светы длились не больше пары недель. Сценарий всегда был один и тот же: вспышка симпатии, масса времени вместе, сотни смс, прогулки до полуночи, кино, дискотеки, поцелуи в парке, потом появляется новый человек, Света теряет интерес к своему партнеру и переключается на нового парня. Так продолжается уже несколько лет. Света уже сама устала от таких краткосрочных отношений, репутация среди ребят у нее, мягко говоря, не очень. Но она сама не может ничего с собой сделать. Развитие событий предопределено, как только возникает симпатия. Постоянное чувство неудовлетворенности собой не дает Свете покоя. Иногда ей кажется, что длительные отношения ее пугают, что они приведут к близости, а затем, возможно, и к свадьбе. Ну а потом – все, крышка захлопнется и придет конец всякой свободе и выбору. Света и хочет, и не хочет отношений одновременно. Ее родители развелись, мама не имела постоянных отношений, папу Света видела редко.

Света, как обычно, шла после уроков во двор школы, где они встречались с Денисом. Света пришла, а там никого. Дениса нет, хотя он всегда приходил раньше и ждал ее. Света набрала его номер в мобильном: гудки, дающие понять, что номер абонента отключен. Странно...

– Привет! – вдруг раздался чей-то голос.

Света вздрогнула и обернулась.

– Здравсьте... – Девушка с любопытством рассматривала красивого, высокого, стильного парня, который курил неподалеку.

– Уже давно хочу с тобой познакомиться. Вижу, у тебя есть парень. Ты его здесь ждешь?

– Нет, я никого не жду. – Света немного покраснела от вранья, но быстро пришла в себя и, как ни в чем не бывало, стала привычно флиртовать. Именно флиртовать – у нее даже мысли не возникало, что с парнями можно просто поговорить! Что вовсе не обязательно соблазнять каждого.

– Что ты здесь делаешь? – мягко поправила волосы юная кокетка, открывая лицо и мило улыбаясь.

– Я же сказал – хотел с тобой познакомиться. Ты мне понравилась. Может, сходим в кафе?

– Угощаешь?

– Ну, конечно! Меня, кстати, Антон зовут. Здесь неподалеку есть небольшое кафе. Пешком минут пятнадцать. Прогуляемся?

– Да, пойдем.

Всю дорогу Антон рассказывал веселые анекдоты, заглядывал Свете в глаза, смотрел на нее влюбленным взглядом. Света обожала это чувство! Она в центре внимания, ею восхищаются, делают все, чтобы ей было хорошо, она чувствует себя королевой – ну, по крайней мере, ей так казалось...

Они вошли в кафе, Антон выбрал самый дальний столик и попросил меню. Света заказала латте и мороженое, Антон попросил эспрессо.

– Какие у тебя интересы? Расскажи мне о себе, – начал беседу Антон.

– Да какие там интересы, если почти все время занимает школа и уроки! Уже не дождусь, когда ее закончу! Вообще-то я на танцы ходила несколько лет, потом в модельную студию, потом на рисование год, и все бросила. Теперь меня очень интересует фотография.

– Любишь фотографировать?

– Не совсем. Люблю, когда меня фотографируют. Хочешь, покажу свои фото?

– Конечно!

– Как тебя найти в сети? Куда тебе отправить фото?

– Меня нет в сети.

– Как это?

– Много работы, мы в основном через электронную почту общаемся. Можешь со своего телефона показать?

– Да, смотри.

Света зашла в свой профиль в Инстаграм и показала Антону несколько весьма вызывающих фото. На них она выглядела очень сексуально и казалась старше.

– Ты безумно красивая девушка! У тебя такое чудесное лицо и фигура... – рука Антона мягко переместилась на талию Светы, как бы случайно, как бы незаметно...

– Спасибо, – немного смущенно ответила Света, но ей было так приятно внимание этого взрослого парня, что она просто таяла.

– Так у тебя есть парень?

– Ну, не то чтобы есть... Мы просто дружим. Он ходит за мной, вот и все. Он просто знакомый, – Света врала и сама понимала это. Два месяца у них с Денисом были отношения, они встречались, но сейчас Света была готова все забыть и с головой ринуться в новое увлечение. – Я бы хотела себе самого лучшего парня!

– А какой это «самый лучший парень», можешь рассказать? Я бы хотел сесть ближе, ты не возражаешь?

– Нет, не возражаю. Парень, с которым я бы хотела быть – он взрослый, он защищал бы меня, покупал бы мне красивые вещи, очень бы меня любил. У него должна быть красивая машина, и, конечно, он должен быть клевым, ну не занудным, понимаешь?

– Да, конечно, понимаю. Я тоже ищу для себя самую лучшую девушку. Такую как ты. Кстати, это для тебя.

Антон протянул Свете красивую коробочку глубокого синего цвета, которая была перевязана золотой лентой.

– Что это? – удивилась Света. Адреналин зашкаливал, она обожала подарки!

– Открой – увидишь!

Света с придыханием стала развязывать бант и вдруг... ВАУ! Кулон Сваровски в форме бабочки! Он блестел, казалось, на все кафе. Восторгу не было предела!

– Очень красиво, спасибо! Это, наверное, дорогая вещь!

– Не беспокойся, я очень хотел тебя порадовать. Надеюсь, получилось?

– Да, получилось. Мне очень нравится.

– Примеришь?

– Да. Поможешь?

Антон аккуратно застегнул кулон на шее Светы.

Света даже не сияла – она ликовала от счастья! Мысль о Денисе, о том, что сейчас она нарушает верность, предает его своим поведением, даже не мелькнула в ее голове. Она была счастлива. Точка.

– Цветы для прекрасной леди! – Голос официанта заставил Свету обернуться, и букет невероятно красивых красных роз оказался у нее в руках.

– Я не знал, какие цветы ты любишь. Ну что, угадал?

– Спасибо, это так неожиданно! Да, я люблю розы.

И снова ложь. Света любила ромашки. Но когда ты врешь один раз, а потом второй, третий, колесо лжи уже сложно остановить. Ты превращаешься в другого человека: у тебя нет парня, ты никого не ждала за школой, ты любишь розы...

– Ну что, мне пора на работу. Рад был узнать тебя поближе! Завтра встретимся?

– Да, с радостью! Где и когда?

– Давай здесь. Сможешь прийти после школы в три? Обещаю, что завтра у меня будет больше времени, и мы сможем погулять.

– Да, конечно, ровно в три здесь. Я буду!

– Я провожу тебя?

Антон оплатил счет и вышел вместе со Светой на улицу, проводил ее немного.

– Ну, тогда до завтра! Жду тебя в 15:00. Только раньше не приходи. У меня запланирована важная встреча, и я буду отвлекаться на твою красоту. Хорошо?

– Нет проблем!

У Светы эти слова вызвали какое-то странное ощущение. Тем временем Антон попрощался и ушел. Просто пошел на работу, оставив Свету с красивым кулоном и букетом роз.

Всю ночь Света провела в мыслях о невероятной встрече. Она фантазировала, как дальше будут развиваться их отношения, думала, как будет счастлива. Света видела, что телефон Дениса включился, он звонил четыре раза, написал восемь СМС, но она не поднимала трубку и не читала СМС. Свете было все равно. У нее появилось новое увлечение.

На следующий день в школе, как нарочно, отменили последний урок, и в 13:30 Света уже была свободна. Денис несколько раз предпринимал попытки заговорить, но все они увенчались полным фиаско. Света попросила оставить ее в покое и объявила, что между ними все кончено. Никаких объяснений она не дала. Денис был, мягко говоря, поражен. Парень не понимал, что он такого сделал и что стало причиной такого резкого охлаждения.

А Света не замечала его чувств вообще. Она уже мчалась к своему новому принцу.

«Что же там за встреча такая важная?» – эта мысль не давала ей покоя. Вот бы хоть одним глазком посмотреть! И Света решила прийти в кафе раньше. «Очки у меня есть, платок попрошу у Маши. Вроде бы неплохая маскировка!» Девушка ощущала себя героиней шпионского фильма.

Дра-а-а-а-а-йв-в-в-в! В 14:00 Света вошла в кафе и, сразу заметив Антона, заняла место как можно дальше от его столика. Официант тут же принес меню, Света заказала простую воду. Но когда она рассмотрела то, что происходило за столиком Антона, испытала шок.

Такая же коробочка глубокого синего цвета с золотой ленточкой, кулон Сваровски на шее у какой-то девушки! Антон держит ее за руку, они смеются, они явно выглядят как пара. Девушка старше Светы, она очень красивая! Слева от нее лежал букет красных роз...

Что же это?! Гнев. Да, это был гнев. Что происходит? Света вдруг ощутила себя обманутой, преданной, использованной... Слезы неожиданно заволокли все вокруг. «Как он мог? Как он мог так поступить со мной? Предатель, предатель!» Света чувствовала себя маленькой девочкой, у которой забрали что-то очень дорогое и важное, она была беспомощной и обманутой. Часы показывали 14:40. Антон оплатил счет. Вместе со своей барышней он вышел на улицу, они сели в машину и уехали. Прошло 20 минут. Антон не вернулся. Потом еще полчаса. Света вся в слезах сидела в кафе и пила воду с ощущением, что об нее вытерли ноги.

– Вам просили передать... – официант положил перед Светой конверт.

– Спасибо, – еле сдерживая слезы, прошептала девушка.

Дрожащими пальцами Света распечатала конверт, достала письмо. Оно вызвало бурю эмоций. Было понятно, что его писали разные люди.

«Стас. Мы встречались две недели. Потом ты просто стала игнорировать меня. Ты не объяснила причины. Просто забила на меня. Мне было ужасно неприятно.

Коля. Мы встречались месяц. Потом я случайно заметил тебя в кино на последнем ряду с другим парнем. Мне ты соврала, что была у бабушки. Потом ты просто сказала, что я тебе не подхожу.

Олег. Мы встречались три дня. На четвертый день ты просто пришла в школу с парнем из старшего класса и ни слова мне не сказала».

И так было исписано два листа...

Боже, откуда это письмо?! Света плакала. Она поняла, что письмо писали все парни, которых она бросила, предала, обманула и проигнорировала. Теперь она сама оказалась в их положении. Что она ощущала? Боль, жуткую боль предательства! Только сейчас Света поняла, что прерывала отношения с парнями только из страха, что кто-то сделает ей больно. Но в этом забеге она сама стала тем, кто причинил много боли другим.

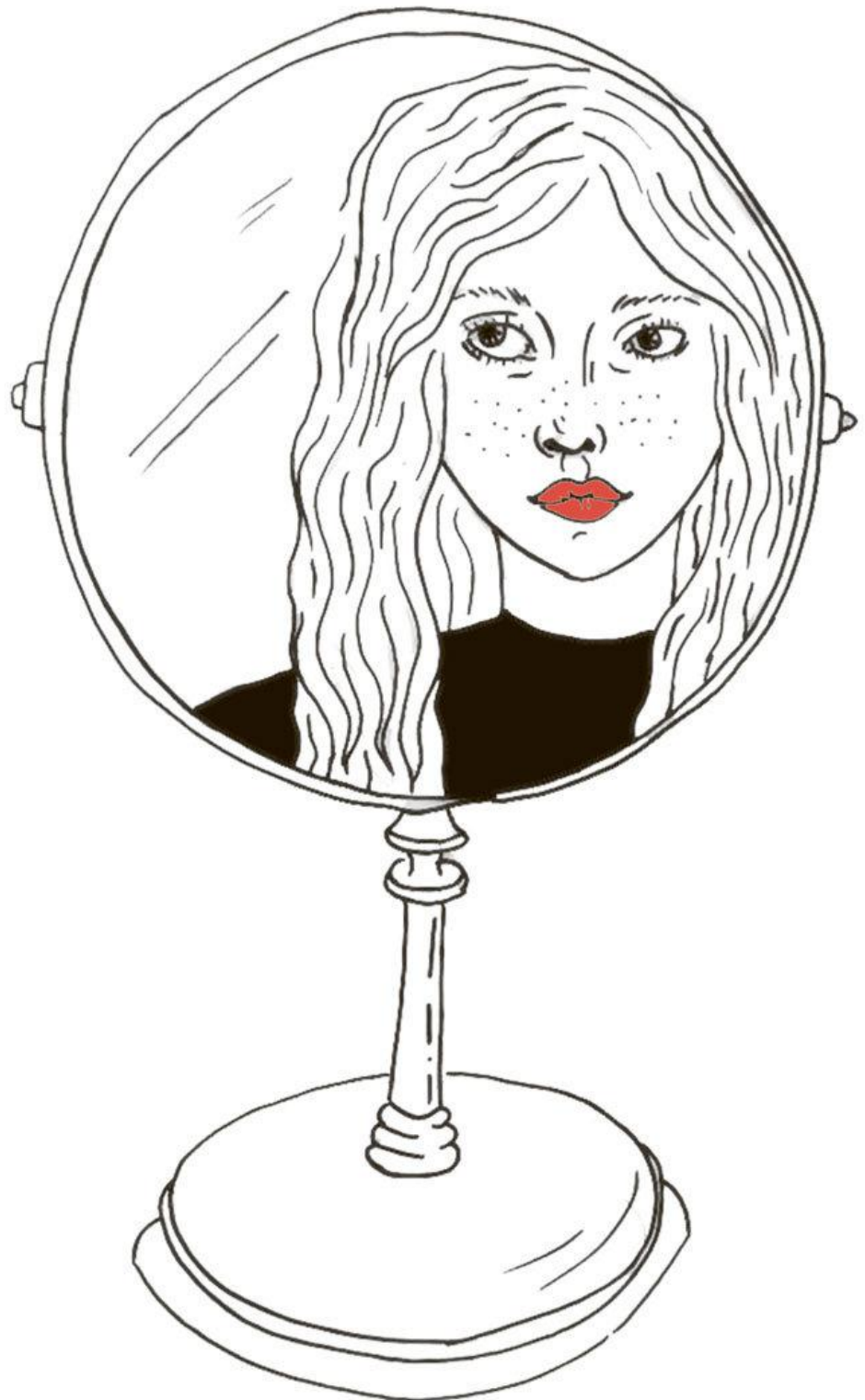
– Андрей, чем закончилась эта история? – спросила Аня.

– Света с Денисом, к сожалению, расстались. Света начала ходить на занятия с психологом и развивать доверие. Она училась дружить. Ведь если не умеешь дружить, то и любовь невозможно построить. Это как два взаимосвязанных процесса, понимаешь?

– Да, спасибо большое, – сказала Аня. – Я поняла, что когда мы думаем только о себе, мы не замечаем боль других. Я поняла, что любовь – это когда мы думаем не только о себе.

Глава 5

Опасный вирус



Каждая история была для Ани и Славика темой для долгих дебатов. После программы, по дороге домой, дома, по дороге в школу, в школе – везде, где только была возможность, ребята обсуждали поведение главного героя, анализировали причины, которые вызвали эти проблемы, проговаривали варианты поведения в сложной ситуации. Андрей попросил до выхода передачи ничего не рассказывать другим ребятам. И поскольку возможность знакомиться с историями героев, слушать рекомендации Андрея была для Ани и Славика очень ценной, они держали все в тайне.

И вот они ехали к Андрею и по пути пытались угадать, о чем же будет четвертый гаджет. Ане нравилось представлять, что каждая история – это отдельный мир, отдельный гаджет, настоящий живой механизм. Например, планшет, телефон, компьютер, айпад, смарт-часы, пейджер, ноутбук, цифровая камера и т. д. – все это абсолютно разные устройства со своими функциями и задачами. Здорово, когда тебе не просто доступно каждое из этих устройств, а еще и ПОНЯТНО, для чего нужно каждое из них (ведь далекий от техники человек и на планшете может овощи резать, используя его вместо кухонной доски). То есть важно не только иметь гаджет, но и уметь им пользоваться. Тогда твоя жизнь становится нереально интересной!

– **Гаджет номер четыре** отвечает за нашу уверенность и спокойствие и называется «**Правдивость – ложь**», – как всегда, начал Андрей с представления нового гаджета. – Славик, скажи, ты бы хотел, чтобы твой друг был неуверенным в себе, или чтобы мама беспрестанно тревожилась, или чтобы ты сам постоянно во всем сомневался?

– Нет, конечно, я не хочу такого!

– Все верно, НИКТО не хочет строить отношения с неуравновешенными людьми, с теми, кто сомневается и боится. Почему? Потому что когда человек боится, ему невозможно доверять!

– Тогда я вообще ничего не понимаю... – задумчиво произнесла Аня. – Мне кажется, здесь какая-то ошибка. Смотри, Андрей, моя подруга Маша спрашивает меня, как она выглядит в новом платье. Я вижу, что это платье не подчеркивает достоинства ее фигуры, значит, надо сказать, что в платье она некрасивая? Может, в таком случае все же можно сказать неправду? Или вот, например, я получила не самую лучшую оценку по английскому языку. Когда мама спросила, я ответила, что ничего не получила. Потому что я знаю точно, что завтра на уроке я смогу все исправить, и это полностью в моих силах! Зачем огорчать маму? Может быть, легкая неправда во благо все-таки разрешена?

– Дорогая Аня, этот вопрос задает мне каждый человек. И это нормально. Ложь подобна вирусу, разрушающему человеческое счастье. В любом количестве его присутствие в организме критично! Это как онкоклетка. Представь, что тебе говорят: «Давай мы подселим в твой организм одну онкоклетку, она совсем маленькая и незаметная». Что ты ответишь? «Ни за что!» И это разумный ответ. Точно так же дело обстоит и с ложью. Уровень токсичности лжи настолько высок, что даже маленькая ложь способна вырасти в большую проблему. Подруге, которая задала тебе этот вопрос, можно вообще не отвечать или сказать, что сегодня у нее отличный макияж, или опрокинуть стакан с водой, чтобы сменить тему. Если вы знаете, что плохой ответ, даже если он честный, обидит человека, в таком случае уйдите от ответа, переключите беседу. Не стоит правдой делать больно другому. Если сказать, что платье сидит на подруге плохо – она точно обидится. Но если уйти от ответа, то, возможно, человек, поразмыслив, и сам все поймет.

– Я в своей жизни уже так много врал... Я так понимаю, приукрашивание – это тоже ложь? То есть то, что я вчера сказал другу, что сделал 20 отжиманий, а на самом деле сделал 16 – это тоже обман. Ну и что делать, Вселенная?! Как теперь жить с той ложью, которую мы уже наворотили за все это время? – Славик серьезно проникся этой темой.

В восхищении от вопросов ребят и их открытости Андрей стал рассуждать вместе с ними:

– На самом деле у всех нас есть огромное количество лжи, которая хранится на наших депозитных счетах и изо дня в день заставляет наш ум быть беспокойным, вынуждает нас терять уверенность в других, сомневаться в себе и своих идеях. Ложь создает мир, в котором нас обманывают, где мы вынуждены постоянно быть начеку и глядеть в оба, где мы все время в напряжении, а это означает, что мы не можем быть счастливы и успешны. Ты спрашиваешь, что делать с прошлой ложью? А что мы обычно делаем с болезнью? Верно, лечимся и выздоравливаем! Мы начинаем делать определенные упражнения, принимаем те или иные лекарства, соблюдаем режим. С прошлой ложью точно так же! Мы должны постепенно ввести правдивость как норму жизни для себя. А сейчас я скажу вам кое-что

секретное. Что-то мне подсказывает, что ты, Славик, и ты, Аня, имеете лидерский потенциал. А без знания и применения этого секрета стать настоящим лидером невозможно! Секрет этот звучит так: **«Если ты длительное время говоришь правду, то скоро каждое сказанное тобой слово становится правдой»**. Далеко не все взрослые это понимают. Нужно об этом подумать.

Когда мы выбираем первый режим гаджета «Правдивость – ложь», у нас сразу же появляется доступ к таким функциям:

- люди в нашем окружении надежные;
- нам легко принимать правильные решения;
- мы уверены в себе даже в сложных ситуациях;
- наши планы реализуются легко.

Конкретные примеры работы этого гаджета в жизни: ты говоришь правду, не используешь приукрашивание или преуменьшение, не пытаешься обмануть, для того чтобы понравиться. Ты не говоришь ничего, что создает о тебе ложное представление, держишь слово, данное себе и другим, ты надежный участник своей команды, и это ценят твои друзья.

Второй режим этого гаджета работает в обратном направлении. Если ты выбираешь режим два, тогда у тебя всегда будет так:

- люди не верят тебе, даже когда ты говоришь правду;
- люди обманывают тебя;
- люди в твоём окружении стремятся обманывать друг друга;
- твоя уверенность в себе падает;
- ты сталкиваешься с множеством вещей, которые тебя пугают.

Если ложь уже стала естественной частью твоей жизни (а это часто случается с людьми), самое время начать сражение! И одержать победу! Если лжи слишком много, то ты попадаешь в сети **ЛОЖНЫХ** мыслей: если я совру, мама не огорчится; если я придумаю о себе то, чего нет, это придаст мне статус; если я не очень разбираюсь в теме, но все равно что-то сочиню и скажу, ребята решат, что я крутой; если скрывать лишь некоторые факты, а на 90 % говорить правду, ничего страшного не произойдет; в разговоре с друзьями ты говоришь то, что делать не собираешься. Да-да... Об онкоклетке ты уже знаешь. Теперь тебя не обмануть!!!

– Андрей, я вот сейчас думаю: это же очень сложно – говорить всем и всегда правду!

– Молодец, Аня! Это невероятно сложно! Именно поэтому счастливых людей в мире меньше 10 %, ведь невозможно отдалиться счастью, когда ты полон страха. Очень важно понять, что когда ты говоришь с другим человеком, нужно сделать все, чтобы в его голове создалась **ТАКАЯ ЖЕ ТОЧНО** картинка, как и у тебя. Это и называется правдой.

Гаджет «Правдивость – ложь» имеет свои уровни Wi-Fi.

– Как хорошо, что есть эти уровни Wi-Fi! Они дают возможность все четко понять. Давай уже, Андрей, рассказывай скорее! – быстро проговорил Славик.

Отрицательные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Рассказывая другу о своих занятиях спортом, преувеличил свои достижения
- 2 Подвел друга, забыл, что пообещал пойти с ним в кино
- 3 Соврал учителю, что домашнее задание не выполнено из-за плохого самочувствия
- 4 Недоговорил маме всей правды о том, почему задержался после уроков
- 5 На спортивных соревнованиях члены моей команды перессорились друг с другом
- 6 Я постоянно боюсь, что может произойти что-то плохое
- 7 У меня ничего не получается

А вот один из вариантов того, что может произойти, если твой четвертый гаджет работает в положительном режиме.

Положительные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

1 Сказала маме правду, что на уроке смотрела в телефон и поэтому получила плохую оценку

2 Встала утром для пробежки, потому что пообещала самой себе

3 В компании старших ребят не привирала о своих достоинствах

4 Сказала бабушке, что не поздравила ее с днем рождения, потому что забыла, не придумывала оправданий, просто извинилась

5 Погуляла с собакой вечером, как обещала маме, хотя друзья предлагали провести время с ними

6 Я чувствую, что все меня поддерживают, мои планы реализуются

7 Люди доверяют мне, просят помощи, и я с радостью помогаю

История этого гаджета связана с жизнью одного мальчика. Его зовут Игорь, ему 13 лет. С раннего детства он много фантазировал, мечтал, выдумывал. Сначала это было даже забавно. Потом фантазии стали понемногу превращаться в ложь. На это никто почти не обращал внимания, и привычка говорить неправду о себе и своих родных закрепилась. К примеру, когда кто-то из детей говорил о том, где работают его родители, Игорь тут же придумывал что-то о своих родителях, что обязательно превосходило истории других ребят. Он рассказывал о путешествиях, о куче игрушек у себя дома и о том, что ему родители все разрешают. Так, в первом классе ему удалось убедить одноклассников, что у него в доме живет еж, а в папином шкафу спрятан настоящий пистолет. В третьем-четвертом классах фантазии Игоря уже поднимались на смех, мало кто из ребят хотел с ним дружить. Но мальчику важно было общаться, поэтому он очень любил посещать разные кружки, ездить в лагерь, где мог найти благодарных слушателей.

Однажды, прибившись к одной не очень хорошей компании, Игорь проспорил одному парню 200 долларов. Карманных денег, которые ему давали родители, конечно же, не хватало, чтобы отдать этот долг. Понятно, что вся компания встала на сторону «своего», и все только и делали, что насмеялись над Игорем. О своем долге мальчик родителям не рассказал, ему было очень стыдно. Он вообще старался рассказывать им только хорошее и очень хотел в их глазах выглядеть крутым парнем.

Компания, которой Игорь оказался должен, – ребята 15–17 лет. Они решили во что бы то ни стало выбить из него деньги. Когда первый раз Игорь пришел домой в разорванной футболке и с разбитой губой, он сказал маме, что споткнулся и упал с лестницы в подъезде, якобы в мобильный засмотрелся и оступился. Когда однажды Игорь пришел домой без мобильного телефона, он сказал маме, что телефон у него вытащили в супермаркете, когда он покупал воду. На самом же деле телефон забрали ребята в счет процентов, сказали, что, может, отдадут, когда Игорь вернет долг. Но было понятно, что телефон ушел навсегда. Чтобы хоть как-то быть на связи, родители дали Игорю старенькую папину «Нокию» со стершимися кнопками и давным-давно не модную. Теперь у парня появилась еще одна забота: следить, чтобы никто из одноклассников не увидел у него этого «динозавра».

Андрей в этой истории принимал косвенное участие. Он должен был сделать так, чтобы старшие ребята спровоцировали Игоря на кражу и ложь. Конечно, все разговоры прослушивались, и родители Игоря были в курсе всех нюансов эксперимента.

Андрей включил видео.

– Значит так, неудачник, завтра твой последний день! Бери деньги, где хочешь. У твоих родителей они точно где-то припрятаны. Завтра утром здесь, перед школой! Не принесешь – это будет последний день, когда ты ходишь своими ногами!

Игорь понял, что оттягивать дальше некуда и нужно быстро решать вопрос. Он попытался обратиться к двоим своим одноклассникам и даже к классной руководительнице, но все они уже тысячу раз становились жертвами его вранья. Естественно, никто его даже слушать не стал.

«Они меня точно завтра прибьют! Что же делать?! Взять у родителей? Я, в принципе, знаю, где у нас деньги лежат. Может, они и не заметят. Возьму, а потом найду работу, листовки пойду раздавать, быстро заработаю и верну».

Эти мысли вихрем пронеслись в голове Игоря, и он поспешил домой.

Заранее он узнал, что мама и папа вечером собираются на прогулку, и в его распоряжении будет примерно час.

Все шло по плану. Родители ушли. Игорь подошел к шкафчику, который закрывался на небольшой ключ. Но ключ всегда был вставлен в замок, и в любой момент мама или отец могли взять оттуда деньги. Игорь знал об этом, потому что родители несколько раз брали оттуда деньги при нем. Он еще никогда не воровал у родителей. Вернее, не обманывал их настолько сильно. Его рука потянулась к ключу, но он все медлил. «Если отец узнает, он меня сильно накажет... Я должен это сделать!» Волнение переполняло его. Игорь открыл шкафчик и увидел там небольшой кошелек. Внутри лежало три купюры: 500 гривен и две купюры по 100 долларов. Игорь достал доллары, закрыл кошелек и шкаф. Было такое ощущение, что его руки горели огнем, как будто он запачкал их чем-то очень мерзким. Его буквально тошнило. У него было сильное желание где-то спрятаться. Игорь пошел в свою комнату, включил ночник и, не снимая одежды, лег под одеяло, укрывшись с головой. По щеке медленно покатила слеза. Страх, стыд, сомнения...

Через какое-то время домой вернулись родители. Мама постучала, вошла в комнату и, увидев, что нога в школьных брюках свисает с кровати, тихо спросила:

- Сынок, у тебя все хорошо?
- Все нормально, я хочу спать.
- Хорошо, тогда спокойной ночи.

Мама вышла из комнаты на секунду задержалась в дверях. В этот момент Игорю хотелось броситься ей на шею и все рассказать, но он даже глаз на нее поднять не мог. Ему было очень стыдно. Мама работала бухгалтером, сильно уставала, не так давно у нее стало портиться зрение. Отец был продавцом в магазине строительных материалов и старался выходить на работу в выходные, так как зарплата в эти дни была больше. У родителей были далеко не самые большие зарплаты, но жили они хорошо. По крайней мере, у Игоря были достойные часы, одежда, кроссовки, рюкзак, хорошо обустроенная комната и неплохой телефон. Был...

Мальчику было сложно заснуть, его мучила совесть.

Утром Игорь встал раньше обычного. Он вообще не смотрел родителям в глаза, чувствовал себя последним негодяем. Ему казалось, что родители видят его насквозь, и его рюкзак с украденными деньгами – тоже. Видят украденные деньги и молчат. Как же Игорю хотелось, чтобы мама спросила его о деньгах, или чтобы они случайно выпали, или чтобы папа вдруг решил что-то купить и достал тот кошелек! «Пожалуйста, увидите мою боль! – кричало сердце Игоря. – Я не предатель, меня вынудили!»

Он вышел из дома, закрыл дверь и заметил, что его руки дрожали. Быстро пошел на встречу с компанией. Старшие ребята уже ждали его в условленном месте. Игорь достал деньги и быстро протянул их.

- Все, теперь не трогайте меня больше! Верните телефон, я вам все отдал.
- На свой телефон, он у тебя того, из прошлого века! Если еще захочешь поспорить – приходи, идиот!

Парни испарились в одну секунду. В сердце Игоря бушевал гнев. Он готов был кричать от бессилия и из-за предательства, которое совершил по отношению к родителям.

В кармане брюк зажужжала «Нокия». «Папа!» – Игорь вздрогнул.

– Привет, ты в школе?

– Д-да, пап! Что случилось?

– Мама плохо себя чувствует. Сильно поднялось давление. Мы вызвали «скорую», врачи настояли на госпитализации. Что-то не так с сердцем. Я уехал с мамой в больницу. Нам тут прописали много лекарств, нужны деньги. Я с собой много не взял – ты можешь привезти из дома? Там есть две купюры по 100 долларов. Я позвонил соседу, дяде Славе, он тебе их разменяет на гривны, ждет тебя уже. Позвонить классной, отпросить тебя с занятий?

Игорь окаменел. Он буквально потерял дар речи. Несколько секунд, которые длились вечность, заставили его наконец-то понять, что он натворил.

– Да, пап, я сейчас, – лишь пробурчал он и положил трубку.

Он помчался в ту сторону, куда ушли его обидчики. Он бежал со всех ног, и наконец увидел ребят недалеко от школьного двора. Сразу же рванулся к ним.

– Моя мама, мама, больница!.. Она в больнице, она может умереть, верните деньги! Моя мама в больнице, я отдам! Пожалуйста, верните деньги, умоляю! – слезы градом брызнули из его глаз, и взрослый парень в одну секунду превратился в трехлетнего ребенка, который только и умеет, что плакать.

– Я сделаю что угодно, потом! Все, что вы скажете! Но сейчас, прошу, пожалуйста, отдайте мне мои деньги!

Вся компания была в шоке. Боль и страдание Игоря были настолько сильными, что ни у кого даже слов не было. Парень, которому он их проспорил, достал две стодолларовые купюры и протянул Игорю:

– Забирай свои деньги, брехло! Тебя никто за язык не тянул. Всех достали уже твои сказки, все смеются над тобой. Ты можешь быть нормальным? Говори правду! Достали твои понты на голом месте! Это бесит, понимаешь, да?! Давай, катись отсюда, придурок!

Игорь опомнился, он не ожидал такого поворота событий. Выхватил деньги из рук парня и метнулся в сторону дома.

«Поменять деньги у соседа и срочно бежать в больницу», – стучало в голове Игоря. Он очень испугался за маму. Вспотевший и напряженный, мальчик быстро поднялся по лестнице на свой шестой этаж. У дверей квартиры стоял отец.

– Что с мамой? – закричал Игорь

– Заходи, сынок, нужно поговорить. Знакомься, это Андрей, психолог. Вот вода – попей.

Мама сидела на кухне, ее глаза были полны слез.

– Мы не знали, как поступит Игорь, не знали, что может пробудить его от тотальной лжи и самообмана. Но, мы точно знали, что мама была очень значимым человеком для него, и решили показать, что обман родителей может сыграть с ним злую шутку. Нам важно было показать Игорю, что с его репутацией ему сложно будет просить помощи – люди просто не поверят ему. В этой ситуации больше всего переживала мама. У нее и правда были проблемы с сердцем, и Игорь это знал. Она проплакала на протяжении всего эксперимента. Ей было его очень, очень жаль. Но с другой стороны, она понимала, что сын запутался в паутине своей лжи уже слишком сильно. Это могло привести к каким угодно последствиям. Пришлось пережить эту боль ради шанса на правду. И Игорь справился, он смог стать честным, прежде всего с самим собой, а с этого начинается любая дорога правды. Никогда нельзя обманывать себя! – подвел черту под этой историей Андрей.

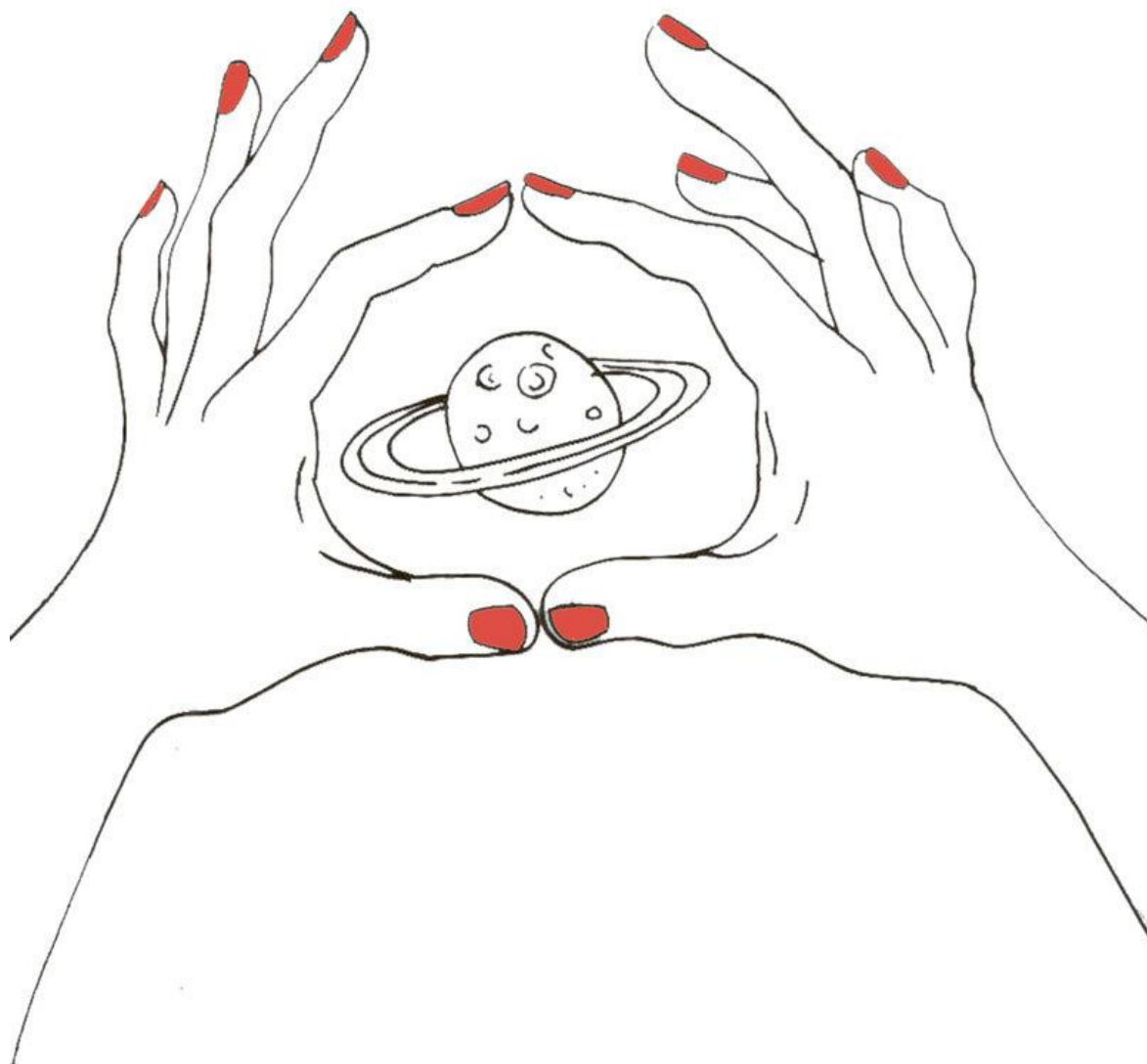
Славик решительно произнес:

– Когда я говорю правду, я уверен в себе и в других, люди хотят общаться со мной, и я легко могу получать то, что хочу.

– Отличный вывод, – сказал Андрей. – На следующей неделе нас ждет пятый гаджет!

Глава 6

Не судите...



– С **пятым гаджетом** все настолько просто, что, без сомнений, вы сможете быстро понять его устройство и назначение. Называется он **«Соединительная речь или разъединительные разговоры»**. Начнем с истории. Вы сами все поймете о нем.

Андрей включил видео.

Детская площадка. Три девочки лет четырнадцати медленно крутились на карусели.

– Привет, девчонки! Меня зовут Андрей, моей дочери 13 лет, и у нас не самые лучшие отношения. Я пытаюсь понять ее, но пока не получается. Можно задать вам несколько вопросов?

Девочки переглянулись, одна из них сказала:

– Задавайте.

– Спасибо вам. В общем, такая история. У моей дочери есть две подруги. Так вот, она сближается то с одной, то с другой. Меня беспокоит вот что: когда она дружит с одной из этих девочек, то обсуждает с ней вторую, и обе подсмеиваются иногда над ней. А когда она дружит больше со второй, то они обсуждают первую. Я просто слышу их разговоры по телефону. Мне кажется, что это не совсем правильная дружба. Что вы думаете?

– А что тут такого? Так все делают! У тебя есть лучшая подруга, и ты с ней ближе всех. Остальные подруги на втором месте. Конечно, мы обсуждаем других людей, особенно наших друзей, их внешность и поведение. Мы любим обсудить, кто что сказал и сделал, – это наше общение. Что вам не нравится? – сказала одна из девочек.

– По-моему, ваша дочь нормальная, – резюмировала вторая.

– Нормальная. Спасибо, мне важно ваше мнение. Тогда я задам второй вопрос. Например, у твоей подруги тоже есть две любимые подруги, не только ты. И когда твоя подруга с тобой дружит, то все нормально, но когда она дружит с другой девочкой, они обе против тебя. Обсуждают, высмеивают, издеваются даже иногда. А потом, через какое-то время, человек, который говорил о тебе гадости и смеялся над тобой, снова приходит к тебе, вы общаетесь, как ни в чем не бывало, и ты называешь этого человека другом?

На лицах трех девочек было изумление. Они никогда об этом не думали в таком ключе. В принципе, они вообще никогда не думали о том, что друг – это человек, который всегда за тебя. И если ты вдруг не прав, то подруга подскажет, научит, объяснит, но она ВСЕГДА НА ТВОЕЙ СТОРОНЕ.

Одна из девочек повернулась к двум другим:

– Вы что, правда за моей спиной обо мне шепчетесь и надо мной смеетесь?

Две «подруги» опустили глаза. Их ответ был очевиден. Все три девочки одновременно как бы и дружили друг с другом, но и параллельно высмеивали друг друга.

– Ничего себе дружба у нас! Я в шоке!

Андрей продолжил:

– То есть это ненормально, что друг за твоей спиной плохо о тебе говорит, так?

– Это вообще не вариант, это мерзко! – резко ответила одна из девочек.

– Ну, тогда у меня последний вопрос. Часто мы критикуем чужих, незнакомых людей и думаем, что имеем на это право, что это нормально. Сейчас расскажу вам одну историю. Представьте себе метро, середина дня, достаточно много людей. В вагон входит мужчина с двумя детьми – мальчиком и девочкой лет шести. Он садится у окна и просто смотрит в никуда. Дети буквально сразу же начинают баловаться, драться, шуметь, бегать, толкать других пассажиров. Их отец не реагирует. Если бы вы были на месте людей, которые ехали в этом вагоне, и все это видели, чтобы вы сказали и сделали?

– Я бы точно попросила отца уговорить своих детей.

– А я бы подумала, что папа, того... не очень нормальный, что просто игнорит это все.

– Спасибо, слушайте дальше. Одна женщина в вагоне не выдерживает и говорит отцу, чтобы он успокоил своих детей. Мужчина поворачивается к ней, смотрит на нее и тихо говорит: «Вы знаете, два часа назад в больнице умерла моя жена. И я не знаю, что мне делать, и дети, наверное, тоже не знают...» Что бы вы сделали, если бы вам было это известно?

– Какой ужас! Бедные малыши, как их жалко!

– Я бы спросила, чем помочь, как-то поддержала их.

– Вот теперь еще один мой вопрос, последний. Можем ли мы осуждать мнения, внешний вид, решения других людей, если мы никогда не видим полной картины, не знаем всей ситуации целиком? Можем ли мы судить о том, что, вполне вероятно, вообще неправильно понимаем?

– Не можем – это же понятно! – уверенно, почти в один голос ответили девочки.

– Вот и я думаю, что высмеивать и унижать других, не зная их жизни и их ситуации, – это ошибка... Спасибо вам, вы мне очень помогли. Я обязательно поговорю с дочкой и попробую ее понять.

– Спасибо вам, – неожиданно прозвучало от одной из подружек.

– Вам спасибо! Хорошего дня, девчонки!

Андрей встал и ушел.

– Аня, вот скажи: пытаешься ли ты в своих повседневных разговорах соединить людей, приблизить их друг к другу? Если вы с Машей, к примеру, поговорили о Сереже и

отношения Маши и Сережи после этого ухудшились, то мы точно можем сказать, что вы с Машей провели разъединительный разговор.

Аня удивилась:

– Мы, девочки, все время о ком-то говорим. Это неправильно?

– Нет ничего плохого в том, что одни люди говорят о других людях. Здесь мы имеем в виду то, что после разговора первого и второго человека о третьем человеке отношения первого и второго с третьим ухудшились. Очень хороший пример разъединительных разговоров – когда мы обсуждаем кого-то, сплетничаем. Даже если ты узнала, например, что твоя подруга выдает себя не за ту, кем является на самом деле, не стоит об этом ни с кем говорить и настраивать против нее других. Лучше подумай, как помочь. **Счастливые люди не врут и не делают другим больно.** Запомни это! Все зло порождено тем, что человек страдает.

Если ты выбираешь первый, **положительный режим** этого гаджета, то тогда:

- ты всегда вовремя попадаешь в нужное место;
- на пути к своей цели ты почти не встречаешь преград;
- у тебя крепкая дружба, и не только;
- обычно ты получаешь именно то, что хочешь.

Конкретные примеры работы пятого гаджета: люди говорят, что тебе часто везет, ты достигаешь желаемого, ребята хотят быть с тобой в команде, друзья всегда приходят тебе на помощь в сложную минуту.

Второй режим этого гаджета работает в обратном потоке. Если ты выбираешь режим № 2, тогда:

- ты часто теряешь друзей;
- ты везде опаздываешь, на дорогах постоянные пробки;
- люди, которые тебе дороги, не находят времени для тебя;
- тебе сложно достигать своих целей;
- ты делаешь очень много, а результат мизерный;
- у людей в твоём окружении неприятный характер.

В гаджете «Соединительная речь или разъединительные разговоры» уровни Wi-Fi работают согласно уже известной тебе вселенской логике.

Отрицательные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 В разговоре с подругой посмеялись над общей знакомой
- 2 Думала плохо о своей однокласснице
- 3 Пожаловалась маме на то, что младший брат говорил бранные слова
- 4 Говорю бабушке, что родители постоянно ссорятся и меня это достало
- 5 Поддерживаю тех, кто высмеивает младших ребят из нашей школы
- 6 Меня не понимают родные и близкие люди
- 7 У меня нет мечты, я не понимаю, для чего живу

– Славик, а вот один из примеров того, что происходит с парнями, когда они освоили этот гаджет.

Положительные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Я легко могу договариваться с людьми

- 2 Выразил свою поддержку другу, который осек одноклассника, плохо отзывавшегося об учителе
- 3 Помог отцу приготовить подарок на мамин день рождения
- 4 Собрал дома друзей, чтобы вместе посмотреть футбольный матч
- 5 Помог другу наладить отношения с его матерью, подсказал, как прекратить конфликт
- 6 Я получаю поддержку от своих друзей во всем
- 7 Поступил в университет на ту специальность, о которой мечтал

Мы называем пятый гаджет гаджетом мира, потому что он помогает создавать мир в душе, мир в отношениях и мир в мире. Любая война начинается со скандала с другом. Любой мир начинается с того, что мы делаем шаг навстречу друг к другу. И это очень сложно понять. Не каждый, далеко не каждый человек способен уловить мысль о том, что война никогда не ведет к миру, а насмехаясь над другими, мы никогда не будем счастливы. Вам будет нелегко, ребята! Многие убеждены, что конкуренция – это нормально и чтобы получить что-то, нужно у кого-то это отнять. Вам придется жить в этой системе какое-то время и не попадаться в ловушку обмана. В какой-то момент ваша жизнь полностью изменится!

Глава 7

О зайчиках и лапочках



Шестой гаджет называется «Мягкая речь – грубая речь».

– Я знаю! – вдруг включилась Аня. – Я знаю, что такое мягкая речь: зайчик, котик, лапочка и другие слова! И я даже знаю, как это работает. Андрей, смотри, если я говорю вежливо, по-доброму, то и люди со мною так же разговаривают, а если я кричу, то и на меня кричат, правильно?

Андрей приятно удивился Аниному интересу к шестому гаджету и ответил:

– Отличная логика, Аня! Я лишь немного поправлю некоторые моменты.

Если ты выбираешь **позитивный режим** шестого гаджета, то это означает, что:

- ты слышишь вокруг себя красивую речь;
- когда люди говорят с тобой, ты чувствуешь в их словах любовь и безопасность;
- ты живешь в красивом месте;
- твой район и окрестности чистые и ухоженные;
- в твоём городе много парков и других приятных мест.

Например, в твоём районе начали реконструкцию парка; твои друзья не поддерживают насмешки друг над другом и клички – это все хорошие опции этого гаджета.

– Сложно не высмеивать кого-то, если все твои друзья это делают, – заметил Славик.

– **Быть счастливым означает отличаться,** – ответил Андрей каким-то особенно глубоким и уверенным голосом.

Если же ты выбираешь **негативный режим** этого гаджета, то картина твоей жизни выглядит так:

- когда люди с тобой разговаривают, тебе кажется, что они на тебя нападают;
- ты слышишь много критики в свой адрес и в отношении других;
- твои друзья, близкие или соседи говорят грубо, ругаются, их речь пугает;
- твой район и город кажутся людям скучными и неинтересными,
- в том месте, где ты живешь, много мусора, битого стекла, камней;
- в твоей стране тяжелый климат.

Если твои родители не могут спокойно общаться и сразу переходят на крик, если в школе одни ученики оскорбляют других, если «модные» унижают «умных», если дорога в школу – сплошной разбитый асфальт и мусор на обочинах – значит, негативный поток шестого гаджета работает на всю мощь!

– Андрей, у нас с парнями часто принято называть друг друга кличками. Это нарушение?

– Слава, отличный вопрос. Попробуй сам сейчас поразмышлять вслух.

Слава сразу же выдал:

– Если кличка добрая, она не обижает никого – это нормально. Но если кличка показывает недостатки другого, унижает его – это нарушение. Как я это сказал! Еще минуту назад я этого не знал! – Славик даже встал со стула от удивления.

– Понимаешь, Славик, в то, что я тебе сейчас скажу, сложно поверить, но именно это и является главным секретом всех супергероев! На самом деле, внутри каждого из нас хранится, давай это назовем так, капсула мудрости. В ней зашифрована информация обо всех законах, правилах, секретах этой планеты и тех, кто на ней обитает. В этой капсуле вся мудрость мироздания. И если ты начинаешь включать все десять гаджетов в позитивном режиме на полную мощь, то у тебя появляется доступ к этой мудрости, ты получаешь понимание, КАК пользоваться своей суперсилой, и в этот момент понимаешь, как можешь помочь другим людям.

– Ого! – воскликнула Аня. – Ты хочешь сказать, Андрей, что все в фильмах о супергероях – правда?

– Все может быть, дорогая Аня. Можем мы или не можем – МЫ решаем.

Славик удивился:

– В смысле? Андрей, так что, я тоже могу...

– Тс-с-с-с, просто подумай об этом. Славик, ты только что подошел к очень интересному вопросу!

– Андрей, а кем ты хотел стать, когда был подростком?

– Я хотел стать тем, кто помогает множеству людей и делает много хорошего. Можно сказать, что я действительно хотел стать супергероем и спасти человечество, – с улыбкой ответил Андрей.

Отрицательные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Накричала на кота, из-за которого чуть не споткнулась
- 2 Назвала родителей «предками»
- 3 Присоединилась к высмеиванию одноклассницы, у которой кривые ноги
- 4 Иногда употребляю бранные слова в общении с друзьями
- 5 Нагрубила отцу
- 6 Перестала говорить своим родным и друзьям, что дорожу ими
- 7 На меня часто кричат, и меня часто унижают другие

А вот пример того, что будет, если вы подключите свой шестой гаджет к положительному Wi-Fi:

Положительные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Не стал упрекать друга, который подвел меня, потому что он чувствовал себя плохо
- 2 Отказался рассказывать анекдоты, где одни люди унижают других
- 3 Когда мои друзья при мне ссорятся, я стараюсь успокоить их, примирить
- 4 Я поддерживаю взрослых, которые создают проекты по сбору мусора в городе
- 5 Когда я говорю с друзьями, обращаю внимание, чтобы речь не была слишком быстрой и громкой
- 6 Когда разозлился на маму, ушел в свою комнату. Продолжил разговор, когда успокоился
- 7 Я получаю поддержку от друзей и родителей во всем

– В шестом гаджете у нас такая история. Героиня – Таня, 13 лет. Постоянно ссорится с родителями, несколько раз уходила из дома. Мы придумали, что я буду другом отца Тани, – рассказывал ребятам Андрей, – и что якобы я приехал в их город по работе и на два дня остановился у них. Готовы? Смотрим!

Самая обычная квартира, кухня. Таня в наушниках уже полчаса мыла посуду, которую можно было вымыть за две минуты. Она включила музыку настолько громко, что всем вокруг было слышно. Складывалось впечатление, что Таня специально так долго моет посуду, чтобы заполнить своей музыкой весь дом и чтобы всем что-то доказать.

– Сделай, пожалуйста, музыку тише, – попросила мама.

Никакой реакции. Потом последовало еще три просьбы. По движениям Тани было понятно, что она внимательно следила за всеми взрослыми на кухне и точно услышала слова мамы.

Вдруг папа резко встал, подошел к Тане, снял с нее наушники и отобрал телефон.

– Что происходит? – с возмущением набросилась на отца девочка.

– Это ты нам объясни, что происходит. Мать три раза тебя попросила сделать тише, ты не одна в этом доме! Твоя музыка орет как ненормальная, ты оглохнешь скоро от такой громкости.

– У меня нормальная музыка! А если вы ничего в ней не понимаете или, как всегда, устали после работы, то могли бы уйти в зал! И вообще, мама сама меня попросила помыть посуду!

– Ты что говоришь? Мать должна уходить, чтобы тебе не мешать! Да она музыкальную школу в твоём возрасте закончила, и уж точно прекрасно разбирается в музыке!

– Кто разбирается? Наша мама? – раздражение и несогласие превратили голос Тани в рык. – Да она только в борщах и кашах разбирается!

Таня замерла – она вдруг поняла, что сказала.

В этот момент мама, которая стояла спиной и нарезала салат, оцепенела. Ее руки опустились. Осторожно, держась за стул, она повернулась и села. Медленно подняла глаза на дочь.

– Как ты правильно заметила. Борщи и каши – это и впрямь моя стихия. Тут я мастер. Ты права, доченька... – ее голос задрожал.

– Ты сколько будешь доводить мать?! Она все для тебя, а ты... Как ты вообще можешь быть такой эгоисткой?! – отец собрался продолжить, но Таня остановила его.

– Мам, прости, я не это хотела сказать...

Андрей вмешался:

– Да, многие подростки грубят своим родителям, сейчас это прямо какое-то правило. Ребята думают, что это нормально, и даже стыдятся говорить о своих родителях с уважением.

– Нет-нет, все ты верно сказала, доченька. Все верно. Мама твоя директор по варке и стирке. Хотя нет, какой уж я директор, так, скорее уборщица, повар и швейцар. Вопрос не в том, ЧТО ты сказала, вопрос в том КАК. Ты сказала грубо. Знаешь, когда мне было 8 лет, я играла в куклы. Моя мама читала книгу в соседней комнате. Моя кукла плохо себя вела, я стала ее ругать и очень сильно на нее кричала. Мама слушала это все. А потом позвала меня к себе и с теми же интонациями повторила мне все то, что я кричала минуту назад кукле. Я расплакалась. Тогда мама кричала на меня первый раз в жизни. «Что ты поняла?» – спросила она меня. – «Кричать – это плохо». – «Когда на человека кричат или разговаривают с ним грубо, это означает, что его не любят». Тебе, доченька, сейчас 13, уже большая совсем. И ты знаешь, что я не кричу на тебя. Хотя иногда мне хочется, я клянусь, мне очень хочется! Но я сразу вспоминаю куклу. Мы сами выбираем, как нам разговаривать с людьми. Разговаривать мягко даже в сложном разговоре – это великая мудрость. И, как ты понимаешь, я могу на тебя сейчас тоже накричать и наговорить тебе плохих слов. Но тогда чему я научу тебя? Если другие люди кричат, грубят, унижают друг друга, это не значит, что ты должна делать так же. Не стоит уподобляться худшим. Это самое простое. Пока в твоей жизни будет хотя бы один человек, который не разговаривает с тобой грубо, ты не сможешь упасть.

– Я вырос в детском доме, – вдруг заговорил папа. – Там разговор всегда короткий: прав тот, кто сильнее и старше, и каждый сам за себя. Я не знал, что такое «говорить мягко». Со мной так никто не разговаривал. И я так ни с кем не разговаривал. Пока в 28 лет не встретил твою маму. Она за 14 лет нашего брака ни разу не унизила, не осудила, не оскорбила меня. Меня, грубияна, скандалиста, того, кто не умеет любить... – папин голос задрожал. Он отвернулся и замолчал.

– Сложно быть мамой. Ты даже уставшая не раздражаешься. Но иногда я думаю, что тебе все равно, и ты просто не замечаешь меня, – тихо сказала Таня.

– Я все замечаю. Запах сигарет уже второй месяц на твоей одежде. Мужской одеколон на школьной форме вчера. Замечаю, что ты сменила мастера маникюра, что твоя подруга Женя звонит реже... Если родители не лезут в твою личную жизнь, то это вовсе не означает, что они «отмороженные, немодные предки». Мы ждем, пока ты спросишь, мы не хотим читать тебе мораль. Понимаешь, тебе же не три года! Еще полгода назад ты почти каждый вечер пила с нами чай на кухне, мы разговаривали, а потом ты отдалилась, стала колючей, злой, раздраженной.

– Мы понимаем, что это принято среди твоих друзей – быть недовольной родителями, возмущаться дома, все отрицать, спорить... Мы все понимаем и не обижаемся на тебя.

– Я не хотела, извините, – прошептала Таня. – Я сейчас поняла, что мама – это единственный человек, который на меня не кричит и не высмеивает меня, ну и ты, пап, тоже. На всех моих друзей родители кричат. У них такие ссоры по три часа каждый день. И все рассказывают, как их достали предки и как они надоели. Я уже не знаю, смогу я спокойно разговаривать или нет...

– Давай я помогу тебе, – вмешался Андрей. – Я как раз специализируюсь на тренингах по общению. Смотри, есть три простых правила. Первое: если чувствуешь, что что-то не нравится – скажи об этом, ведь зачастую все можно исправить. Второе: прежде чем принять решение, спроси мнение другого человека. Третье: грубое слово – это как рана: кожа заживет, но шрам навсегда остается. Если встречаешь человека, который буквально говорит матом, злится, всегда и всем недоволен, который всех высмеивает и унижает, знай – перед тобой несчастное существо, тело которого полностью покрыто шрамами. Никогда, никогда тот, кто счастлив, не станет делать больно людям! Сказать что-то грубое, оскорбить – это самый простой способ унижить другого человека и возвыситься самому. Можно с кем угодно так общаться, через унижение и грубость, а можно общаться с уважением. Это сложнее.

Чтобы общаться с уважением, нужно контролировать свои эмоции, не быть аллигатором, который класает зубами на каждого, кто криво посмотрит.

– Я, похоже, аллигатор. Вечно огрызаюсь. Это можно вылечить?

– Это не болезнь, Таня, это привычка. Поговори с мамой. Она сделала много, чтобы стать настолько любящим своих родных человеком. Лишь немногие родители любят по-настоящему, то есть разговаривают мягко. В основном родители любят покупками. Но это продажная любовь.

Ролик закончился. Аня и Славик явно были не здесь. По их лицам было видно, что они вспоминали свои разговоры с родителями. Ребята выглядели не очень веселыми. Оно и понятно – трудный возраст. Но как же зацепили их слова о том, что мягкая речь – это наш способ любить других людей! Оказывается, так сложно не скатиться в грубость...

– И последнее, что я хочу сказать о шестом гаджете, – тихо завершил встречу Андрей. – Наша уважительная и мягкая речь – это очень действенный способ объяснить другому человеку, что мы его любим и дорожим им. Речь, ее тон, тембр, громкость, скорость – все это вызывает у людей или ощущение страха, или чувство безопасности. Выберите!

Глава 8

Слова, слова, слова...



Гаджет номер семь тоже касается нашей речи, и называется он «**Содержательная речь или пустые разговоры**».

Славик уже просто не мог молчать:

– Андрей, как это работает?! Я в шоке, это же реально работает! То есть все, что я делаю другим людям, возвращается ко мне! Это вроде бы так просто, но почему же, почему же тогда люди этого не понимают?

Аня вступила в разговор:

– Знаешь, Слав, думаю, что дело в нас самих! Чтобы помнить о гаджетах, о тех секретах, которые нам сейчас рассказала Вселенная, нужно просто перестать все время сосредотачиваться на себе. Вот смотри, например, сегодня я ехала в метро. Одна женщина очень сильно все время меня толкала, я злилась на нее всю дорогу. Мне и в голову не пришло посмотреть, почему она так себя ведет. А оказывается, рядом с ней двое маленьких детей и еще в коляске третий, совсем младенец. Вот к нему она и наклонялась постоянно. Я ехала в метро 20 минут и 20 минут своей жизни злилась на то, чего даже не существует. Понимаешь? Мой первый гаджет был с негативным Wi-Fi. Только минуту назад, когда я, Слав, слушала тебя, я это все поняла.

Тишина. Ни Андрей, ни Слава не знали, что сказать.

– Давайте продолжим, – сказал Андрей. – Если гаджет «Содержательная речь – пустые разговоры» подключен к созидательному Wi-Fi, то:

- ты всегда знаешь, чего хочешь;
- люди слушают тебя, ты говоришь по делу;
- возле твоего дома много красивых мест для отдыха;
- в твоём окружении люди не сплетничают друг о друге;
- твои проекты реализуются.

– Славик, давай проговорим на примерах. Итак, у тебя **созидательный вариант седьмого гаджета**: тебе не нужна дополнительная мотивация, ты сам способен самоорганизоваться, ты точно знаешь, чего хочешь, все, что ты делаешь, наполнено смыслом, каждое твое слово важно и значимо, ты дорожишь каждой минутой. А вот негативный вариант: Славик целыми днями смотрит телевизор и играет в игры на телефоне, вечером он гуляет с друзьями и проводит время празднично. Ты не знаешь, чего хочешь, ты во всем сомневаешься и потому никогда не проявляешь лидерство, ты всегда следуешь ЗА кем-то. Славик, что ты выбираешь? – с улыбкой спросил Андрей.

– Ответ очевиден – первый вариант. Никто не хочет быть неудачником!

– Все верно, Славик, все верно!

Разберем подробнее **негативный вариант седьмого гаджета**:

- люди не считают то, что ты говоришь, интересным;
- люди думают, что ты несешь бред;
- твои идеи никто не воспринимает всерьез;
- твои начинания не доводятся до конца;
- ты все время жалуешься;
- ты не чувствуешь момент, у тебя плохо развита интуиция.

Вот это пример из жизни девочки, которая подключена к негативному Wi-Fi:

Негативные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Только проснулась – сразу в телефон
- 2 С каждой подружкой обсуждаю одно и то же по пять раз
- 3 Жалуюсь всем и на всех
- 4 Меня никто не поддерживает
- 5 Я не могу найти для себя увлечение

6 Люди вокруг меня скучные

7 Я постоянно сомневаюсь в себе, ни в чем нет смысла, я истощена

Пример положительного влияния Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

1 Не говорю о своих проблемах со всеми подряд

2 Говорю о своих проблемах только с теми, с кем я их собираюсь решать

3 Не жалею, а решаю вопросы

4 Поддерживаю людей реально, делаю то, что пообещал

5 Помог другу найти в интернете школу английского языка

6 Умею слушать других, не вставляю свои «пять копеек» везде

7 Ощущаю собственную ценность в этой жизни

– Андрей, а какая история в этом гаджете?

– Это история о мужчинах. Наш герой – Богдан, ему 14 лет, и он из бедной семьи. Его папа работает грузчиком на рынке, а мама – кассир в супермаркете. У него еще есть младшая сестра Катя, ей 8 лет. Папа Богдана уже несколько лет страдает начальной стадией диабета. Он вспыльчив, часто срывается на родных, а потом винит себя за это. И, как он считает, для облегчения страданий запивает вину пивом. Богдан очень хочет ему помочь, даже пытался два раза начать какой-то разговор, чтобы поддержать отца. Но то ли страшно было, то ли Богдан не мог подобрать подходящих слов – в общем, разговор не сложился. Каждый день мальчик видит отца, который буквально разрушает себя изнутри. Ему очень больно из-за того, что он никак не может помочь.

Андрей включил запись, и ребята с волнением погрузились в историю Богдана.

– Идите завтракать! – позвала мама.

– Опять макароны? Мясо мы когда-нибудь будем есть? – проворчал отец, рассматривая серую массу отварных макарон, которые были заправлены самым обычным подсолнечным маслом. Рядом лежал хлеб и стоял чай.

– Как только ты заработаешь на мясо, сразу купим! – прокричала мама из ванной комнаты.

– Я заработаю?! – отец повысил голос. – Да я только и делаю, что работаю! Днями и ночами гроблю свое здоровье в этом проклятом месте, чтобы принести вам денег! Я вообще оттуда уйду, надоело! Спина разламывается каждый вечер, а платят гроши. Все, теперь буду кондуктором в троллейбусе! Работа не пыльная, свободного времени много. Найду еще подработку, и будет у меня две работы вместо одной!

– Папа, здорово! А на каком троллейбусе ты будешь ездить? – спросила восьмилетняя Катя.

– Не знаю пока. Потом решу!

Богдан все это слушал молча. Он еле сдерживал слезы. Это был уже, наверное, пятый или шестой разговор отца о смене работы и его «новой жизни». Обычно вечером отец приходил домой с бутылкой пива и на вопросы домашних о новой работе отвечал, что заработался в цехе на погрузке, начальник со старой работы его уговаривал остаться, он опоздал на собеседование, которое ему было назначено, и еще придумывал на ходу кучу разных историй.

Богдан ничего не говорил Кате, она еще по-настоящему верила отцу. Мать тоже молчала. Она его очень любила, хотя и понимала, что пустыми разговорами на кухне, хвастовством

перед своими родными, обманом и собственной зависимостью от пива ее муж никогда не построит себе карьеру. Маме было больно. Тяжело любить человека, который падает вниз. Несколько раз она пробовала поговорить с мужем, пыталась его закодировать, но он не соглашался, говорил, что совершенно здоров и ЗАВТРА все будет по-другому. После пары неудачных попыток погрязшая в хлопотах мама и сама опустила руки. Как полагается, каждый, опустивший руки, тут же сам заболевает каким-то недугом. Мама Богдана заболела сериалами. Она не отходила от телевизора. В доме их было два, и оба работали целый день. Знать всех героев по именам, полностью жить их жизнью, все дальше убегая от болезненной реальности – вот то, чем занималась мама.

Богдан это все видел. Что он чувствовал? Сумасшедшую злость. Два самых близких ему человека просто уничтожили себя. Как-то так получилось, что Богдан присматривал за Катей, можно сказать, выполнял обязанности родителей, занимаясь ее воспитанием. Хотя ему было всего 14 лет, и он хотел быть как все. Как все его ровесники, он хотел иметь модный гаджет и тусить с друзьями. Хотел, но не мог.

Больше всего в мире Богдан презирал отца за его пустую болтовню, за его длинный язык, который молот всякую чушь. А на самом деле отец ничего не делал. Богдан не считал мужчиной того, кто не держал своего слова.

Все изменилось в тот день. К семье Богдана уже давно присматривались социальные службы – было очевидно, что детям в семье нужна помощь. И хотя явных причин для вмешательства государственных органов не было, сотрудники школы, где учились ребята, держали руку на пульсе. Собственно говоря, так Андрей и узнал о Богдане, который в 14 лет стал самым взрослым в своей семье, но даже и не подозревал, что нуждается в помощи.

Богдан пришел в школу. Отвел Катю в класс, как обычно, проверил, взяла ли она учебники и бутерброд.

– Привет, Богдан! Ты меня не знаешь. Я Андрей, мы пишем книгу о сильных подростках. Мне тебя рекомендовали как волевого парня. Есть несколько минут?

Чужой человек, книга, волевые подростки, рекомендовали? Все эти слова звучали для Богдана как китайская речь, ведь он вообще не представлял себя крутым парнем.

– Здравствуйте! Вы, наверное, ошиблись?

– Богдан Токмаков ты?

– Да, я.

– Ну, значит, не ошибся. Мне всего лишь нужно задать тебе пару вопросов. Это займет не более десяти минут. Я сделаю аудиозапись нашего разговора. Твое мнение очень поможет нам в написании книги для подростков, о'кей?

– Да, хорошо.

Андрей пригласил Богдана в библиотеку, там был небольшой читальный зал. В зале было пусто. Андрей достал диктофон и включил запись.

– Итак, у меня два вопроса. Отвечать постарайся развернуто, объясняй свою позицию, высказывай свое мнение. Вопрос номер один: что для тебя означает мужество? Как это – быть настоящим мужчиной? Что отличает настоящего мужчину? Какая у него сила?

Неожиданный вопрос. Богдан вдруг почувствовал себя на контрольной по алгебре. Но потом ему все же удалось расслабиться. Этот взрослый человек как-то располагал к себе, и Богдан начал говорить.

– Настоящий мужчина – это тот, кто держит свое слово. Это человек, который никогда не болтает, просто чтобы воздух сотрясать. Настоящий мужчина понимает, что его слушают те, кто его любит и верит ему, и он не может их подвести. Мужчина – это тот, кто делает все возможное, чтобы получить результат. Настоящий мужчина не такой, как мой отец. Тот никогда не держит своего слова!

– Интересное мнение, спасибо! Второй вопрос: какие задачи ты ставишь себе на эту неделю? Как в твоих планах на эту неделю будет проявлено твое мужество?

– Ну... Я собираюсь подтянуть английский в среду и в пятницу получить хорошие оценки. Еще я пойду на дополнительные занятия по украинскому языку, чтобы лучше

подготовиться к экзамену. А каждый вечер мы с друзьями собираемся на стадионе и занимаемся спортом. Это мой план на эту неделю.

– Богдан, у тебя чудесный план! Супер! Спасибо большое за твоё время! Когда выйдет книга – занесу тебе.

Богдан по-прежнему был удивлен такому внезапному разговору, но прозвенел звонок, и он пошел в класс на урок.

Прошла неделя. Она была такая же, как и все недели в его жизни. Отец по-прежнему грузил, пил пиво и жаловался. Мама смотрела в черный ящик, Катя играла в куклы и рисовала.

И вот в понедельник перед школой Богдан увидел Андрея.

– Богдан, привет! Есть дело к тебе. Нужно еще кое-что от тебя для нашей книги. Послушай!

Андрей включил диктофон. Голос зазвучал громко и отчетливо:

«Какие задачи ты ставишь себе на эту неделю? Как в твоих планах на эту неделю будет проявлено твоё мужество?» – «Ну... Я собираюсь подтянуть английский в среду и в пятницу получить хорошие оценки. Еще я пойду на дополнительные занятия по украинскому языку, чтобы лучше подготовиться к экзамену. А каждый вечер мы с друзьями собираемся на стадионе и занимаемся спортом. Это мой план на эту неделю».

Богдан оцепенел. У него не было слов. Он покраснел... Он понял... Шок! Он не сделал НИЧЕГО из того, что собирался... Но как такое возможно? Он же, правда, собирался! И он – он не такой, как его отец, он не болтает просто так!

Он не такой?

Он не бросает слова на ветер?

– Ты хочешь научиться быть настоящим мужчиной? – спросил Андрей, видя смятение парня.

– Хочу! – почти сквозь слезы выдавил Богдан.

– Тогда перестань осуждать слабых, тех, кто не может себе помочь и зависит от своих болезней. Когда мы осуждаем что-то или кого-то, мы сами становимся этим. Незаметно. Мы сами это делаем! Не все еще потеряно. Давай попробуем заново. Готов?

– Да!

– Итак, какие личные задачи ты ставишь себе на эту неделю? Как в твоих планах на эту неделю будет проявлено твоё мужество?

Богдан снова рассказал о своих планах. На этот раз задач было всего две, и обе были на первый взгляд незначительные. Он понял, как легко говорить о своих «как бы» действиях и как сложно действительно держать своё слово и не бросать слов на ветер.

Если вы, ребята, поразмышляете над особенностью человеческой речи, то заметите, что речь с её богатством и разнообразием полноценно присутствует только у человека. Речь – это наш шанс стать счастливее.

Глава 9

Спортивные страсти



Гаджет номер восемь – «Умение радоваться успехам или зависть».

Каждый человек, слыша слово «зависть», интуитивно отодвигает его от себя: «Это не про меня. У меня этого нет. Я не завидую». Заметить, признать и искоренить в себе зависть достаточно сложно. Почему? Верно, она в мыслях живет! Если восьмой гаджет подхватил вирус зависти, то вся твоя жизнь наполнена бесконечными желаниями: ты все время хочешь что-то есть, что-то делать, суетиться, тебе сложно сидеть спокойно, то, что есть, тебя не удовлетворяет. Нам никогда не бывает достаточно того, что у нас есть. Мы не умеем радоваться тому, что имеем, и постоянно из-за этого страдаем.

Если ты выбираешь первый, **положительный режим** этого гаджета, то тогда:

- у тебя постоянное чувство счастья и отличное настроение;
- успех приходит к тебе легко;
- у тебя много друзей, потому что люди любят тех, кто за них искренне радуется.

Друзья называют тебя добрым и приветливым человеком, ты спокойно воспринимаешь красоту и успех других людей, искренне радуешься победам других, ты живешь, как будто бы весь мир тебя поддерживает.

Второй режим этого гаджета работает в обратном потоке, негативном:

- ты постоянно завидуешь успехам других людей;
- тебе все время хочется иметь такие же вещи, как у других;
- ты всегда недоволен, даже если имеешь многое;
- покупки других людей тебя огорчают и раздражают;
- чтобы что-то получить, тебе приходится работать тяжело и долго.

Конкретные примеры работы восьмого гаджета:

- когда подруга приходит в новом наряде, ты злишься;
- когда твой друг пробежал стометровку быстрее тебя, ты огорчен;
- когда человек, который тебе неприятен, получает вознаграждение, ты ему завидуешь;
- тебе все время кажется, что того, что у тебя есть, недостаточно для полного счастья;
- ты постоянно голоден и на физическом, и на эмоциональном уровне.

В положительном потоке этот гаджет работает следующим образом:

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 У меня не самая красивая внешность в классе, но мне она нравится
- 2 Поздравила подругу, которая сдала экзамен на высший балл
- 3 Я люблю создавать праздники для других людей
- 4 Каждый день благодарю маму за чудесный завтрак
- 5 Помогла другу из параллельного класса подготовиться к соревнованиям, и он победил!
- 6 Пища меня насыщает. У меня нет желания переесть
- 7 У меня есть мечта, я понимаю, для чего живу

А вот один из примеров того, что происходит с парнями, когда они выбрали правило конкуренции, поверили в то, что один обязательно должен быть лучше другого. Когда люди верят, что обладание чем-то является причиной их счастья, тогда они обречены быть несчастными неудачниками. Вещи, которыми мы владеем, на самом деле владеют нами. Если мы привязываемся к постоянным желаниям чем-то обладать, вся наша жизнь теряет истинный духовный смысл и превращается в погоню за вещами и эмоциями.

Результат работы гаджета в негативном направлении

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Я разозлился на брата за то, что он решил задачу быстрее меня
- 2 Когда я смотрю на тех, кто учится лучше меня, чувствую раздражение
- 3 Мой друг постеснялся познакомиться с Катей из соседнего класса – я смеюсь над ним
- 4 Пошел первый раз на кружок по робототехнике и потом хвастался перед всеми ребятами
- 5 Завидую другу – родители его всегда поддерживают
- 6 Победы даются мне очень сложно
- 7 Я не люблю себя и не люблю других

– Андрей, а что плохого в том, что я, например, хотела бы такую же красивую фигуру, как у Наташи? – спросила Аня. – Или вот возьмем мою маму: она все время говорит, что наша тетя Катя живет хорошо, вот бы нам такую квартиру и такую зарплату, как у нее. Это тоже неверные мысли, да?

– Представьте, что то, что мы видим или слышим о других людях, – это конфета на ниточке. И если вы хотите эту конфету, то ваша радость приближает ее к вам, вы получаете на свой «депозитный счет» 10 % от счастья и успеха другого. И наоборот, если вы завидуете, то ваша конфета на 90 % отдаляется от вас. Чтобы приблизить ее, нужно работать очень много. И это именно то, что мы имеем в виду, когда говорим, что есть люди, которые много и тяжело работают, чтобы что-то получить. Выберите свое будущее правильно! Радость за успехи других людей – это бензин в машине вашего успеха!

Историю, которую сегодня Андрей подготовил для Ани и Славика, тяжело воспринимать. Это история боли. Очень большой боли, которая жила внутри одного подростка. Если тебе 12–15 лет, то навыка и понимания того, как обращаться со своей болью, у тебя нет вообще. Это взрослые, которые уже прошли миллион тренингов и психотерапевтов, знают, что нужно сразу же решать проблему, поговорить со знающими людьми, попросить помощи. Вся взрослость и секрет быстрого выздоровления заключается в том, чтобы как **можно быстрее вынуть из себя эту занозу и не дать ей расти внутри себя**. Для этого достаточно просто поговорить с другом, с близким человеком, родителями, с теми, у кого больше опыта и знаний. Но у подростков это понимание отсутствует. Они наращивают вокруг себя жесткий кокон, закрываются по всем фронтам, избегают контакта, утопают в своей боли и, что самое страшное, начинают верить, что жить с болью – это нормально. Сами понимаете, что из такого подростка с большой вероятностью вырастет взрослый, который будет делать все, чтобы его окружали страдания, беды и неудачи. Ведь жить нужно с болью внутри – такая установка живет в его голове.

– У нас в компании очень много злых и раздраженных парней. Они унижают других, разговаривают матом, высмеивают своих же друзей. Андрей, можно сказать, что они это делают из-за какой-то боли внутри?

– Славик, стопроцентное попадание! На психфак не планировал? Ты абсолютно прав. Счастливые люди никогда не причинят вред окружающим. Точно так же справедливо и обратное: несчастные люди причиняют очень много боли тем, кто рядом. Наше поведение есть не что иное, как отражение нашего внутреннего психологического состояния.

– Аня, а ты была когда-нибудь в летнем лагере? – загадочно спросил Андрей.

– Да, была один раз. Мы с ребятами из нашей школы выезжали на 10 дней, а что?

– Сегодня будет история, которую мы снимали на выезде. Съёмки по разным причинам переносились четыре раза. Но мы все-таки смогли!

Андрей включил свой ноутбук, и ребята замерли в ожидании новой истории.

Первые кадры просто покорили невероятной красотой природы: горы, неподалеку река, голубое украинское небо. И во всем этом великолепии, посреди огромного леса находилась туристическая база, куда и поехали ребята-баскетболисты. Это были детская и юношеская команды города. В октябре начинались национальные соревнования, и команды активно вошли в тренировочный режим. Двадцать четыре подростка 11–16 лет приехали в тренировочный лагерь за 40 км от города для того, чтобы сплотиться, отработать технические навыки игры и, конечно же, немного отдохнуть. 12 парней и 12 девчонок заняли свои деревянные домики, обжились немного, и началась работа.

Подъем в 6:30 утра и несколько тренировок в день после небольшого летнего перерыва давались ребятам непросто, но тренеры были настойчивы. В этом году вместе с тренерским составом впервые поехал психолог. Его звали Андрей, и он проводил с ребятами психологические тренинги на сплочение, а вечером – разные интересные психологические игры.

Конфликт между Аленой и Кариной начался уже давно. Обе девочки были лидерами в команде и постоянно конкурировали друг с другом. Тренеры видели это все, проводили индивидуальные беседы, пытались придумывать разные задачи, чтобы объединить две враждующие стороны, но, по большому счету, результатов пока не было. Ситуацию обострило то, что на второй день Карина немного подвернула голеностоп и в какой-то степени ее движения были ограничены. Играть в полную силу она не могла, и здесь, под постоянным наблюдением тренеров и ребят из команды, Карине казалось, что она все время проигрывает своей сопернице. После обеда Андрей вызвал Карину на разговор.

– Мне показалось, что сегодня на тренировке ты была очень агрессивна. Ты говорила обидные слова девочкам из своей команды, а в конце игры разозлилась и ушла. У тебя какие-то проблемы?

– Нет никаких проблем, – прошипела Карина. В этот момент она напоминала бомбу, готовую вот-вот взорваться.

– Если ты думаешь, что все в тренировочном лагере только и делают, что смотрят за тем, как ты борешься с Аленой за звание капитана команды, – резко сменил тон Андрей, – то ты ошибаешься. Все приехали сюда работать. Тренерам меньше всего нужен тот, кто сейчас, перед соревнованиями, отвлекает команду от самого главного – от сосредоточенной высококлассной тренировки. Тренеры поручили мне поговорить с тобой и дать заключение о целесообразности твоего пребывания здесь.

– В смысле? – Карина точно не ожидала такого поворота событий. Она была уверена, что ее навыки игры просто необходимы команде, и вообще не была настроена уходить и уступать свое место кому бы то ни было.

– Смысл простой. Если ты не наладишь отношения с ребятами и с Аленой, это будет самым прямым доказательством того, что ты не лидер. Через два дня тренеры планируют назвать имя капитана женской сборной и хотят убедиться, что та, кого они выберут, станет гарантией успеха для команды.

– Конечно же, они выберут меня! Я дольше в команде, у меня выше показатели попаданий, я лучше играю в паре с девочками, у меня выше скорость...

– Ты меня вообще не слышишь? Я тебе говорю, что команде нужен лидер. Лидер – это тот, кто, прежде всего, думает о других, о команде, о том, что будет наилучшим результатом для всех, и только потом – о себе. Ты же сейчас кичишься своими достижениями и убеждаешь сама себя, что ты классная. Я могу тебе помочь, но ты должна этого захотеть. Когда будешь готова работать – приходи.

– Спасибо.

– Кстати, записка, которую ты утром написала Алене, что она «уродливая медленная обезьяна, которой нечего делать в баскетболе...» Ты ее потеряла на завтраке. Вот она. Унижать других, чтобы возвыситься самому – это ошибка. Она принесет только боль.

Карина молча встала и вышла из комнаты. Ее лицо было холодным, равнодушным. Было видно, что желание доказать свою правоту и дух соперничества туманом заволочили ее разум. Что печально, ведь девочка-то толковая...

В течение всего дня Карина стала делать такие вещи, которые шокировали и тренеров, и ребят – они просто не узнавали девочку. Сначала она подкараулила Алену в туалете и заперла ее там на замок. Та, конечно, пробовала позвать на помощь, но поскольку все пошло на тренировку, ее никто не слышал. Чисто случайно, минут через пятнадцать после начала тренировки, уборщица зашла в домик, чтобы навести порядок. Она-то и открыла дверь и увидела юную спортсменку, которая с ногами сидела на подоконнике и вытирала заплаканные глаза. Алена никому ничего не рассказала. Пришла на тренировку. Извинилась за опоздание и просто вышла играть.

На этом дело не закончилось, и ночью, пока все спали, парни решили измазать девочку зубной пастой. Но, как оказалось, случилось еще кое-что. Утром обнаружилось, что вся спортивная форма Алены и тех, кто с ней дружил, была испорчена. Кто-то вылил на нее клей, в котором была разведена синяя паста. После такого форму можно было разве что

выбросить. Тренеры потратили час на поиски того, кто это сделал, но никто не признавался. Чтобы отвести от себя подозрения, Карина одну из своих футболок тоже измазала. Догадаться, кто совершил этот поступок, было бы невозможно, если бы не камера в беседке, где перед ужином Карина разводила клей с краской.

Вишенкой на торте стала тренировка, когда Алена и Карина играли в разных командах. Была атака, борьба за мяч, и вдруг Алена упала на спину с мячом в руках. Удар не из приятных. И вместо того, чтобы протянуть руку и помочь подняться, спросить, как игрок, Карина, ослепленная своей завистью, наклонилась и попыталась отобрать мяч у Алены. Рефлекторно, чтобы защититься, Алена оттолкнула Карину ногой. Удар пришелся в плечо. На поле все замерли. Тренеры тут же дали свисток и остановили игру. И не только игру, но и тренировку. Час все игроки провели на скамейке в разборе технических и этических моментов этой ситуации. В конце беседы Алена попросила слово.

– Я хочу принести извинения за то, что из-за этой ситуации вся команда потеряла целый час тренировки. Карина, прости, пожалуйста, что отодвинула тебя так грубо. Не понимаю, как это произошло, мне очень жаль.

Карина молчала, опустив голову. Тренеры объявили, что после обеда будет тренировка, а потом сборы по формированию основного состава команд и позиции дублирующе-запасного состава.

В коридоре после тренировки Андрей стал случайным свидетелем разговора Карины с двумя другими девушками:

– Как она меня достала! Она меня бесит, бесит своим поведением, разговорами, внешним видом! Она так и хочет меня подставить, так и хочет сделать больше бросков, больше пасов, чтоб другие девчонки с ней дружили!

– Карина, может и так, я этого, правда, не замечала. Но Алена сильный игрок, без нее команда не сможет выиграть чемпионат. Ты так не считаешь?

– Может, она и неплохо играет, но я не могу быть в одной команде с тем, кто меня бесит и выводит из себя.

– Да ты просто завидуешь...

– Кто завидует? Я завидую? Да чему там завидовать! Ну, подумаешь, получают у нее трехочковые броски и точные пасы. Да Наташа не хуже бросает, а у Оксаны пасы просто космические. Ну и, в принципе, я сама могу это все сделать!

– Ну, подожди... А если, к примеру, ты получишь травму, как твой голеностоп вчера, и не сможешь продолжить игру? Алена вторая после тебя по навыкам и скорости, и если ее не будет в команде, то мы сразу в полете!

– Да лучше проиграть, чем играть с этой, этой... дурой!

– Что значит лучше проиграть? Я не хочу проигрывать! Карина, ведь ты не одна в команде! Нужно думать о других!

Обед прошел в напряженной атмосфере. Ребята думали о том, кто на каких местах будет играть, кто с кем в парах и тройках будет отрабатывать комбинации. Момент выбора основного состава на игры всегда волнительный. И вот наконец все собрались на тренировочной площадке.

Один из тренеров взял слово и озвучил видение по основному составу в команде парней. Там все было предсказуемо – у ребят атмосфера была более дружественной.

Когда вышел второй тренер, в воздухе повисло напряжение.

– Мы долго думали, кто может стать лидером женской сборной, у нас было несколько претендентов. Мы считаем, что это должен быть человек, который любит каждого в своей команде, готов искать компромисс для общего блага, может поступиться своими интересами ради команды. Нам нужно сердце команды, и мы хотим, чтобы оно было мудрым и добрым. В последние два дня случилось много неприятных ситуаций, и мы хотим, чтобы капитан смог прекратить все это. Для нас главное, чтобы капитан был честным, и мы полностью могли ему доверять. Мы долго думали и приняли решение, что таким человеком может быть... – повисла пауза, – может быть Карина. Карина, иди сюда!

Немного взволнованная, но явно счастливая, Карина подошла к тренеру и встала перед командой.

– Ты никогда никого не обидела. Мы не видели ни одного предательского или унижительного поступка с твоей стороны. Ты всегда уважительно относишься к каждому участнику нашей команды. Мы думаем, что ты станешь именно тем человеком, который сможет объединить самых сильных игроков и помочь вырасти начинающим. Мы считаем, что ты способна поставить свои личные интересы на второе место, а интересы команды и любого ее игрока – на первое.

В зале повисла тишина... Вдруг выражение лица Карины изменилось, улыбка улетучилась. Девушка стояла в полной растерянности.

– Я, я хочу сказать...

Слезы. Карина никогда не плакала при команде. Даже когда они проиграли в прошлом году на чемпионате, и вся команда рыдала, она держалась и смогла выплакаться только дома. Никто из ребят и тренеров не ожидал такого поворота событий. Никто. Кроме Андрея.

– Что случилось, Карина? Ты что-то хочешь нам сказать?

– Да, хочу. Я не могу быть капитаном. Я не достойна.

– Что значит, ты не достойна? С чего ты взяла? Мы чего-то не знаем? – продолжал Андрей.

– Я закрыла в туалете Алену вчера. Поэтому она опоздала на тренировку, она никому не рассказала об этом. И это я испортила форму ребят. Я хотела быть командиром. Меня бесила Алена, и я думала, что смогу ее унижить и стать лучше. Но... но не смогла. Я боюсь, что она окажется лучше меня и... и я окажусь второй, проиграю. Я думала только о себе. Я завидую Алене. Я не смогу быть капитаном. Я подведу команду...

Руки дрожали. Слова звучали сбивчиво. Карина сама не понимала до конца, зачем она все это говорит, но она точно знала, что дорожила мнением тренеров и не хотела их подвести. Они были для нее как вторые родители.

Тренеры объявили перерыв и попросили всех ребят вернуться через полчаса. Все были ошарашены происходящим, особенно тем, что Алена никому не сказала про туалет и как ни в чем не бывало продолжала тренировки все это время.

Разговор был коротким, но очень важным. Алена, Карина, тренеры и Андрей.

Когда все ребята снова вернулись в зал, тренер сказал:

– Мы провели переговоры с обеими сторонами. Выяснили все вопросы. И было принято решение, что капитаном будет Карина. Но! Ее главной задачей в оставшиеся дни и на всех играх будет показать максимально слаженную работу с Аленой. Пока Карина не победит свою зависть, команда никого не победит. **Любая победа начинается с победы над собой.** Все свободны. Тренировки завтра по расписанию.

– Тренеры все равно оставили ее капитаном. Как-то странно... Почему? – Славика беспокоил этот вопрос.

– Понимаешь, Славик, это очень сложное решение. Зависть – один из самых тяжелых камней, которые мешают человеку жить. Карина – настоящий лидер по натуре. Но есть проблема. Команде не нужны завистливые лидеры. Почему? Завистливые люди постоянно не уверены в себе. Они сфокусированы на том, чтобы быть лучшими, и, как ты понимаешь, забывают о команде. Такой человек обязательно ошибется и примет решение, где он будет на высоте, а команда проиграет. Завистливые лидеры в страхе потерять свое положение всегда окружают себя более слабыми игроками. И, как результат, формируется слабая команда. Понимаешь? И тренеры понимали, что у них два решения: оставить капитаном Карину и учить ее общаться с Аленой по-взрослому или поставить капитаном Алену и наказать Карину. Тренеры понимали, что Карина не тот человек, которого бы стимулировали наказания. Они бы просто потеряли игрока, а Карина так ничему бы и не научилась. Остаться капитаном после такого признания, быть честной с командой, участвовать в создании выигрышных комбинаций – это именно то, что помогло Карине преодолеть свою зависть. Кстати, хорошая новость: их команда уже сыграла первую игру и победила.

– Да, так бы и не подумала никогда, что из-за зависти ребята могут делать такие гадости. Я только теперь поняла, что неуверенность в себе – это и есть та боль, которая кричала в Карине. Я только сейчас осознала, что зависть – это боль души. Как же ей было тяжело... А Алена тоже интересная – пережить такое и молчать! Я бы точно рассказала тренеру про туалет. Но почему, почему она молчала?

– Ты не поверишь! Она подумала, что это произошло случайно. И плакала не потому, что ее закрыли, а из-за того, что пропустит тренировку и подведет команду. У нее даже мысли не было о том, что она кого-то бесит.

– Ну, все, – Аня даже привстала, – это полный атак! Одна люто завидует другой, а та даже не в курсе...

Андрей задумался.

– Знаете друзья, это так похоже на нашу жизнь! Люди мучаются и страдают, придумывают себе целые истории, сражаются с ветряными мельницами, а в итоге вся эта боль существует только в их головах.

Глава 10

Школьный праздник



Девятый гаджет – «Сочувствие чужим страданиям». Обратной его стороной является радость от горя других.

– Слава, ты слышал, чтобы кто-то говорил: «Так тебе и надо, это справедливо»?

– А разве это неправильно, что тот, кто обижает других, оказывается наказанным? Андрей, объясни!

– Я согласна со Славиком, – сказала Аня. – Если надо мной насмехается другой человек и он, к примеру, выливает на себя колу, это же смешно! Ну, и я говорю, что это по закону справедливости! Андрей, я даже чувствую облегчение, когда тот, кто делал мне больно, страдает. Это плохо, да?

– Ребята, вы обратили внимание, что с каждым гаджетом законы жизни становятся все глубже и сложнее?

– Да, – ответил Славик. – Так и есть!

– Так вот, отвечая на ваши вопросы, расскажу об одной песне.

Текст песни Светланы Копыловой «Окно»

Лежали в больнице в палате одной
Два тяжело больных человека.
Один у окошка лежал, а другой –
У двери, где не было света.
Один постоянно в окошко глядел,
Другой – лишь на краску дверную.
И тот, что у двери, узнать захотел,
Про жизнь за окошком другую.
С готовностью первый больной рассказал,
Что видно ему из окошка:
– Там тихая речка, дощатый причал,
И ходит по берегу кошка.
По синему небу плывут облака,
Причудливые, как зверушки,
Сидят на причале там два рыбака,
И с внуком гуляет старушка.
И так каждый день – то про сказочный лес
Рассказывал, то про влюбленных...
Другой же сосед перестал даже есть,
Считая себя обделенным.
Он мучился злобой, и зависть росла,
Его постепенно съедая.
Не мог он понять, почему же была
Тут несправедливость такая.
Однажды сосед у окна занемог,
Что не было сил разогнуться,
Он стал задыхаться и даже не мог
До кнопки своей дотянуться.
У двери сосед мог на кнопку нажать
И вызвать сестру милосердия,
Но он не нажал, а остался лежать,
Глаза закрывая усердно.
Наутро сестра милосердия пришла
Постель поменять за покойным,
Сосед попросил, и она помогла
Занять эту самую койку.
Когда ж он в окно наконец посмотрел,
На шее задергалась вена:
Увидел он вместо того, что хотел, -
Глухую высокую стену.
Он был потрясен и сестре рассказал,
Про тихую чистую речку,
Про сказочный лес, про дощатый причал
И небо в кудрявых овечках...
– Ах, если б он видел, – сказала сестра, –
Всю жизнь он слепым оставался.
– Зачем же тогда?.. – тут больной прошептал.

– Да он вас утешить старался!

– Слава, что ты понял из этой песни?

– Понял, что иногда люди хотят помочь нам, поддержать нас. А мы вместо того, чтобы быть благодарными, начинаем завидовать им и злиться. Зависть буквально выключила мозг у этого парня!

– Аня, а ты что скажешь?

– Я очень хотела новый мобильный телефон, и много раз про это папе говорила. Но он делал вид, что не слышит меня. Последние три месяца каждое утро папа заставлял меня отводить младшего брата в детский сад пешком, хотя он всегда подвозил нас на машине в сад и в школу. Я не успевала собираться, опаздывала, брат часто капризничал. Иногда я так злилась, что буквально ненавидела отца. А через три месяца папа подарил мне новый телефон и рассказал, что по утрам ездил на дополнительную работу, чтобы поскорее собрать денег и купить телефон, чтобы я не ждала долго. Я плакала полдня! Он ради меня старался, а я злилась на него...

– Давайте посмотрим, как девятый гаджет работает в положительном и отрицательном режимах.

Если ты выбираешь первый, **положительный режим** этого гаджета, то тогда:

- если тебе нужна помощь, ты ее получаешь;
- все бережно относятся к твоему имуществу;
- вокруг тебя приветливые и отзывчивые люди;
- ты живешь в стране, где люди имеют все необходимое для жизни.

Конкретные примеры работы девятого гаджета:

• ты помогаешь всегда, когда есть возможность, любому человеку и ощущаешь, как мир поддерживает тебя;

• тебе несложно сострадать тому, кто в прошлом делал тебе больно;

• на пути к твоим мечтам не возникает больших препятствий;

• ты можешь быть очень терпеливым, и именно поэтому с каждым годом твоя внешность все лучше и лучше.

Второй режим этого гаджета работает в обратном потоке:

• ты часто сердишься на друзей;

• ты не умеешь получать удовольствие от своих достижений;

• люди не помогают тебе именно тогда, когда тебе очень нужна помощь;

• тебя окружает бедность, воровство, грубость.

В гаджете «Сочувствие чужим страданиям» уровни Wi-Fi работают согласно уже известной вам вселенской логике.

Отрицательные уровни Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

1 Мне плевать на чужие проблемы

2 Я смакую чужие проблемы

3 Я презираю слабых, бедных

4 Я испытываю радость и злорадство, когда кто-то получил «по заслугам»

5 Не прошу помощи, даже когда она мне нужна

6 Агрессивная борьба за справедливость

7 Апатия, потеря энергии и смыслов

А вот один из хороших примеров того, что происходит в жизни, когда вы освоите этот гаджет:

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Когда я вижу, что кто-то из друзей плохо себя чувствует, предлагаю свою помощь
- 2 Помогаю тем, кто в беде, даже если не дружу с этим человеком
- 3 По пути в школу увидел, как бабушке на остановке стало плохо – вызвал скорую
- 4 Сострадаю людям из других стран, когда там случается какая-то беда
- 5 Прошу о помощи друзей, когда она нужна
- 6 Стремлюсь помочь, чем смогу, тем, кто в этом нуждается
- 7 Выступаю инициатором помощи знакомым и незнакомым людям

– А какая сегодня история, Андрей?

– Это история о сопереживании. Ее героиня – Катя, ей 12 лет, и ее рост 1 метр и 65 см. Она высокая, стройная и красивая. В классе у Кати есть приятели, но общение с ними довольно поверхностное. Нельзя сказать, чтобы эта девочка кому-то доверяла всерьез. Катя мечтает стать моделью или телеведущей, она ходила на вокал и хореографию, любит читать. У нее достаточно доверительные отношения с мамой, что вообще-то редкость для этого возраста. Катя заканчивает 7-й класс, и по традиции в конце учебного года затевается большая школьная дискотека, куда приходят ребята 7–11 классов. Для всех это долгожданное событие. Для организации праздника и вечерней дискотеки пригласили специалиста из агентства.

– Привет, ребята! Меня зовут Андрей, я буду вместе с вами заниматься подготовкой последнего звонка и вечерней дискотеки. Расскажите мне, пожалуйста, как бы вы хотели, чтобы прошел этот праздник?

– Мы бы хотели, чтобы учителя были подальше!

– А музыка погромче!

– И чтобы друзей из других школ можно было пригласить!

– И хотя бы до двенадцати!

– Классно, если будет профессиональный диджей и модная музыка!

Минут двадцать Андрей записывал все пожелания ребят по организации дискотеки. Катя просто стояла в стороне и слушала молча.

На следующий день Андрей объявил, какие идеи были одобрены руководством школы, и представил план подготовки к этому событию. Из интересного было то, что дискотека планируется костюмированная и нужно подобрать себе наряд в ковбойском стиле, а вход будет по пригласительным. Одобрение на приглашение гостей из других школ получить не удалось, так что будут только свои. Приглашения вручат каждому ученику лично, и очень важно его не потерять.

Три недели подготовки пронеслись как три дня. Предпраздничная суэта наполнила школу. Все готовили номера, костюмы, прически.

– Лен, ты получила пригласительный? – спросила Катя у своей подруги.

– Да, буквально вчера мне Саша из 10-Б принес – их класс занимается рассылкой и подготовкой. Он сказал, что пригласительные будут разносить до дня праздника, потому что много народу.

– А, понятно, а то я уже стала переживать. Спасибо тебе!

Катя приготовила красивую ковбойскую шляпу, стильные джинсовые шорты на большом ремне и рубашку в черно-красную клетку с небольшой жилеткой. Решила заплести две косички под шляпу и уже пару раз пробовала подобрать макияж под этот образ. Она очень ждала дискотеки, потому что там будет он... Олег из 11-В. Он играет в футбольной сборной

школы и всегда здороваётся с Катей на переменах, а это явно знак! По крайней мере, Катя так думала. Девочка стеснялась заговорить с Олегом, но при этом ее очень-очень тянуло быть где-то рядом, слушать его голос, наблюдать за ним.

До праздника оставалось два дня – пригласительного не было.

Один день. Катя даже зашла в 10-Б, чтобы узнать, где ее пригласительный и почему она его не получила, но ей ответили, что Ася Серова, которая за все это отвечает, сейчас на репетиции и что ей передадут просьбу Кати.

А на репетиции открытия вечера последнего звонка затевалась интрига.

– Да, праздник должен быть что надо! Классно, что будет много старшеклассников! – не сдерживая чувств, выпалила Олеся, она училась в восьмом.

– Да, если бы еще разрешили своих подруг из других школ позвать, было бы просто круто! Я бы все отдала, чтобы быть рядом со своими друзьями на этой дискотеке! – в отчаянии воскликнула Ася Серова.

– Мне очень жаль, – притихла Олеся. – Без пригласительных никто не сможет попасть на дискотеку.

И в эту самую минуту в голову Аси пришла мысль. Она достала пригласительные. Каждый из них был в конверте, и перед вручением конверт заклеивался.

– Что ты делаешь? – спросил Андрей, и Ася даже вздрогнула от неожиданности.

– Думаю, если парочка человек из седьмого класса не получит пригласительных и не пойдет в этом году на дискотеку, ничего же страшного не произойдет, да?

– Ну, критичного, наверное, ничего, кроме того, что ребята лишатся праздника. А почему ты не хочешь им отдавать пригласительные?

– Я не могу им не отдать пригласительные. Но я очень хочу, чтобы на дискотеку пришли мои подруги из другой школы. Поэтому если я отправлю двум людям письма без приглашений, с чистыми бумажками, они не смогут прийти, а их пригласительные я отдам своим друзьям!

– Ты просто мозг, Ася Серова! А ты уже решила, кому «не повезет»?

– Нет. А у вас есть идеи?

– Да, – сказал Андрей. – Думаю, что Кате Грикевич и Альбине Молок этот праздник вообще не понадобится. Они такие тихони, в организации совсем не принимали участия, вряд ли они вообще придут. Так что ты ничего не теряешь!

– Спасибо за помощь!

Довольная своей идеей и поддержкой Андрея, Ася достала из конверта пригласительные, а вместо них положила бумажки с надписью: «Извините, в этом году для вас на празднике места нет. Билеты кончились».

– Олеся, твой класс же недалеко от 7-А?

– Да, а что?

– Сможешь передать пригласительные двум девочкам из этого класса?

– Конечно, сразу после репетиции!

Радости Кати не было предела – наконец-то ей вручили заветный конверт.

– А ты Альбине Молок сможешь передать? – спросила Олеся.

– Да, конечно, передам!

Зная, как это важно, Катя сразу же нашла Альбину и передала ей конверт.

Последние два урока Альбина была сама не своя. Катя заметила, но не придавала этому значения – мало ли что могло произойти. Мысленно она уже была на дискотеке и танцевала с Олегом.

Катины отношения с мальчиками из класса были очень специфическими. Из-за своего роста она была почти на голову выше их всех, и никто не хотел с ней встречаться. «Дылда» – это слово было Кате знакомо, но она на него уже практически не реагировала. Ребята из старших классов, хоть и засматривались на Катю, но понимали, что она еще маленькая и никаких серьезных отношений с ней быть не может. Зависшая между своими и старшими,

Катя не понимала, что ей делать. Она знала о своей красоте, но не могла сама навязываться парням, поскольку была скромной, да и неправильно это как-то.

– Во сколько тебя забрать? – спросил отец, когда Катя, уже полностью собравшись, делала последние приготовления перед выходом.

– Может, я возьму такси?

– Давай на такси ты туда поедешь – не идти же тебе по улице во всей этой красоте! Ты отлично выглядишь, просто это не повседневный наряд. Ну, сама понимаешь...

– Да, конечно, пап, ты прав! Дискотека вообще до полуночи, но если что, я позвоню тебе раньше и ты забереешь меня, хорошо?

– Договорились, дочь! Хорошо тебе повеселиться!

– Спасибо пап!

Вызвано такси, помада, духи, расческа и приглашение на месте, мобильный с собой. Нет, не на такси. На крыльях!

Катя решила выйти немного раньше. Она так волновалась, что подышать свежим воздухом и немного успокоиться было в самый раз. Маленький парк на пути к школе как раз отлично подходил для этого. Пройдя несколько метров, Катя села на скамейку и достала приглашение. Медленно раскрыла конверт и вздрогнула. Там на простом листочке было написано: «Извините, в этом году для вас на празднике места нет. Билеты кончились».

Это какая-то ошибка, недоразумение! Кто-то так пошутил? Это не смешно! Кровь прилила к лицу, из глаз брызнули слезы, но Катя быстро собралась. Она впервые была в такой ситуации. «За что это мне? За что? Почему я? Что мне делать?» И тут Катя представила, как она сейчас пойдет в школу, пойдет к завучу, покажет приглашение, начнется разбор полетов, остановится праздник... Зная своих завучей, которые очень любили все выяснять и во всем разбираться, Катя хорошо себе представляла, какими будут последствия. Можно, конечно, пойти не к завучам, а к организаторам дискотеки, попробовать все объяснить, но это так унижительно...

Девочка расплакалась. Ей было очень, очень обидно. Казалось, что весь мир ополчился против нее. «Что делать? Идти домой? Но что сказать родителям? Мама пойдет в школу, будет выяснять, опять скандал... Я не хочу этого всего. Но где, где мне быть до двенадцати? Даже если папа заберет меня в десять... Сейчас только семь. Где я должна провести оставшиеся три часа? На улице скоро стемнеет».

Катя подумала об Олеге, о том, что это была первая и последняя возможность познакомиться ближе. Олег уже готовился к вступительным экзаменам в университет, и в школе практически не будет появляться. Возможность увидеться больше не представится. Ее любовь потеряется навсегда. Как же это больно!

И вдруг, как слайды из фильма, Катя стала вспоминать Олесю, которая принесла ей пригласительный, а потом лицо Альбины, грустное до слез.

– Альбина получила такое же письмо вместо приглашения, – вслух произнесла Катя и сама испугалась этих слов. Девочка вдруг поняла, что в этой ситуации пострадала не только она. Но почему Альбина сразу никому ничего не сказала? Почему не сделала ничего, чтобы решить вопрос? И буквально через секунду Катя сама же и ответила себе: ей было стыдно. Ей было обидно и больно. И она не захотела выносить этот мусор наружу.

Просто какая-то детективная история, целый заговор! Эмоций было больше, чем слов. Что делать, Катя пока не понимала. Ее боль была сильной, обида душила горло, сердце сжималось, и слезы без остановки текли из глаз, окончательно смыв весь макияж.

Вдруг она подумала, а что бы сейчас сделала ее мама?

И сразу же пришел ответ: позвонила бы Альбине и поддержала ее. Ведь вряд ли Альбина рассказала что-то родителям или друзьям. Скорее всего, она абсолютно одна, наедине с этой болью и предательством!

Катя достала телефон и набрала Альбину.

– Привет! Можешь говорить?

– Да, могу. Почему ты не на празднике?

– Я такая же, как и ты. Я тоже получила такое письмо...

– Откуда ты знаешь?

– Я просто вспомнила: после того, как ты открыла кон-верт, два урока сидела сама не своя. Я тогда сразу не поняла, в чем дело, свой-то я открыла только что. Вот сижу в парке, возле школы. Не знаю, что мне делать. Говорить родителям обо всем этом не хочу, в школе – тоже. Что делать, не знаю. Но я звоню, чтобы поддержать тебя.

– Спасибо... Это очень неожиданно. Знаешь, приходи ко мне, я живу рядом, посмотрим фильм, а потом мой брат подвезет тебя домой. Придумаем, что сказать твоим родителям, добро?

– Да, отличная идея! Иду к тебе!

Весь вечер Альбина и Катя провели вместе, родителям Катя сказала, что у нее заболела голова, и они пошли вместе с Альбиной к ней домой смотреть фильм.

– Андрей, значит, Катя смогла увидеть не только свое горе, но и горе Альбины? То есть она отнеслась к ней сострадательно, как настоящий друг?

– Да, Аня. Я думаю, что именно так и поступают друзья. Они помогают другому не только, когда им хорошо, но и когда им самим несладко. Это взрослость, Аня. Только дети думают лишь о себе.

– Это как-то несправедливо, это подло, – возмутился Славик. – И что, этой Асе ничего не было за ее поступок?

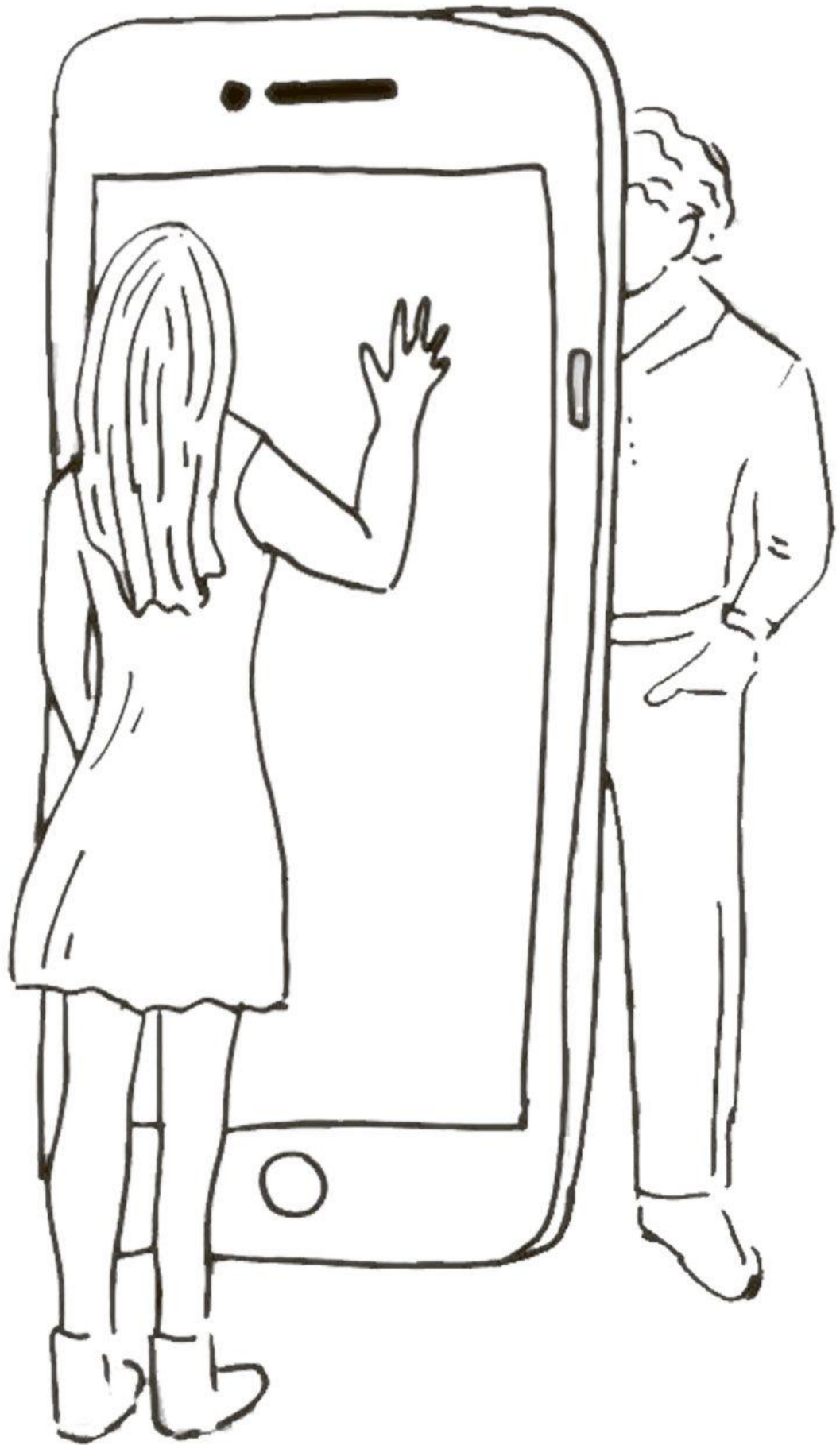
– Понимаю твое возмущение, Слава, – ответил Андрей. – В мире действительно существует очень много обмана, боли, предательства. Вопрос только в том, кто победит: ты их или они тебя.

В мире нет чего-то такого, что бы существовало независимо, само по себе. ВСЕ, абсолютно все в мире и абсолютно все люди связаны невидимыми нитями энергии и времени. Идея о том, что наши мысли имеют все шансы материализоваться, абсолютно верна.

Наш разум, наше сознание – это компьютер сверхнового поколения, и человечеству на сегодняшний день удалось его освоить не более чем на 15 %. А теперь представьте, какими возможностями обладают разум и сознание Вселенной! Это просто невероятно! Известно только одно: ничто не существует само по себе. Все, что человек видит, ощущает и воспринимает в жизни – это результаты его собственных мыслей, слов и поступков, которые прошиваются в матрицу памяти его персонального компьютера и создают его реальность.

Глава 11

Диалог с Вселенной



И вот у нас остался последний, **десятый гаджет**, который называется «**Верное мировоззрение или ошибочное мировоззрение**».

– Привет, ребята, как ваше настроение? Сегодня у нас короткая встреча – у меня билет на самолет, командировка. Поработаем динамично, хорошо?

– Да, конечно, – хором ответили Аня и Слава.

Если ты выбираешь первый, **положительный режим** этого гаджета, то тогда:

- каждый день ты ощущаешь радость и полноту жизни;
- каждая минута твоей жизни наполнена смыслом;
- у тебя много целей, и все они реализуются;
- ты стремишься помогать другим и совершать хорошие поступки.

Конкретные примеры: если тебя не покидает ощущение, что Вселенная ведет тебя и поддерживает, если ты ощущаешь, что у тебя есть какая-то важная миссия в жизни, если твое желание создавать что-то ценное для счастья других людей и своего собственного велико – это оно, влияние десятого гаджета.

– Андрей, – сказала Аня, – знаешь, что я заметила? Когда мне нужно помочь кому-то другому, мне легко сделать даже сложные вещи. Но когда мне надо что-то сделать для себя, тут возникает ступор и какая-то ужасная лень. Почему так происходит?

– Какое точное наблюдение! Так происходит из-за того, что мы думаем, будто мы и другие люди – это два кувшина с водой, отдельные, не связанные друг с другом. Но на самом деле все взаимосвязано. Помогая другим, мы всегда помогаем себе, а помогая себе, мы всегда помогаем другим. Все, Аня, зависит от твоей мотивации: **РАДИ ЧЕГО ТЫ ДЕЛАЕШЬ ТО, ЧТО ДЕЛАЕШЬ**. Например, можно просто плавать утром в бассейне и наслаждаться. А можно плавать и посвящать этот приятный процесс тому, чтобы все люди и все живые существа были здоровы. И если ты просто плаваешь для себя, то в этот момент ты берешь со своего счета счастья несколько гигабайтов и тратишь их. Но если, плавая, ты мысленно отправляешь это состояние счастья всем живым существам, то в этот момент ты не снимаешь со своего счета гигабайты счастья, а отправляешь эти инвестиции на депозит, где они начинают расти в геометрической прогрессии. Главная задача десятого гаджета – понять, что другие люди – это невероятный банк, в который мы можем вкладывать свои слова, мысли и поступки. И этот банк потом спонсирует нашу жизнь. Если мы положили на счет хорошие гигабайты – у нас будет хорошая жизнь, а если плохие, то и жизнь будет скучной, бедной, нерадостной.

Второй режим этого гаджета работает в обратном потоке:

• я думаю, что не имею никакого отношения к этим глупым и злым людям в моем окружении;

- я думаю, что все события в жизни случайны и все зависит от удачи;
- я обвиняю других в своих неудачах и думаю, что ничего не могу изменить.

Если ты постоянно сталкиваешься с несправедливостью мира и воспринимаешь себя как жертву обстоятельств, тогда мы говорим о негативном режиме десятого гаджета. Его проявления: полная беспомощность и потерянности смыслов, непонимание цели своего существования, своей задачи в жизни, своего профессионального и духовного пути.

Работа в отрицательном потоке Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

- 1 Мне нет никакого дела до того, как работает этот мир
- 2 Если кто-то попал в беду, значит, он сам виноват. Я не стану ему помогать
- 3 Я не могу любить всех людей. Есть те, кто мне приятен, и те, кто меня раздражает
- 4 Я отношусь хорошо только к тем, кто мне приятен
- 5 Я думаю, что для победы все средства хороши, главное – результат

6 Вся моя жизнь – сплошные конфликты и доказательство своей правоты. Я как на поле боя: дома, в школе, на улице

7 Я не чувствую себя счастливым, мои родители несчастливы, мои друзья часто ссорятся, весь мир мне кажется несчастным и скучным

Если же тебе удастся освоить управление самым сложным, десятым, гаджетом в созидательном ключе, то это означает, что твоя жизнь **ГАРАНТИРОВАННО** устремляется в сторону счастья!

Работа в положительном потоке Wi-Fi

Уровень Что происходит в момент подключения Wi-Fi в нашем поведении

1 Мне нравится думать хорошо о себе и других, испытывать приятные эмоции и дарить радость, люблю совершать хорошие поступки для себя и других

2 Когда я делаю добро, думаю по-доброму и чувствую в себе добро, места для плохого в моем сознании все меньше и меньше

3 Я ощущаю прилив энергии, бодрость и огромное желание жить

4 Мне нравится помогать людям, передавать им знания, как быть счастливыми

5 Я перестаю замечать плохие качества в людях, упорно ищу в них хорошее и **ВСЕГДА** нахожу

6 Я точно знаю, что могу получить именно то, чего хочу, и то, что я посажу сегодня, вырастет в моей жизни в будущем

7 Я постоянно стремлюсь понять, как работает Вселенная, чтобы полностью реализовать свой потенциал и помочь сделать это всем остальным людям

Каждый день твоей жизни – это искусное владение десятью гаджетами. Каждый из них важен и необходим для всех, кто хочет счастья и изобилия. Сложно ли управлять этими гаджетами? Сложно ли изучить их? Сложно ли поддерживать положительные режимы на каждом из них?

ОЧЕНЬ СЛОЖНО! Чтобы гаджет тебе помогал, ты буквально каждый день должен сражаться со своими старыми привычками: ленью, насмешками, враньем, завистью, злостью, жадностью и т. д. Привычки проросли в нас очень глубоко. И если каждый день ты будешь бороться хотя бы с одной из них – победа тебе гарантирована!

Для того чтобы изменить привычки, человеку нужен системный анализ своего поведения. Именно поэтому самым быстрым и результативным способом ощутить всю мощь гаджетов и поскорее освоить каждый из них является ведение дневника гаджетов.

Существуют разные формы ведения дневника. Я предлагаю вам начать с самого доступного.

Выберите один из гаджетов. Рекомендую сначала взять первый.

Поставьте себе напоминание в телефоне для того, чтобы перед сном не забыть заполнить дневник. Ваша задача – записывать каждый день, **ЧТО** вы сами сделали и свидетелем чего стали в вопросах первого гаджета. Вы делите лист блокнота на две части и слева выписываете минусы, а справа – плюсы. Когда будете описывать то, что вы видели в своем окружении, не попадитесь в ловушку, называемую «вести дневник другого человека»: не стоит никого осуждать, критиковать, поучать. Помните, что ваше окружение – это ваше отражение. И все, что вас окружает, – это тоже ваш уровень жизни, мировоззрения, продвинутости. Я рекомендую вести дневник по первому гаджету 21 день, ведь именно

столько времени и нужно, чтобы сформировалась привычка, согласно исследованиям экспертов в области психофизиологии и характерологии.

После того как освоите в совершенстве первый гаджет, переходите ко второму и так далее.

Второй уровень ведения дневника, продвинутый, – это когда вы заполняете дневник не только вечером, но и в течение дня.

Что вам дает дневник?

1. Это лучший самовоспитатель и волеформирователь.
2. Это возможность хорошо освоить и изучить каждый гаджет.
3. Это гарантированное повышение уверенности в себе и постоянное совершенствование.
4. Это стопроцентный успех среди вашего окружения, потому что все хотят быть с теми, кто счастлив.

5. Это ваша единственная возможность стать лидером и супергероем. Она откроет вам доступ к такому вашему потенциалу, о котором вы сейчас даже не догадываетесь!

– Мне пора, ребята! Все десять программ сняты. Думаю, ваши друзья будут в восторге от каждого выпуска! Вы невероятно мне помогли, я очень рад, что работал с вами!

– Как пора? Подожди, Андрей, мы же столько еще хотели узнать! – пробормотала, растерявшись, Аня.

– Правильно, тайн и невероятных открытий еще очень много! Но для того, чтобы сесть в самолет, подняться НАД обыденностью жизни и попасть в страну, где возможны чудеса, нужно просто прийти в аэропорт! Десять гаджетов – это ваши навигаторы. Следуйте им, и тогда мы с вами обязательно встретимся!

– Подожди! А как же последняя история? – Славик приостановил Андрея, который уже собрался выходить.

– История обязательно будет, обязательно! Спасибо вам, ребята! Надеюсь на скорую встречу!

Андрей явно торопился, и было видно, что мысленно он уже мчался в аэропорт на такси.

– Давай напишем Андрею письма! Письма благодарности. Он так много для нас сделал. Мне кажется, за три месяца общения с ним я вообще стала другим человеком, – заметила Аня.

– Прекрасно тебя понимаю, я сам очень изменился! С письмами крутая идея! Давай напишем прямо сейчас.

Минут сорок два подростка старательно писали. Чувства переполняли их, они подводили итог большого и важного этапа в своей жизни. Казалось бы, ну что тут такого? Они и раньше знали, что воровать и обманывать плохо, что важно помогать другим и быть добрым. Знали, но не понимали.

– Готово, – сказала Аня!

– И я заканчиваю. Оставим для Андрея на пункте охраны, чтобы ему передали, как только он вернется. А когда, кстати, он вернется? Мы даже не спросили его об этом!

– Думаю, что скоро. Он точно почувствует, что его ждут наши послания!

Ребята спустились на первый этаж, подошли к пункту охраны.

– Добрый день! – начал Слава, – Можно попросить вас передать эти два письма для режиссера Андрея. Он работает на 17-м этаже, создает передачу для подростков.

– Минуту, смотрю списки сотрудников. На 17-м, говорите? Здесь нет такого человека. А фамилию его знаете?

– Нет, – удивилась Аня, – не знаем. Он точно есть, полчаса назад он был здесь, а потом поехал в аэропорт. У него командировка.

– Что случилось? – Высокий мужчина, видимо начальник охраны, подошел к стойке пропуска посетителей и строго посмотрел на ребят.

– Да вот двое школьников приходили на экскурсию со своим классом и теперь говорят, что ищут какого-то режиссера Андрея, который снимает передачу о подростках.

– У нас на канале нет режиссера Андрея, и наш канал не снимает никакую программу о подростках. Вы ничего не путаете, ребята?

– Стоп, какая экскурсия на канал? Экскурсия у нас была 25 мая, а сейчас август... – растерянно проговорил Славик.

– В смысле? – Аня достала телефон и включила главный экран. Крупными цифрами светилась дата: 25 мая. Телефон выпал из рук...

– Сегодня 25 мая? – прошептала Аня. – Как такое может быть?

– Это, наверное, какая-то новая история Андрея, нас точно снимает скрытая камера. Аня, говорю тебе, это розыгрыш, это десятая история программы!

– Ребята, может, нам позвонить вашим родителям?

– Нет-нет, все хорошо, мы лучше пойдем...

Славик схватил Аню за руку и быстро пошел вместе с ней к выходу. Жаркое майское солнце окатило их теплом с головы до ног. Они в растерянности стояли посреди одной из улиц огромного города.

Аня взяла телефон и позвонила маме. Из разговора стало понятно, что мама не знает ничего про Андрея, и никакого эксперимента с машиной у Ани не было.

– Подожди, мы три месяца приезжали сюда, помогали создавать передачи, изучали десять гаджетов, и вдруг оказывается, что этого всего не существовало? Мы сходим с ума?

Внезапное СМС-сообщение, которое пришло одновременно и Ане, и Славику, заставило ребят немного прийти в себя: «До встречи в аэропорту!»

– У тебя тоже такое сообщение? – Аня была поражена. Казалось, она каким-то образом соприкоснулась с параллельной реальностью.

– Аня, я, кажется, все понял! Этот человек, с которым мы с тобой провели так много времени, это... вообще не человек, понимаешь? Это как... голос, как проводник, что ли. Это какой-то посланник из будущего, который пришел, чтобы помочь нам. Он хотел, чтобы мы с тобой избежали массы ошибок. Он приходил, чтобы научить нас. Он дал нам знания, которые смогут нас защитить. И мы должны помочь всем подросткам!

– Ты хочешь сказать, Слава, что мы как Нео и Тринити из «Матрицы»?

– Я хочу сказать, что нам даровано чудо, и мы не можем не воспользоваться этой возможностью. Мы должны освоить все десять гаджетов в совершенстве и стать успешными и счастливыми, ведь именно для этого Андрей и подарил нам этот опыт!

– У меня такое ощущение, что это был вообще не Андрей, а как будто бы сама Вселенная с нами разговаривала!

Еще одно смс: «Десять гаджетов для счастья».

Славик нажал «Набрать номер».

– Телефон абонента отключен или временно недоступен, – ответил механический голос автоответчика. – Пожалуйста, перезвоните позже.