

Лариса Ренар

ЭЛИКСИР ЛЮБВИ

Секрет
гармонии
и счастья

Роман-рецепт



Лучшее от Ларисы Ренар

Лариса Ренар
Эликсир любви

«ЭКСМО»

УДК 133.4
ББК 86.42

Ренар Л.

Эликсир любви / Л. Ренар — «Эксмо», — (Лучшее от Ларисы Ренар)

ISBN 978-5-699-90584-3

В этой книге зашифрован рецепт эликсира истинного счастья и исполнения желаний. Эликсир работает, но вам придется самой собрать для него ингредиенты, читая это интригующее произведение. Что делать, если тебе изменили? Как поступить, если приходится выбирать? Как понять, что именно этот человек – твоя судьба? Можно ли подарить другому свое сердце, оставаясь собой? В пути от сомнений до любви вы познаете законы отношений, сокровенные тайны чувств и чарующие секреты страсти. Соберите все составляющие эликсира любви и будьте счастливы!

УДК 133.4
ББК 86.42

ISBN 978-5-699-90584-3

© Ренар Л.
© Эксмо

Содержание

Глава первая	6
Глава вторая	28
Конец ознакомительного фрагмента.	42

Лариса Ренар

Эликсир любви

© Ренар Л., текст, 2016

© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2016

* * *

Я слушаю истории – и эти истории меняют меня. Я рассказываю истории – и эти истории меняют других! В историях есть жизнь и есть знание. В историях – наши мечты и наши разочарования. В историях спрессованы время и опыт многих людей. Я благодарю всех тех, кто приходил на занятия в «Академию частной жизни» и делился своими историями, своими открытиями и потерями. Благодаря вам родилась эта книга.

Вот и подошла к концу история моих героинь. Мы менялись вместе с ними, и менялся мир вокруг нас. Но каждый день начинается новая история, и я верю, что практики и медитации, изложенные в этой книге помогут вам создать историю, у которой будет только счастливый конец.

Лариса Ренар

Глава первая

Любовный треугольник

2006

– Мой муж перестал со мной спать, – первое, что заявила Карина, моя московская подруга, встретив меня в аэропорту. Я застыла на месте, с чемоданом и коробкой пахучих сыров в руках, не отойдя еще от полета и своего путешествия во Францию.

Глядя на нее, поверить в это было трудно. Даже с заплаканными глазами и в небрежно наброшенном коралловом кожаном коротком плаще Карина выглядела сногшибательно. И хотя моей подруге недавно исполнилось тридцать восемь, больше двадцати восьми ей не давал никто. Длинные черные волосы, вздернутый носик, томные карие глаза, пышная грудь и стройная фигура сразу же приковывали внимание мужчин, заставляя их фантазировать. Даже когда Карина появлялась со своими тремя детьми, двумя взрослыми сыновьями восемнадцати и пятнадцати лет и очаровательной шестилетней дочкой, она все равно становилась центром внимания всех мужчин в радиусе километра. И казалось, единственный, кто не придавал этому никакого значения, был ее муж Антон. «За двадцать лет привыкаешь даже к неземной красоте», – шутила Карина над равнодушием своего мужа. Но видно, сейчас равнодушие Антона стало проявляться не только по отношению к внешности жены.

– И когда это случилось? – поинтересовалась я, выйдя из оцепенения.

– Уже почти полгода, – прошептала Карина, сдерживая слезы.

– Карина, он ушел? – осторожно спросила я, пытаясь понять, что происходит.

– Нет, – отрицательно помотала она головой и разрыдалась.

– Слушай, пойдем выпьем чаю, и ты мне все расскажешь.

Войдя в кафе и усадив Карину за столик, я пошла за чаем, но вернулась с бокалом. Пригубив коньяк и на минуту прекратив рыдания, Карина смогла продолжить:

– Но я узнала, что у него уже два года – вторая, параллельная семья и... – Она опять разразилась слезами. – И она ждет ребенка, – наконец-то выдавила из себя Карина, на секунду остановив всхлипывания.

Я машинально выпила Каринин коньяк:

– И когда ты это узнала?

– Сегодня утром было явление. – Карина снова заплакала.

– Может, тебе привиделось? – неудачно пошутила я.

– Лучше бы привиделось, – сквозь слезы пробормотала моя подруга.

– Так, расскажи все по порядку, – взмолилась я.

– Все началось недели три назад, – почти внятно начала рассказывать Карина. – Мы планировали майские праздники, и тут Антон сказал, что они едут большой компанией открывать сезон кайт-серфинга в Египет и, конечно же, мне будет скучно в чисто мужской компании и лучше мне съездить во Францию на СПА. В принципе, рассудила я, любой мужчина после сорока пяти начинает искать приключений на собственную пятую точку, и занялась поисками места, где бы себя понежить.

– Потребность в адреналине и экстриме считается проявлением кризиса среднего возраста, – вставила я невпопад научный факт.

– Да уж! – согласилась Карина. – Я тоже решила, что лучше кайт, чем молодые девки. Честно говоря, про себя я подумала, что, может, это восстановит его потенцию. Меня, конечно, тревожило, что мой обычно страстный муж как-то сдал и последний раз мы занимались сексом в Новый год, но я решила, что много работы, возраст – сорок шесть, нервозность с партнерами и акциями, курение и алкоголь не способствуют сексуальной активности, и мне просто

надо потерпеть. – Карина улыбнулась и покачала головой. – Вот дура-то, все мужиков жалею. – И продолжила: – Сегодня утром Антон улетал, как всегда, поцеловал утром, сказал: «Доброе утро, любимая» – и, взяв сумку, поехал в Домодедово. Я повалялась еще минут пять и решила, что тоже пора вставать, и побрела на кухню варить кофе. И там увидела его забытый мобильный. Как идеальная жена, схватила ключи и, прыгнув в машину, бросилась догонять мужа. Примчалась в аэропорт, почти бегу к зоне регистрации, и... что я вижу: мой муженек стоит в очереди на регистрацию и целуется с молодой девицей. В голове потемнело, сразу все встало на свои места. Как он чересчур навязчиво убеждал меня, что будет только мужская компания, как демонстративно показывал ваучеры на гостиницу с мужскими именами, как будто я его спрашивала, вспомнились слова Тани, жены одного из кайтеров, Валеры, что надо бы присмотреться к собственному мужу. – Карина еще раз усмехнулась, повертела пустой бокал и продолжила: – И вот я, оцепенев, смотрю на эту картину, мне хочется броситься и разорвать его билет, отхлестать по щекам и просто стереть его в порошок, но я словно приросла к полу и не могу сделать ни шагу. Тут раздается звонок его телефона. Я беру и слышу сладкий голос мужа: «Дорогая, я забыл телефон, но ничего – отдохну от дел. Ты не представляешь, какой кайф – одни мужики. Целую. Привет детям». – Карина так хорошо передразнила интонации своего мужа, что я невольно рассмеялась.

– И что случилось дальше? Ты бросила ему телефон в лицо, разорвала его билет и устроила скандал? – предположила я дальнейшее развитие событий.

– Очень хотелось. И я почти двинулась по направлению к нему, как почувствовала, что кто-то схватил меня за руку. Я обернулась и увидела Татьяну. Она уже проводила Валеру. Видно, она все поняла и, произнеся: «Разрушить ты всегда все успеешь», – буквально силой вытащила меня на улицу.

– Она, что, все знала и молчала? – возмутилась я.

Каринка покачала головой:

– Она делала тонкие намеки, но я упорно отказывалась их понимать, да и потом, мы с ней не слишком хорошо знакомы, пересекались раза три на тусовках.

– И что она рассказала?

– Оказывается, они вместе уже два года. – Карина опять разрыдалась. – И представляешь, он появляется с ней на всех кайтовских тусовках, куда меня, конечно же, редко берет, говоря, что мне там будет скучно. Приезжает к ней каждый вечер после шести, ужинает, смотрит новости и еще кое-чем занимается, я в это время грущу и думаю, что бедненький мой муж каждый вечер сидит на работе до одиннадцати и возвращается домой только спать, говоря, что после шести он не ест, и вместе мы ужинаем только на отдыхе, где почему-то он забывает не есть после шести. Теперь-то я понимаю, где он ужинает, – вздохнула Карина.

– Да, мир не без добрых людей, – заметила я, выслушав Карину. – А зачем она тебе все это рассказала? – задала я довольно неловкий в этой ситуации вопрос.

– Боялась, что я наделаю глупостей, и решила, что информация меня спасет. Знающий вооружен. В принципе я что-то и сама чувствовала, но после двадцати лет брака многие вещи легче не замечать. И вообще, куда я с тремя детьми? Я забыла, что такое работа, я привыкла тратить по десять – двадцать тысяч евро в месяц только на шмотки и косметолога. – Карина грустно покачала головой. – И когда Татьяна уехала, я поняла, что если я вернусь домой, я что-нибудь с собой сделаю. Слава богу, что тебя надо было встречать! Я все пять часов до твоего рейса металась по аэропорту, словно больная. Хорошо, когда много людей, кто-то приезжает, кто-то уезжает, поэтому никто особо внимания на меня не обращал. – Карина улыбнулась сквозь слезы. – А день так чудесно начинался!

– А день так чудесно начинался, – услышала я прорвавшиеся сквозь рыдания слова и, войдя в тетушкин будуар, увидела слегка полноватую молодую женщину, которая рыдала, уткнувшись в тетушкины колени. Я переводила недоуменный взгляд с одной на другую, не понимая, что происходит.

Я не была в Петербурге почти год после истории с Камиллем, спрятавшись ото всех в своем доме в Шамани. Камилль помог мне вернуть драгоценные камни для древнего обруча женской силы, но забрал мое сердце. И теперь я понимала, что значат эти слова. Я все еще не могла прийти в себя с того момента, как он сказал мне, что остается со своей женой. Надеюсь, что спокойствие гор и красота Монблана помогут мне его забыть и перестать так безнадежно любить. Но ничего не помогало – ни долгие прогулки, ни энергетические практики, ни медитации, ни флирт. Другие мужчины казались пресными и скучными, менее сильными и менее мудрыми. Это так было на меня не похоже, что я сама себя не узнавала. А мысль о том, что я ничего не могу изменить и что Камилль сделал трагическую ошибку, отказавшись от нашей любви, еще больше ухудшала мое состояние.

Ноющая боль омрачала каждый день, и я почти поверила, что от любви можно умереть. И даже обруч женской силы, символизирующий власть и силу женщины, казалось, потускнел от моих переживаний. Этот символ женской власти и могущества был подарен Афродите Гефестом в знак преклонения перед ней и долгое время хранился жрицами стихий в храме Афродиты. Тетушка когда-то нашла обруч, но без камней, на Акрополе и передала мне.

Согласно древней легенде, та женщина, которая сможет найти рубин, бриллиант, изумруд и сапфир, пройдя все испытания, получает неограниченную власть над мужчинами и миром. И хотя я собрала все камни с помощью Камилля, я понимала, что, тоскуя по нему, не могу воспользоваться заложенной в обруче силой. Проснувшись однажды, я почувствовала, что спокойствие Шамани и мое добровольное затворничество нисколько меня не излечивают. Мгновенно собрав вещи, я помчалась к своей тетушке, Софье Николаевне Иллариной, в Петербург. Я вспомнила, как тетушка учила быть меня истинной женщиной, помогала мне понять ожидания мужчин, делилась со мной древними секретами управления женской энергией. Я устала просто так горевать. «Может, тетушка с ее потрясающими знаниями и мудростью сможет что-то придумать и все-таки вырвет меня из тисков этой тоски», – надеюсь я. Но, видимо, тетушкина помощь требовалась не только мне одной.

– Варенька, как я рада тебя видеть. – Тетушка осторожно отстранилась от молодой женщины и бросилась меня обнимать.

– Аннушка, – обратилась она к незнакомке, – это моя племянница Варвара Ренар, она овдовела два года назад и теперь путешествует и наслаждается жизнью.

Анна подняла на меня полные слез глаза и, прошептав: «Лучше бы я овдовела», – зарыдала еще сильнее.

– Объясните мне, что происходит. – Я непонимающе переводила взгляд с тетушки на Анну и обратно.

– Аннушка – моя крестница. – Софья Николаевна погладила молодую женщину по голове. – У нее прекрасный годовалый сын, а ее муж Николай Червонов, чудный молодой человек, получил недавно повышение по службе и...

– И завел себе любовницу, – перебила Аннушка тетушку и опять зашлась в слезах. – Я сегодня получила письмо от нее, и...

– Этого следовало ожидать, – невозмутимо сказала тетушка и добавила: – Посмотри, ты стала похожа на корову в стойле. И кто бы мог поверить, глядя на эту девушку, что еще два года назад она блистала на балах и поражала всех своей грациозностью и игривостью.

– Крестная, это было так давно! – Анна зарыдала еще сильнее и запричитала: – Я растолстела после родов, подурнела, занялась ребеночком, а он...

– Ударился в загул, – продолжила тетушка, ничуть не выглядя расстроенной или сильно огорченной. – Ну что с вами, молодыми, сделаешь... Вам хоть кол на голове теши, пока этим колом по голове не прибьет, внимания не обратите.

Софья Николаевна, несмотря на высокое положение, любила простонародную речь и всегда выражалась четко и конкретно, особенно в критических ситуациях.

– Сколько раз я тебе повторяла: «Похудей, обрати внимание на мужа», – выговаривала она Аннушке, – а ты все пеленки да распашонки, вот и донянчилась.

– Софья Николаевна, вы поможете его вернуть? – с надеждой спросила Аннушка.

2006

– Лорик, ты поможешь мне его вернуть? – внезапно прекратив рыдать, Карина с мольбой посмотрела на меня.

– Я? – задумчиво пробормотала я.

– Конечно, ты, – уже более убежденно заговорила Карина. – Должна же тебе передаться сила от твоей прабабушки, Варвары Ренар, тем более ты весь прошлый год носилась по всему миру, изучая древние знания и собирая камни для какого-то обруча, так что пора делиться знаниями с подругами.

Я задумалась. Находка дневника моей прабабушки, княгини Варвары Ренар, путешествие в Индию, Данию, на Кипр и в Непал в поисках драгоценных камней для обруча действительно помогли мне многое понять о законах, управляющих отношениями мужчины и женщины, законах энергии. Но пока я пробовала применять эти законы, чтобы изменить свою жизнь, а не менять жизни других. Моя жизнь действительно сильно изменилась: из жесткой бизнес-леди, пугающей мужчин, я превратилась в соблазнительную и женственную девушку, окруженную поклонниками. И если раньше выбирали меня, то теперь выбирала я. Но я все еще не нашла свою половинку и поэтому не была уверена, что могу помогать другим.

– Ларис, хватит размышлять! – В Карине включилась ее природная страсть командовать. – Мне нужен план действий. Помни: помогая другим, ты помогаешь себе, – словно прочитав мои мысли, провозгласила она. – Хорошо хоть дети на майские уехали к бабушке, не надо будет изображать счастливую мать семейства. Ладно, – горестно вздохнула она, – поехали домой, а ты по дороге поразмышляй, что мне делать и как его вернуть.

– Карина, обещаю что-нибудь придумать, но пока бесполезно что-то делать! – покачала я головой.

– Конечно. Потому что единственное, что мне хочется сделать, – это кастрировать своего муженька. И я уже жалею, что Татьяна остановила меня.

– Не жалей, она права – в таком состоянии можно было только дров наломать, слишком много боли, злости и обиды. Самое мудрое – затаиться и подождать, прийти в себя. Попробуй отстраниться от всего, дать себе время осознать, что произошло. В общем, выйти из ситуации и взять паузу, чтобы раствориться в своей боли и избавиться от нее.

– Слушай, а каких-нибудь более быстрых методов избавления от боли у тебя нет? Может, таблетка какая?

– Нет, таблетку от душевной боли пока не изобрели. У тебя эмоциональный шок, и он продлится три – семь дней. Надо просто это пережить и не делать никаких глупостей. Но есть техника эмоциональной свободы, разработанная Крейгом. Думаю, что сейчас она подойдет лучше всего. По крайней мере, ты сможешь вести машину. Мне о ней рассказал один австралийский доктор Хендрик, – продолжила я. – Мы познакомились с ним на конгрессе на Бали. В один из вечеров мы сидели в ресторане «Ку Де Та» и рассуждали о несчастной любви. Представляешь – берег океана поздним вечером, подсвеченный только светом факелов, деревянные шезлонги вместо стульев, больше напоминающие резные широченные лежа, утопающие в белом песке. И мерцающее пламя свечей в подсвечниках, стоящих на низких деревянных

столиках. – я говорила медленно и успокаивающе, вспомнив, что в ситуации острого шока такая речь помогает человеку прийти в себя. – И мы возлежим на этих шезлонгах, попивая вкуснейший коктейль, слушая звук волн, разбивающихся о камни прямо у самых ног, любуясь океаном, и Хендрик показывает мне эту практику спасения от несчастной любви. Он сказал, что эта техника помогает лучше всяких заговоров.

– Хватит томить. Показывай уже, – взмолилась Карина.

– Сначала ты стучишь по точке под ключицей и три раза повторяешь: «Даже если меня предал муж, я совершенно и полностью принимаю себя».

Пока Карина повторяла, ее глаза опять стали наполняться слезами. Я тоже готова была разрыдаться от жалости вместе с ней, но, всхлипнув, поняла, что лучше все же что-то делать, и продолжила:

– Теперь подушечками указательного и среднего пальцев правой руки ты начинаешь пробивать энергетические каналы на левой стороне. По теории Крейга, негативные эмоции блокируют энергию и человек теряет силы. Простукивая эти каналы в определенной последовательности, ты восстанавливаешь энергию. Ты простукиваешь над бровями, вокруг глаза, под ключицей, под грудью, по боковой поверхности тела, по всем пальцам, начиная с большого, и заканчиваешь на внешнем ребре ладони под мизинцем.

Каринка начала стучать, рассеянно смотря на меня.

– А теперь стучишь по ямке между мизинцем и безымянным пальцем, поднимаешь глаза вверх, опускаешь вниз, вращаешь по кругу влево, потом вправо, поешь песенку.

– Какую еще песенку? – изумилась Карина, смотря на меня как на ненормальную.

– Любую.

– Подскажи что-нибудь.

– Ну, например: «Какой чудесный день, какой чудесный пень. Какой чудесный я и песенка моя!»

– Издеваешься?

– Нет, просто пытаюсь помочь.

– Ну хорошо, – согласилась Карина и промурлыкала песенку.

– Теперь считаешь до пяти и повторяешь песенку, а потом снова простукиваешь все каналы в той же последовательности.

– На первый взгляд полный бред, – прокомментировала Карина, повторяя за мной простукивание.

– Хендрик рассказывал, что его эта техника вернула из состояния овоща после инсульта, а кого-то вернула к жизни с посттравматическим синдромом. Она помогла тем, кто побывал в заложниках, пережил войну и т. д. Так что от несчастной любви спасет точно.

– Знаешь, как ни смешно, но я действительно чувствую себя лучше.

– Я рада, по крайней мере, вести машину ты теперь точно сможешь. – Наконец-то мы вышли из здания аэропорта и направились на стоянку. На улице было совсем темно, и лишь огромный диск Луны с сочувствием наблюдал за нами.

– Смогу, – согласилась Карина, открывая машину. – Даже не верится, что уже ночь. Да еще и полнолуние, – подняв голову, заметила она. – Самое время для таких потрясений. Подумать только, я приехала сюда утром счастливой женщиной, а уезжаю – обманутой женой.

1906

– Подумать только, еще утром я проснулась абсолютно счастливой: любимый муж, маленький сын – и вот теперь все рухнуло в один момент, – прошептала Анна, опять заливаясь слезами.

– Ну хватит распускать нюни, пора действовать! – Тетушка обняла Аннушку и повернулась ко мне. – Варя, иди переоденься с дороги, и будем пить чай. Я попросила приготовить для тебя твою любимую спальню.

Поднявшись в спальню, я с радостью вдохнула такой родной запах жасмина, в лепестках которого тетушка хранила постельное белье, и, быстро переодевшись, спустилась в столовую. Войдя, я застала странную картину. Аннушка все так же рыдала в три ручья, держа в ладонях стакан воды, слезы капали в стакан, она приговаривала:

О стихия воды,
Раствори мою боль,
Забери мои слезы,
Мою душу омой,
Раствори мое горе,
Забери мою боль
И в соленое море
Унеси все с собой.

Держа стакан, как драгоценность, Аннушка вышла во двор и вылила воду в весенний ручей.

– Тетушка, что она делает? – спросила я.

– Я думаю, ты помнишь, что стихия воды символизирует эмоции. И когда нам очень плохо, негативные эмоции выходят со слезами. Поэтому так важно дать волю слезам и не сдерживать себя, иначе эмоции останутся в теле и начнут разрушать тебя изнутри. Когда уходит любимый человек, нужно обязательно прорыдаться и прокричаться. Недаром у древних были плакальщицы, помогающие человеку заплакать, чтобы растопить комок боли и освободиться от нее.

Недельку порыдаешь, и станет легче, – ласково посмотрев на вернувшуюся Аннушку, заметила тетушка. – Но важно не только рыдать, но и рассказывать кому-то о своей боли. Лучше принять боль, раствориться в ней и пройти сквозь нее.

– Мне кажется, что я умираю, что от меня отрезали кусочек меня, что в груди у меня зияющая пустота, – прошептала Аннушка, опять начиная плакать.

2006

– Мне кажется, что я умираю, что от меня отрезали кусочек меня, что в груди у меня зияющая пустота. – ведя машину, Карина то успокаивалась, то начинала всхлипывать с новой силой, и тогда мы останавливались и ждали, пока рыдания прекратятся. И когда наконец доехали до Карининой квартиры на Комсомольском проспекте, я тут же бросилась к чемодану доставать найденные во Франции дневники моей прабабушки – кладезь женских знаний и мудрости. То, что я прочитала, очень напоминало Каринину ситуацию, несмотря на то, что этих двух женщин разделяли столетия. Но мужчины не меняются, и вновь, и вновь мы сталкиваемся с теми же проблемами, которые волновали и наших прабабушек. Прочитав, что в такой ситуации необходимо что-то сделать с болью, я вспомнила про одну из практик Ошо.

– Карина, давай мы сделаем практику Ошо, она называется «Мистическая роза» и помогает освободиться от невыносимой боли. Мне кажется, что сейчас это единственное, что может помочь.

– И что нужно делать?

– Нужно плакать в течение получаса, потом полчаса – смеяться, а потом – полчаса находиться в молчании.

– Я, по-моему, все эти пять часов только и делала, что рыдала.

– Да, ты рыдала, но ты не шла внутрь боли, не проходила до конца и поэтому не чувствовала освобождения.

– А смеяться зачем?

– Смех убирает всю невысказанную злость, всю агрессию. Искренне смеяться может только свободный человек, потому что если он зажат и напряжен – он не смеется, а выдавливает звуки. И смех лучше всего помогает освободиться от напряжения, вызванного утратой. Негативные эмоции блокируют энергию и лишают сил, которые так необходимы именно сейчас, чтобы справиться со всей этой болью, и когда ты заставляешь себя смеяться, то напряжение и оцепенение, сковавшие твою душу и тело, разбиваются смехом и отпускают.

– Соседи подумают, что я сошла с ума, – выслушав меня, произнесла Карина.

– Пусть думают, сейчас это не важно.

– Знаешь, мне так муторно, что я уже на все согласна – рыдать, смеяться, рвать на себе волосы.

– Волосы рвать не надо, а вот музыку лучше включить. Я как раз в знаменитом парижском «Будда-баре» купила диск. Мне кажется, он подойдет.

Мы включили музыку и зажгли свечку, приготовив пачку бумажных платков.

– Закрой глаза, сделай вдох и вспомни, что он предал тебя, как он отворачивался от тебя, когда ты молила о любви, как он оставлял тебя, когда ты больше всего в нем нуждалась, вспомни, как он предавал тебя, как лгал тебе, как вновь уходил, оставляя тебя в одиночестве. Плачь, как ты никогда не плакала, голоси, не скрывая своей боли, выражая ее, помогая себе голосом.

Я плакала вместе с Кариной, вспоминая все предательства мужчин, все свои обиды, все разочарования.

– Плачь, оплакивая свою растоптанную любовь. Плачь, оплакивая те годы, что ты хотела быть любимой, ты просто молила о любви, и что получала взамен... – Я все говорила и говорила, вспоминая слова из прабабушкиного дневника: «Иди в глубь боли, иди в самую сердцевину боли, иди за нее, не бойся, больнее уже не будет. Почувствуй эту боль внутри себя, почувствуй, будто внутри у тебя черная дыра. Сделай вдох и на выдохе почувствуй, как эта черная дыра расширяется, становясь все больше и больше. И вот она становится размером с тебя и больше тебя, размером с комнату, размером с город, размером со Вселенную, поглощая тебя, и ты словно становишься эпицентром этой черной дыры, эпицентром боли, пульсирующей звездой в центре черной дыры, в которую все входит и трансформируется, ты идешь в глубь нее, проходишь сквозь боль, идешь за нее. Дыши животом и открытым ртом и иди внутрь этой боли, вспоминая, как он тебя предал, как он отвернулся от тебя в тот момент, когда ты больше всего нуждалась в его поддержке, как он прятал глаза, возвращаясь домой, как холодно с тобой говорил, как одергивал руку, касаясь тебя. Иди в эту боль, иди сквозь нее, иди за нее».

Карина рыдала так сильно, что у меня сжималась сердце, и я физически чувствовала, как она идет в эпицентр своей боли. И я шла за ней, поддерживая ее и помогая ей. Я смотрела, как секунды превращались в минуты и как минутная стрелка отсчитывала мгновения нашей боли, и вот уже прошло десять минут, и вот уже прошло двадцать минут.

– Плачь, жалея себя, плачь, вспоминая унижение и одиночество, вспоминая его холодный взгляд, его слова, вспоминай свою беспомощность, как ты не могла защитить себя.

Мы рыдали и рыдали, пока не прошло полчаса, каждая плакала о своем – Карина о предательстве Антона, а я о Карине. В какой-то момент я почувствовала, как она превратилась в плотный пульсирующий комочек боли, и вдруг ее отпустило. Это было похоже на глоток воздуха после удушья, на луч света в темноте отчаяния. Словно нарыв, мучавший так долго, наконец-то прорвался и наступило облегчение.

Я открыла глаза и посмотрела на Карину. Она выглядела немного испуганной, но в то же время более спокойной.

– А теперь смеемся. – И я начала заливисто хохотать. Каринка тоже открыла глаза и посмотрела на меня.

– Какие же мы дуры, что так убиваемся по мужикам. Ха-ха, это же они не знают, куда еще им всунуть свою пиписку, ха-ха, а мы вот дуры, рыдаем.

Смеяться было намного труднее, но мы честно старались.

– Каринка, смеемся, – подбадривала я. – Через смех выходит вся агрессия, все самое пакостное. Еще двадцать минут смеяться. Вспоминай его бегающие глазки, его нелепые оправдания. Смеемся. – Мы катались по полу, смеясь так, как смеялись в глубоком детстве. Животы уже болели, но мы показывали друг другу палец и заливались опять.

– Еще десять минут, и все! – посмотрев на часы, объявила я.

– О нет, – взмолилась Карина, – я больше не могу.

– А кто говорил, что будет легко?

– Нас отправят в сумасшедший дом!

– Отправят, если не сделать это, а так – смеемся!

Минутная стрелка двигалась, словно приклеенная. Казалось, что полчаса тянутся вечность. Мы откашливались и начинали смеяться снова. Наконец-то полчаса прошли.

– А теперь молчим полчаса. – И мы с чувством выполненного долга легли на ковер.

Я смотрела на огромный диск Луны, заглядывающий в окна. Каринка, видимо, тоже смотрела на него, потому что через минуту я услышала, как она пробормотала:

– Осталось еще только повить на Луну, и все – палата в сумасшедшем доме нам точно обеспечена.

1906

– Как хочется завить от боли, – простонала Аннушка. – Мне кажется, она меня раздрает на куски. Господи, как тошно!

– Что же, – посмотрев в окно, тетушка повернулась к нам, – сегодня мы можем это сделать. В древности женщины выывали свою боль и тоску на Луну. Сегодня как раз полнолуние, и мы можем сделать древнюю женскую практику Хортицы. Хортицей славяне называли волчицу. Волчица – священное животное Луны, а женщина связана с Луной, и именно в полнолуние женщина наполняется наибольшей силой. Через выывание мы освобождаемся и очищаемся от всех обид, горя, боли.

– Мы пойдем на улицу и будем выть? – поинтересовалась я, представив изумление соседей.

– Нет, прохожих и соседей мы пугать не будем, – успокоила тетушка. – Архип, наш кучер, отвезет нас на Петровский остров к заброшенному пруду и разожжет там костер. Сейчас уже поздно, и там мы никого не встретим. Но сначала я покажу вам несколько движений, помогающих войти в состояние волчицы.

Состояние волчицы

Встаете на четвереньки и представляете себя волчицей. Делаете вдох ртом и на выдохе выпускаете когти. Потом растягиваете тело. Выдвигаете таз назад, а руки отводите вперед. Возвращаетесь опять в исходное положение и замираете, словно в ожидании добычи. Взгляд устремлен вперед, и, представив, что вы видите добычу, стремительно бросаетесь вперед с волчьим рыком и опять уходите назад, в позу ожидания.

И тетушка показала нам движения, проворно опустившись на ковер. Мы повторили всю последовательность три раза, чувствуя, что словно перерождаемся в поджарых волчиц.

– Теперь вы готовы, – одобрительно кивнула тетушка, наблюдая за нами.

– Софья Николаевна, – боязливо спросила Аннушка, – а настоящие волки не прибегут?

– Волки не прибегут, а от других непрошенных гостей нас защитит круг. Пора ехать. – И тетушка, прихватив овечий тулуп, пошла к коляске.

Умирая от страха и от любопытства, мы последовали за ней. В темных платках и наброшенных полушубках мы мало походили на светских барышень. Ехали в полном молчании, пока наконец-то не добрались до парка. В заброшенном пруду отражался полный диск Луны, наблюдающей за нашими приготовлениями. Пока Архип разжигал костер, тетушка очертила палкой большой круг вокруг костра и прошла вдоль этого круга, читая «Отче наш». Отпустив Архипа и велев ему вернуться через полтора часа, тетушка объяснила, что будет происходить.

Вывывание боли

– Пока я буду делать практику, вы будете охранять пространство, представляя себя волчицами. Запястье правой ладони касается области третьего глаза, посередине лба, и ладонь смотрит вниз, а запястье левой руки касается копчика, символизируя хвост, и рука развернута ладонью вверх. Тело наклонено немного вперед, и вы ходите по кругу все время, пока я делаю практику. Потом мы меняемся местами. Ничего не бойтесь. – С этими словами тетушка бросила на землю овечий тулуп посередине круга. Она повторила еще раз движения волчицы. Затем встала на колени и, поставив руки на подушечки пальцев между колен, подняла лицо к Луне и завывала, повторяя звук «Ау-у!».

Мы с Аннушкой ходили по кругу, всем своим существом сливаясь с этими звуками. Закончив, тетушка подошла ко мне.

Я встала на тулуп и, отбросив всю ложную стыдливость, повторила весь комплекс вхождения в волчицу. Первый звук было трудно произнести, но затем процесс захватил меня. Я выла и чувствовала, как звук поднимается с самой глубины, из самого низа, вытягивая весь негатив и освобождая все тело. Я полностью отдалась этому звуку, казалось, что я могу быть бесконечно. Не знаю, сколько это продолжалось, но в какой-то момент я почувствовала освобождение и опустошение, как будто с этим воем ушли все, даже еще не осознаваемые проблемы.

Я вернулась в круг, продолжая идти за тетушкой по кругу, а Аннушка встала на мое место. Мне казалось, что прошла вечность, пока Аннушка закончила. «Сколько же в ней скопилось боли», – думала я, слушая ее леденящий душу вой. Вся невыплаканная боль была в этом звуке, все женское горе, вся вековая тоска.

Когда Аннушка закончила, мы с тетушкой остановились и подошли к ней.

– Теперь я понимаю древних женщин, я правда почувствовала, что все из меня просто вытянуло звуком. – Аннушка спешила поделиться пережитым. – Мне показалось, что внутри меня полая труба и выходит все из самого низа. Даже плакать больше не хочется. Будто бы с этим воем вышли все слезы, ушла вся боль. А теперь эта боль не вернется? – с надеждой обратилась Аннушка к тетушке.

– Если бы все было так просто, девочка, – покачала головой тетушка. – Я знаю, как это мучительно, когда ты узнаешь об измене. Первое время ты будешь умирать от боли и предательства, тебе надо просто рыдать и выговариваться. Обычно это длится от трех дней до семи. Максимум две недели. Как в народе говорят, «тяжело после измены только две неделюшки». В это время все в тебе протестует и ты надеешься, что, может, это неправда, может, это случилось не с тобой и все происходящее лишь ночной кошмар, который скоро кончится. Затем наступает осознание, что это реальность, и приходит отчаяние. Но отчаяние сменяется гневом. Ты начнешь злиться, рвать и метать. Тебе захочется все и всех уничтожить. И ни в коем случае нельзя убегать от этого гнева и злости. Ты можешь бить посуду, колотить подушки, но только не давить этот гнев, не убегать от него. И иногда это тоже может длиться неделю. И когда ты почувствуешь, что злость ушла, тогда у тебя будут силы на прощение и благодарность за то, что было хорошего. И важно искренне простить, все отпустить, чтобы почувствовать пустоту, из которой может родиться что-то новое, которую возможно наполнить вновь любовью и радостью.

– И это всегда так? – спросила я.

– Когда так, то происходит исцеление, но иногда мы можем уйти в оцепенение, когда ты просто существуешь, но ничего не чувствуешь, застывая в своем горе, и такое состояние может длиться достаточно долго – от двух месяцев до двух лет, если ничего не предпринимать.

– Два года таких терзаний, – не поверила я. – А я думала, что то, что я страдала год, какая-то аномалия.

– К сожалению, нет. Если любовь была очень сильной, то и боль очень сильна. Но в этом жизнь.

2006

– Если любовь была очень сильной, то и боль сильна, и она так быстро не проходит, – пыталась я утешить Карину, сидящую на кухне и смотрящую в одну точку.

Был почти полдень, когда мы наконец-то проснулись. После практики Ошо мы все-таки повыли на Луну, как было описано в прабабушкином дневнике. И хотя находились в городской квартире и не жгли костров, но постарались повторить древний ритуал. Полный диск Луны заглядывал в окно спальни и так же был готов помочь и забрать все, что мучило и убивало нас, как и сто лет назад.

– Почувствовала себя вчера волчицей? – спросила я.

– Почти, больше, конечно, почувствовала себя полной идиоткой, – ответила Карина. – Не дай бог увидели бы знакомые, чем занимается жена миллионера в начале XXI века.

– Делает то, что поможет ей остаться женой миллионера, – философски заметила я.

– Господи, и чего ему не хватало? Все-таки я не понимаю мужчин! Я же идеальная жена: каждый четверг – пироги, каждое утро – кофе и теплые булочки, красива, ухожена, умна. Понимаю, была бы толстая и страшная, холодная и противная, а так... Все Антоша да Антоша, родила ему троих детей, всю жизнь для него и детей, и как он мог?!

– Карина, если ты решила высказать претензии Антону, давай сделаем это правильно, – предложила я.

– Давай, я сейчас на все согласна.

– Тогда бери три подушки и раскладывай их в любом месте.

– И что?

– Встаешь перед первой подушкой, представляешь Антона и высказываешь все, что у тебя сейчас на душе, все свои претензии, всю свою боль, все свои сожаления – в общем, все, что идет, не стесняясь в чувствах и выражениях. Думаю, пяти минут тебе хватит.

Каринка встала и онемела.

– Карина, начинай говорить: «Антон, я ненавижу тебя за...»

И Карина начала говорить, повторяя, выплескивая все то, что мучило ее, раздирало, заставляло страдать. Слезы градом лились по ее щекам, она всхлипывала и повторяла опять: «Антон, я ненавижу тебя за то, что ты столько лет морочил мне голову, я презираю тебя за то, что ты променял меня на молодую, за то, что ты...» Наконец-то пять минут, показавшиеся вечностью, истекли.

– Карина, скажи: «Я перестая думать о тебе, я – свободна». И переходи к другой подушке, начинай бить ее, пинать, выражая свою злость, если тебе хочется, можешь что-нибудь кричать, а можешь молча выражать свою ярость и гнев. Я засеку пять минут.

Колошматить подушку у Карины получалось лучше. Через пять минут подруга походила на разъяренную фурию с горящими праведным гневом глазами и пылающими щеками.

– Если бы твой муженек увидел тебя сейчас, он бы поостерегся заводить с кем-то интрижку, – любуясь ею, отметила я. – Скажи: «Я перестая чувствовать тебя, я – свободна».

– И что там дальше – полет на метле?

– Нет, выражение благодарности. Теперь вставай напротив третьей подушки и постарайся вспомнить все хорошее, что было у вас, и поблагодарить Антона за это. Скажи: «Антон, я

благодарю тебя за то, что ты подарил мне детей, и за все хорошее, что у нас было, и я прощаю тебя за то, что ты изменил мне». И говори все, что приходит. И когда все слова уйдут, скажи: «Я – свободна».

- Как ты себя чувствуешь? – поинтересовалась я, когда Карина закончила весь процесс.
- Еще не поняла. Опустошенной, но в то же время действительно свободной.

1906

– Как же хочется почувствовать себя вновь свободной! Уже прошел почти год с момента нашего расставания, а я никак не могу забыть его и успокоиться. Каждый раз воспоминания причиняют почти физическую боль и слезы начинают литься сами собой. Мне кажется, что такой любви я уже не встречу, и именно он и был той второй половинкой, о которой я мечтала, – жаловалась я тетушке.

Спустившись к завтраку, я застала тетушку одну и наконец-то смогла рассказать, как я безуспешно пыталась избавиться от тоски по Камиллю и моей любви.

– И ты делала все практики, которым я тебя учила? – недоумевая, спросила Софья Николаевна.

- Делала, но ничего не помогало. Иногда казалась, что жить уже больше не для чего.

И тут вошла Аннушка и, словно эхо, повторила мою фразу. Она уже почти пришла в себя и не выглядела столь раздавленной и жалкой, как вчера вечером, но все равно была очень бледной.

– Да, девочки мои, что с вами делает любовь, точнее, что вы позволяете делать с собой любви, – наливая мне кофе, заметила тетушка. – Нельзя все время думать о мужчине, когда вы думаете о нем, вы посылаете ему энергию и лишаете этой энергии себя.

- Но как перестать думать о том, кого любишь? – не выдержала я.

– Просто нужно его эмоционально отпустить. – тетушка обвела нас взглядом и тихим голосом стала говорить.

Техника эмоционального отпускания

Вы закрываете глаза, делаете вдох и на выдохе представляете его стоящим перед вами. Вы говорите ему, почему вы так привязаны к нему и так любите его, какие его качества вас восхищают. Вы посылаете ему из сердца изумрудный поток своей любви и вспоминаете три самых восхитительных момента, которые у вас были. Вы говорите, как благодарны ему за то, что он был в вашей жизни, за те чувства, которые он вам дарил, за те слова, которые он говорил, вы вспоминаете самое лучшее, что связывало вас, и благодарите его за это, желая ему счастья и свободы. Вы говорите ему, как вам тяжело отказаться от своей любви к нему, но вам необходимо отпустить его из своего сердца. Вы делаете вдох и представляете, как с каждым выдохом он делает шаг влево, в ваше прошлое. Вы говорите: «У тебя – своя дорога, у меня – своя дорога». Вы даете ему свободу, зная, что если это ваш мужчина, то он обязательно вернется. Вы повторяете второй раз: «У тебя – своя дорога, у меня – своя дорога». Вы делаете вдох и выдох, позволяя ему уйти из вашей жизни, из вашего сердца. Вы просто наблюдаете, как он становится частью вашего прошлого, уходя все дальше влево и назад. И повторяете третий раз: «У тебя – своя дорога, у меня – своя дорога» – и читаете молитву на отпускание:

Я отпускаю тебя, пусть Высшие Силы решат нашу судьбу.

Я отпускаю тебя со всей твоей любовью, которую ты мне дарил.

Я отпускаю тебя со всем хорошим, что было у нас:

С радостными минутками счастья, с пониманием и моментами любви.

Я отпускаю тебя с твоей любовью.

Я отпускаю тебя со всеми твоими недостатками и слабостями, которые так выводили меня из себя.

Я отпускаю тебя с нашими ссорами и непониманием, недовольством друг другом.

Я отпускаю тебя с твоими обидами и обидными для меня твоими словами и действиями.
Я уверенно и спокойно отпускаю тебя, который меня столько мучил, и тебя, который меня любил.

Я отпускаю тебя с любовью.

Отпускаю, отпускаю, отпускаю.

Иди с Богом. И пусть Высшие Силы решат твою судьбу.

Я отпускаю себя, отпускаю со всеми моими ожиданиями и надеждами на то,

Что в наших отношениях все изменится к лучшему.

Я отпускаю себя со всеми моими переживаниями, страданиями и обидами, со всей болью, которую нанес ты мне, и той болью, которую я сама придумала.

Теперь я свободна от всего этого, я отпускаю тебя и не буду тебя больше удерживать, как это было раньше.

Я отпускаю тебя и не буду больше надеяться, что все изменится.

Я смело и спокойно отпускаю тебя.

Я свободно и легко отпускаю себя.

Я не буду больше ждать тебя и ждать будущего.

Я оставляю все это в прошлом.

Все, что было, и все, что могло быть.

Я оставляю нас в прошлом.

Я свободна от прошлого.

Сегодня я забуду о тебе и о себе.

Ведь сегодня, сейчас, я чувствую настоящую, легкую, радостную свободу от прошлого и будущего.

Сегодня, сейчас, я начинаю новую жизнь.

Я буду просто действовать, чтобы мир и жизнь стали лучше.

А Высшие Силы пусть решают мою судьбу.

Сегодня, сейчас, я начинаю новую жизнь с чистого листа.

Ведь наконец-то я свободна быть самой собой.

Я буду просто дарить любовь и радость тем, кто меня окружает.

Буду помогать тем, кому можно помочь.

Я буду просто действовать свободно, радостно, легко.

И Любовь найдет меня.

Пусть Высшие Силы решат мою судьбу.

Да будет так! Аминь!

И когда он исчезнет, вы открываете глаза, делаете вдох и возвращаетесь в реальность.

Тетушкин голос смолк.

Я открыла глаза, полные слез, и посмотрела на Аннушку, она тоже рыдала.

– Девочки мои, не сдерживайте себя, плачьте и делайте эту практику столько дней, сколько вам необходимо, чтобы почувствовать себя полностью свободной. Чтобы найти себя, надо отпустить его. И не бойтесь отпустить мужчину: «Если это твой мужчина, то он вернется, а если не вернется, никогда твоим и не был».

– А если не вернется? – испуганно спросила Аннушка. – Что я тогда буду делать?

2006

– А если Антон не вернется? Что я тогда буду делать? – Каринка выжидательно смотрела на меня, ковыряя кусок привезенного мной из Франции сыра и морщась от его запаха. – Я же полностью завишу от мужа – и морально, и финансово. Я же ни дня не работала. Да и кому я нужна с тремя детьми, старая кошелка?

– Ты сошла с ума, какая старость, тебе еще нет и девяноста, – успокоила я ее.

- Да уж, зато скоро сорок.
- Ну и что? В сорок все только начинается. Ты прекрасно выглядишь и прекрасно себя чувствуешь.
- Все равно, когда тебя меняют на молодую, чувствуешь себя ужасно. И что они только находят в этих малолетних дурочках?
- Давай разберемся, что ждет мужчина от женщины? – вместо ответа предложила я и нарисовала на листке бумаги круг.
- Детей, тепла, уюта, вкусной еды, понимания и поддержки!
- Да, ты права. – Я написала слева от круга все эти слова черной ручкой. – Прабабушка называла это состояние **Хозяйка**. И что мы получаем от мужчины взамен?
- Благодарность и уважение? – предположила Карина.
- Ты права. Меня всегда поражала фраза некоторых мужчин: «Я уже десять лет со своей женой не сплю, но очень ее уважаю».
- По-моему, это про меня, – вздохнула моя подруга.
- Да, но ты слишком растворилась в состоянии Хозяйки, – сделала я неутешительный вывод. – Причем даже не Хозяйки, а мамы, став мамой не только для своих детей, но и для мужа. В этом состоянии много контроля и много ответственности.
- А какие еще бывают состояния? – заинтересовалась подруга.
- А что еще ждет мужчина от женщины? – вопросом на вопрос ответила я.
- Ну, секса, конечно, – минуту подумав, добавила Карина.
- Хорошо. – Я написала красной ручкой «секс» справа от круга. – Когда ты занимаешься сексом с мужчиной, что ты получаешь взамен?
- Удовольствие, – мечтательно протянула Карина. – и подарки? – Каринка выжидательно смотрела на меня, ожидая ответа.
- Удовольствие – согласна, а вот насчет подарков – величайшее заблуждение. За секс платят только проституткам. Разве ты не слышала историй, что женщина может встречаться с мужчиной годами, он приезжает, занимается с ней сексом, забирая энергию, и радостно исчезает, не спросив даже, есть ли у нее деньги на обед.
- Да, ты права, – признала Карина. – Хорошо еще, если оргазм получает.
- С оргазмом я не спорю. Оргазм – это еще и творческая энергия. Когда ты чувствительна и креативна, когда ты готова к любым авантюрам и готова со страстью отдаться любому делу, тогда ты находишься в состоянии **Любовница**. Что еще?
- Замучила, – простонала Карина. – С утра нельзя задавать такие вопросы девушке в расстроенных чувствах.
- Но подумай!
- Интересного общения, ума, немного стержневости! – сомневаясь, выдавила подруга.
- И я написала эти слова синей ручкой сверху круга.
- Ты права, и, когда ты умна, независима, интересна, представляешь для мужчины вызов, когда ты знаешь, что тебе надо, и умеешь это получать, тогда ты в состоянии **Королева**. А что ты получаешь от мужчины, когда ты в этом состоянии?
- Восхищение, уважение, поклонение, и... – Карина опять задумалась. – пожалуй, все. Может, еще подарки?
- Какие подарки дарят королевам? – поинтересовалась я.
- Ну, формальные, такие «знаки внимания». – Карина посмотрела на меня с изумлением. – Странно, я как-то по-другому это представляла. А кому дарят подарки?
- Что еще ждет мужчина от женщины? – опять ушла я от ответа.
- Тут Карина задумалась надолго:
- Восхищения, любви, радости?

– Да, и это самое главное. – И я написала в низу круга зеленой ручкой эти слова. – Когда мы дарим мужчине нежность и легкость, смотрим на него, как на бога, восхищаемся им и при этом свято верим в него, его непогрешимость и силу, тогда в каком мы состоянии?

– Девочка, – улыбнулась Карина.

– И что же получает **Девочка**?

– Девочка получает все. – Карина смотрела на меня так, как будто бы только что открыла новый закон мироздания. – Господи, Лариса, все так просто. Теперь я поняла, почему мужчины уходят к молодым. Те смотрят им в рот, ловят каждое слово, только и делают, что ими восхищаются, и при этом не сомневаются, что мужчина – бог. А мужчины о них заботятся и осыпают подарками.

– Да. Девочка получает защиту, заботу и все подарки: шубы, машины, квартиры и бриллианты, – подвела я итог. – И самое главное – она получает Любовь! Помнишь, я рассказывала тебе про Круг женской силы. – И я сняла с шеи медальон, в который ювелиры переделали обруч женской силы, чтобы я могла его носить. – Четыре драгоценных камня символизируют четыре женских состояния и четыре стихии: рубин – стихию Огня и состояние Любовница, алмаз – стихию Земли и состояние Хозяйка, изумруд – стихию Воды и состояние Девочка, сапфир – стихию Воздуха и состояние Королева, – показывала я.

– А черная жемчужина – посередине?

– Когда в женщине проявлены все состояния, тогда она обретает целостность, гармонию и женскую власть. Китайцы верили, что черная жемчужина – это застывшая энергия инь. Но мир так устроен, что женщина обретает целостность только через опыт отношений, и поэтому, как только ты теряешь какое-нибудь состояние, тут же начинают происходить события, которые заставляют тебя вспомнить о своей целостности и вернуться к ней. Женский путь развития – это развитие себя. Это мужчине нужно изменить мир, а женщине важнее измениться самой. Сейчас важнее не вернуть мужа, а не потерять себя и набраться сил.

1906

– Сейчас важнее не вернуть мужа, а не потерять себя и набраться сил, – отрезала тетушка на Аннушкин вопрос. – Я надеюсь, что достаточно будет недели, чтобы избавиться от острой тоски и отчаяния, потому что мы будем с тобой и поможем. И недели две необходимы для восстановления и набора энергии. Но чтобы было еще легче – лучше на это время уехать.

– Я не могу уехать, а как же Ванечка? – запротестовала Аннушка.

– Ванечку заберу я, а Варя поедет с тобой и поможет тебе. Она многое умеет и, помогая тебе, сможет излечиться и сама.

– А уезжать обязательно? А нельзя остаться дома и порыдать в свое удовольствие? – не сдавалась Аннушка.

– Нет, моя девочка, дома тебе каждая вещь будет напоминать о нем, каждая улица, каждый дом. Ехать надо в незнакомое место, где ты ничего не знаешь и где у тебя нет никаких воспоминаний. Туда, где ты можешь посвятить время только себе. – Тетушка задумалась на секунду. – Вы можете поехать в Берёзовое. Конечно, мое имение на берегу Финского залива не отличается особым шиком, но для ваших целей оно вполне подойдет.

– А что скажет Николай, а вдруг он уйдет за это время к ней? – беспомощно спрашивала Аннушка.

– О муже сейчас забудь. Первые три месяца он невменяем, он весь в новой влюбленности, так что твое присутствие ничего не изменит. Тебе надо спасать себя, а не думать о нем, за месяц ничего не случится. Лучше на какое-то время исчезнуть из его жизни, дать ему возможность побыть самим собой, сделать свой выбор. Если он решил уйти, то это произойдет вне зависимости от того, будешь ты дома или нет, но чтобы этого не случилось, надо действовать максимально правильно.

– И что я должна делать? – спросила Аннушка.

– Восстановить себя и набраться сил, – повторила тетушка. – Обычно мужчина уходит к другой, когда женщина уязвима и опустошена и занимается не им. Варенька знает, – повернулась тетушка ко мне, и я кивнула, – что мужчина зависим от женской энергии, нуждается в ней для реализации своего потенциала и достижения своих целей. И любой из них инстинктивно ищет женщину с максимальным количеством энергии. Но когда женщина беременна и дает жизнь маленькому человечку, вся ее энергия и ее внимание направлены на ребенка, она теряет энергию, и тогда мужчина, чувствуя это, начинает искать другую. На стороне они ищут в основном страстную любовницу и восхищенную девочку.

– Но это несправедливо! – возмутилась я. – Неужели мужчины настолько ничтожны, что готовы предать женщину именно тогда, когда она наиболее беспомощна и уязвима?

– Конечно, не все, – вздохнула тетушка, – но многие из них. Не у всех мужчин хватает внутреннего благородства и сил, чтобы не поддаться инстинкту поиска энергии, потерпеть и понять, что это временно. Раньше молодой маме давали специальные упражнения для сохранения энергии, а теперь они забыты, и вы оказываетесь один на один со всем, что происходит. Поэтому так важно восстановить свою энергию, это важно и для женщины, и для ребенка. – И уже другим тоном тетушка продолжала, повернувшись к Аннушке. – Где-то месяц тебе будет нужен, чтобы собрать информацию о том, что есть в ней и что потеряла или не имела ты, и решить, нужен ли он тебе. В это время тыходишь в состояние Хозяйки, когда ты максимально терпеливая, принимающая и понимающая. Даже если мужчина тебе начинает рассказывать о своей влюбленности, постарайся слышать информацию, а не свои эмоции.

– Я не смогу, – отрицательно покачала головой Аннушка.

– Это похоже на садизм какой-то! – опять возмутилась я.

– Острая влюбленность у мужчины словно болезнь, она длится максимум месяца три, и в это время к нему и надо относиться как к больному – сочувственно и заботливо.

– И как долго нужно оставаться в таком состоянии? – поинтересовалась я.

– Месяца два-три, пока у него не пройдет временное помутнение сознания. Поэтому так важно набрать энергию, тогда легче будет справиться со своими эмоциями.

– А нельзя выгнать его сразу? – предложила Аннушка.

– Нет, пока нельзя. Если ты не пройдешь этот урок, мир предложит тебе его снова, но в более жесткой форме. Ты можешь от него уйти гордой Королевой только на последней стадии, не раньше.

– Мне некуда идти, – загрустила Аннушка.

– Сейчас от тебя это и не требуется. Наоборот, тебе нужно время, чтобы обрести независимость от мужчины, и эмоциональную, и финансовую.

– И когда пройдут эти три кошмарных месяца его влюбленности, что потом?

– Потом тыходишь в состояние Девочки, нежной и беспомощной, страдающей и любящей, и одновременно радостной и легкой, показывая мужчине его необходимость и важность для тебя и ребенка, максимально привлекая его к участию в домашних делах. Именно это состояние быстрее всего теряется при замужестве, и именно это состояние мужчина ищет в другой. Он ищет восхищения, поклонения, внимания и чувства собственной значимости. Остаются с той, кто слабее. И в это время ты совершенствуешь свое любовное мастерство.

При этих словах тетушки у Аннушки широко раскрылись глаза от ужаса.

Увидев ее реакцию, тетушка покачала головой:

– Ты как будто первый день замужем? И как я упустила этот момент? Придется теперь наверстывать интенсивным обучением.

– И сколько длится состояние Девочки? – Мой логический ум требовал конкретного плана действий.

– Как правило, тоже месяца три. У обычного мужчины влюбленность начинает стихать месяцев через девять.

– А если она не стихает, а усиливается?

– Если ты все делаешь правильно и если это действительно твой мужчина, то усиливаться будет любовь к тебе. И апофеозом этой любви будет месяц страсти, повторение медового месяца. Ты превратишься в чувственную и изобретательную Любовницу, умеющую получать и дарить наслаждение. Причем лучше куда-нибудь вдвоем уехать на неделю. И в эту неделю поразить мужа новыми ощущениями, сделать то, о чем раньше тебе было даже стыдно подумать.

Аннушка залилась краской.

– Милая, у тебя будет достаточно времени, чтобы потренироваться, – улыбнулась тетушка. – Когда страсть перемешана с адреналином, эти ощущения вытесняют другую женщину из мыслей мужчины. Но ближе к событиям мы обсудим это подробно. И только когда ты пройдешь все эти состояния, ты сможешь почувствовать свою власть, стать Королевой и принять окончательное решение – остаться тебе с этим мужчиной или уйти. Так что ближайший год будет наполнен множеством занятий.

– Я не выдержу так долго. – Аннушка беспомощно переводила взгляд с тетушки на меня и обратно. – Может, лучше сходить к какой-нибудь бабке и попросить эликсир любви?

2006

– Слушай, а эликсира любви у тебя нет? – жалобно глядя на меня, спросила Карина.

– Нет, – покачала я головой, – я же психолог, а не колдунья.

– А жаль, напоила бы мужа, и все, никаких проблем – он в тебя опять влюбился.

– Подожди, – начала я рассуждать, – что делает эликсир любви? Помогает другому увидеть тебя по-новому. Мне кажется, что у меня родился гениальный рецепт. Тебе ведь тоже надо измениться так, чтобы Антон взглянул на тебя по-новому, открыл в тебе то, что никогда не замечал. Итак, первый этап – собрать себя по кусочкам, вернуть себе спокойствие, набраться сил и при этом освободиться от всего лишнего и ненужного, от обиды, боли и ощущения предательства. Измениться самой и изменить пространство вокруг себя.

– И какое состояние мне нужно в себе усилить по твоей теории? – Карина стала внимательно меня слушать.

– Как я и говорила, состояние Хозяйки, только оно дает силы и уверенность, помогает удержать то, что начинает вдруг рушиться, обрести землю под ногами.

– И при чем тут эликсир любви? – подруга отчаянно пыталась понять, к чему я веду.

– В эликсир любви добавляют разные ингредиенты, дающие какие-нибудь качества, делающие человека какой-то силой, и мы выберем нечто, что будет для тебя символизировать то или иное состояние. Это как метафора, как символ, помогающий тебе обрести это состояние. Например... – Я задумалась, что могло бы символизировать состояние Хозяйки. И тут меня осенило!

– Корень имбиря будет символизировать состояние Хозяйки. Имбирь делает то же, что и Хозяйка, – согревает, освобождает от всего лишнего, от паразитов, – пыталась я выложить все, что знала о корне имбиря.

– И паразиток, – добавила Карина, включившись в игру.

– Ну да, – согласилась я, засмеявшись, – и при этом дает силы – то, что и требуется на первом этапе.

– А как я пойму, что этот этап прошел? – Ей явно нравилась игра.

– Антон начнет раньше возвращаться домой, опять ужинать и говорить, как дома хорошо и уютно. Уйдет отчужденность и прекратятся скандалы, если они были.

– Были, – горестно вздохнула Карина.

– И может, корень имбиря будет тебе каким-то образом помогать или напоминать, или еще что-нибудь произойдет.

– Уже интересно, – воодушевилась Карина. – А следующий компонент какой?

– Кувшинка! – на ходу придумывала я. – Она будет символизировать состояние Девочки – нежной и ранимой и в то же время чистой и светлой.

– И что я должна делать на этом этапе?

– Научиться включать в муже желание вновь заботиться о тебе, оберегать и спасать тебя.

– И как я пойму, что мне это удалось?

– Он начнет тебя опять баловать, помогать тебе в решении твоих проблем, дарить дорогие подарки.

– Мне это нравится, куплю себе картинку с изображением кувшинки и буду на нее смотреть, чтобы включать это состояние.

– Боюсь, придется еще много чего поделать, чтобы вернуть себе состояние Девочки, но картинка – тоже хорошая идея.

– А дальше что? – ерзая на стуле от нетерпения, Каринка смотрела на меня выжидающе. Было видно, что она уже представляет себя ведьмой, готовящей эликсир любви, шепча заклинания и бросая цветы и корни в волшебный котел. «А почему бы и нет?» – поймала я себя на мысли. Везде же написано, что слово «ведьма» от слова «ведать», то есть знать, что делать и как. Я и сама включилась и игру, вспоминая, что женщины мыслят образами.

– А дальше состояние обжигающей страстью Любовницы, – продолжала я. – На этом этапе тебе надо возродить страсть в нем и в себе, сделать так, чтобы желание тебя захватило его опять!

– Думаешь, это возможно? – хмыкнула Карина.

– Конечно, для этого существует масса всяких техник, медитаций и маленьких секретов.

– Ты про афродизиаки? Тогда для этого подойдет перец чили. Я как-то читала, что знаменитые испанские мушки, усиливающие сексуальное желание, были просто особым видом перца, – выдала Карина на одном дыхании.

– Я вообще-то говорила про другие секреты, но перец чили... – протянула я, словно пробуя это слово на вкус и чувствуя во рту разгорающийся пожар. – Вау, сразу на ум приходят знаменитые перчинки «Spice Girls». Недаром они считались самыми горячими девушками планеты.

– И что в поведении Антона скажет, что и это состояние во мне уже есть?

– Он начнет предлагать тебе секс в самых неожиданных местах и потащит тебя в романтическое путешествие.

– Мне это нравится! Может, на этом и завершим?

– Нет, без последнего компонента – состояния Королевы – ты рискуешь опять как-нибудь оказаться в подобной ситуации. Последнее слово должно остаться за тобой, и состояние Королевы поможет тебе трезво оценить то, что происходит, и установить свои правила. А мужчине позволит вновь тебя завоевать!

– И что ты предлагаешь?

– Не знаю, что может быть связано со стихией Воздуха? Что-то холодное, прозрачное и в то же время твердое?

– Кубик льда! – одновременно воскликнули мы.

– И правда, какой же эликсир любви безо льда? – согласилась Карина. – И что будет делать мой муж?

– То, что никогда не делал и, хуже того, считал, что делать подобное очень глупо, во-первых, а во-вторых, начнет отмечать твою уникальность и вновь восхищаться тобой, а в-третьих, примет все твои условия.

– Может, я ненормальная, но такой рецепт эликсира любви мне даже больше нравится, по крайней мере, я буду понимать, что происходит и как я могу на это повлиять.

– Тогда дело осталось за малым – начать действовать! – предложила я бодрым голосом.

– И что ты предлагаешь делать? – Каринка удивленно на меня посмотрела.

– Генеральную уборку!

– Что? Я что-то не расслышала.

– Ты все правильно услышала. Сейчас этап Хозяйки, когда надо освободиться от всего лишнего в твоей жизни, от того, что мешает, мучает, лишает сил. Мне рассказывала одна знакомая, что, когда от нее ушел муж, она была в таком шоке, что помчалась в Москву к специалисту по фэншуй. И единственное, что он посоветовал ей, – сделать генеральную уборку в доме и переставить двадцать семь предметов с места на место с мыслью, что она это делает для того, чтобы в дом вернулись любовь и нежность. Как только она это сделала, муж сразу попросился обратно. Что не удивительно, ты меняешь пространство, меняешься сама во время этого процесса, это помогает тебе справиться со своим состоянием, заземлиться и обрести силу. Иногда нужно начать делать что-то очень простое, чтобы выйти из шока. Так что приступай! Будет чем тебе заняться до отъезда во Францию.

1906

– И до твоего отъезда в Берёзовое тебе нужно очистить свое пространство. Хорошо, что Николая сейчас нет дома, – напутствовала тетушка Анну.

Уже был почти полдень, и Аннушке пора было возвращаться домой.

– У тебя есть неделя, чтобы очистить пространство и себя. – Тетушка взяла лист бумаги и стала писать.

Очищение пространства

В течение шести дней ты сама делаешь генеральную уборку в своем доме.

После этого берешь свечу, можно церковную, чашу с водой, лучше даже с освященной, чашу с сухим шалфеем, чашу с солью. Ставишь их в круг: свеча на востоке, чаша с водой на юге, чаша с солью на западе и чаша с шалфеем на севере – и обращаешься к стихиям. «Я прошу все четыре стихии помочь мне очистить свое пространство, мой любимый дом, чтобы вернулись любовь и радость».

Ты берешь свечу и обращаешься к стихии Огня: «О стихия Огня, я прошу тебя помочь мне очистить мой дом от негатива, чтобы вернулась страсть» – и обходишь дом по часовой стрелке с зажженной свечой. Завершив, благодаришь стихию Огня и возвращаешь свечу в круг.

Затем ты берешь чашу с солью и обращаешься к стихии Земли: «О стихия Земли, я прошу тебя помочь мне очистить мой дом от негатива, чтобы вернулось тепло» – и обходишь свой дом по часовой стрелке. Ты можешь прокалить соль на сковороде и затем закопать ее в земле, если хочешь. Но обязательно поблагодари стихию Земли за помощь и силу.

Затем ты берешь чашу с водой и просишь стихию Воды помочь тебе: «О стихия Воды, я прошу тебя помочь мне очистить мой дом от негатива, чтобы вернулось доверие» – и также обходишь свой дом, брызгая водой на стены. И возвращая чашу с водой в круг, благодаришь стихию Воды за помощь и силу.

И наконец, ты берешь чашу с шалфеем. Поджигаешь шалфей так, чтобы пошел дым, и обращаешься к стихии Воздуха. «О стихия Воздуха, я прошу тебя помочь мне очистить мой дом от лжи, чтобы вернулась честность» – и обходишь весь дом по часовой стрелке. Возвращая чашу в круг, ты благодаришь стихию Воздуха за помощь и силу.

– Я обязательно это сделаю! – пообещала Аннушка.

– Если тебе хочется рыдать, рыдай в голос, собирая слезы в стакан с водой, когда совсем плохо, вой, если тебе хочется всех убить, колоти подушки, бей тарелки. Главное, не держи в себе обиду. Ты можешь приезжать к нам каждый день и просто выговариваться. Женщине

необходимо кому-то рассказывать, когда ей больно. Ей нужны те, кто поддерживает ее. В одиночестве с этим не справиться. Старайся эту неделю не общаться с Николаем. Сошлись на головную боль, недомогание. И когда ты избавишься от всего негатива, тогда ты будешь готова наполняться новой энергией. – Тетушка поцеловала и перекрестила Аннушку на прощание.

2006

– Как правило, после того как первый шок пройдет, ты просто восстанавливаешь себя, наполняешься новой силой. – я словно хотела за полчаса, оставшиеся до приезда такси, вложить в Карину все, что знала сама. Мне безумно не хотелось оставлять ее в таком состоянии, но самолет в Петербург улетал через два с половиной часа. – Делаешь все, что может вернуть тебя к жизни: массажи, плавание, шопинг, – продолжала я. – Две недели ты просто отдаешься беспределу: спорт, вкусная еда и специальные практики по наполнению. Замечательно, что ты едешь во Францию. Кстати, а когда ты уезжаешь?

– Послезавтра, – протянула Карина, – а может, мне не ехать?

– Именно в такой ситуации и надо исчезнуть на некоторое время.

– Это больше похоже на бегство, – сморщила нос Карина.

– Нет, это похоже на затишье перед боем, когда надо все обдумать, взвесить, прийти в себя и составить план военных действий. Но самое главное – заняться собой. Как только мы забываем о себе, мы перестаем восстанавливаться, перестаем чувствовать свою наполненность, и тогда мы перестаем держать мир вокруг себя, и мужчина устремляется на поиски нового источника энергии.

– И ты хочешь сказать, что это не зависит от того, насколько мы хороши и ухожены и сколько у нас образований?

– Конечно, ухоженная женщина привлекает внимание, но если внутри она пуста, то интерес тут же теряется, а другая может быть и полненькой, и страшненькой, но в ней брызжет энергия счастья и радости, энергия удовольствия, и тогда всех тянет к ней: и мужчин, и женщин, и детей.

– Все равно не понимаю!

– Что ты не понимаешь?

– Почему одним женщинам мужчины хранят верность, а другим изменяют направо и налево. Это от чего зависит?

– От нашего состояния. Ты и сама знаешь это состояние, просто вспомни, когда ты притягивала внимание, когда ты чувствовала себя настоящей женщиной.

Карина задумалась, и вдруг ее глаза вспыхнули.

– Это когда чувствуешь, что у тебя внутри не кровь, а шампанское, хочется беспричинно улыбаться, прыгать на одной ножке, чувствуешь, что ты вся светишься, ощущаешь в себе колоссальную силу и чувствуешь, что весь мир вращается вокруг тебя. Глаза горят, и ты словно паришь над землей, а не тащишься, как старая авоська.

– Как точно ты описала! – восхитилась я. – Во многих традициях это состояние называется *наполненностью*.

Я вспомнила статью, которую я писала для одного глянцевого журнала, и постаралась пересказать ее Карине.

Когда женщина наполнена удовольствием и радостью, энергией, она создает вокруг себя определенное энергетическое поле, которое и притягивает и мужчин, и возможности. Женщина скользит по жизни, получая удовольствие от каждого мгновения: от вкуса меда с трюфелями, игры солнечных бликов в волосах, любования застывшей вечностью сосульки, легких звуков музыки, причудливых сплетений тканей в платье, смеха ребенка и болтовни с подругами. Она собирает мгновения удовольствия, словно пчела нектар, чтобы наполнить ими свою жизнь. Удовольствие делает ее жизнь радостной и легкой, и такой же становится жизнь ее

детей, и жизнь ее любимого, и тех, кто ее окружает. Она скользит по своей судьбе, получая удовольствие от каждого мига существования, и тогда все начинается происходить так, как хочет она: приходят нужные люди, решаются сложные вопросы, пишутся гениальные стихи, открываются величайшие тайны. И женщина где-то глубоко внутри себя знает, что пока она в этом состоянии удовольствия, все происходит просто так, и что когда она теряет это состояние – все начинает рушиться.

– Ты этому пыталась научиться в своих путешествиях? – Каринка замороженно смотрела на меня.

– Да, училась, как чувствовать себя счастливой и гармоничной, как быть наполненной и радостной вне зависимости, есть мужчина рядом или нет. Как все получать просто так, просто потому, что ты – женщина.

– Без труда не выловишь и рыбку из пруда, – вспомнила Карина.

– Эта пословица для мужчин. Это мужчине необходимо действовать, бороться, достигать своих целей. Женщине достаточно просто пребывать в женском состоянии, и тогда все начинается происходить. Женщина все получает без труда, когда она наполнена.

– Наполнена чем?

– Энергией. Женщина – творческая энергия Вселенной, и без нее мужчина не может реализовать свой потенциал, свои великие идеи. К сожалению, с годами мы теряем эту энергию – дети, заботы, возраст. И в какой-то момент ты чувствуешь себя опустошенной.

И радостный светлый мир в одно мгновение превращается в хаос. И когда женщина теряет состояние наполненности, замотавшись в повседневной суете, стараясь успеть переделать тысячу дел, она чувствует, что только тратит силы, и чувство пустоты начинает засасывать ее, и жизнь превращается в выживание. Однажды она вдруг понимает, что полностью опустошена и находится в тупике. Она пытается осознать, как же это случилось, что ее уже не радует солнечный луч, что вдруг пропадает желание покупать себе красивые наряды, что она перестает флиртовать с незнакомыми мужчинами, что дни превращаются в череду одинаковых серых будней. И, словно в сомнамбулическом состоянии, она заставляет себя каждый день вставать и двигаться. И чем больше стремится она восстановить силы, продолжая что-то делать, тем меньше их остается.

– Да, – согласилась Карина, – я смотрю на витрины и ничегошеньки не хочу и даже не вижу, что есть другие мужчины, и не чувствую вкуса кофе и этого сыра.

– Хотя запах чувствуешь, и то хорошо, – засмеялась я, вспомнив, как Карина морщилась, когда я открыла коробку. И я продолжила цитировать свою статью:

Чтобы вновь жизнь замерцала, забурлила и наполнилась будоражащей радостью и счастьем, надо просто остановиться. Остановиться и позволить себе раствориться в удовольствии. И вспомнить, как просто так лежать в неге ничего неделанья, бродить бесцельно по берегу моря, смотреть дурацкую мелодраму и читать женские романы про любовь. Вспомнить, что можно целый день проваляться с книжкой, торжественно назвав этот день «днем бревна», побродить по музеям, словно впервые открывая для себя буйство красок и точность линий, пообедать с подругами, обрушивая одновременно друг на друга свои истории, наконец-то довязать когда-то начатый шарф, самой нарисовать картину и просто насладиться покоем.

И вот через несколько дней сибаритства все, словно по мановению волшебной палочки, начинает устраиваться. И словно спящая красавица, женщина однажды открывает глаза и видит яркие краски мира, замечает, что уже пришла весна, и так заманчиво пахнет новыми духами, и витрины начинают манить возможностью преображения, и мужчины начинают оборачиваться вслед, и это значит, что энергия вернулась. И это значит, что вновь включилась «хочуха», заблестели глаза, появилось ощущение, что ты – все можешь, что ты – в цен-

тре мира и он вращается вокруг тебя. Ты вновь скользишь по жизни, наслаждаясь каждым мгновением, и – странное дело! – чем более счастлива ты, тем более счастливы все вокруг.

И тогда отчетливо понимаешь, что главная работа женщины – получать удовольствие. Потому что она – центр мира, она держит своей энергией свое пространство – и свой дом, и своего любимого, и своих детей, и свое дело. И сколько же надо сил, чтобы все это держать, вдохновляя и наполняя. И тогда понимаешь, что чем больше времени ты посвящаешь себе, тем лучше всем вокруг. И перестаешь жалеть время на себя, позволяя себе делать то, что приносит удовольствие и наполняет тебя. Многие традиции говорят, что женщину наполняют любованием собой, занятия творчеством, покупка красивых вещей, уход за собой, рукоделие и музицирование, танцы под луной и прогулки по лесу, занятия вокалом и приготовление еды, уборка дома и поход с подругами в ресторан, медитации и энергетические практики. Да и простая болтовня с подружками тоже помогает.

– Чем мы с тобой и занимаемся – сидим и рассуждаем, – заметила Карина.

– И правильно делаем, – кивнула я. – Это мужчина наполняется активностью, а женщина – покоем.

– Это поэтому они так ненавидят лежать на пляже, а мы – обожаем?

– Поэтому.

– Убедила. И как же мне наполниться этой энергией?

– Сначала надо восстановить свое энергетическое пространство, свою матку. Только десять процентов женщин в современном мире рождаются с совершенной энергетической структурой. И именно они становятся теми женщинами, которые меняют историю мира.

– Так, очень радуется... А остальные?

– Остальным надо восстановить свой энергетический сосуд. Матка – священный сосуд, вокруг которого женщина выстраивается и энергетически, и физически. В идеале здоровая матка здоровой женщины постоянно вибрирует. Эта вибрация запускает женскую волну. А волна создает воронку. Но в нашем современном обществе настолько сильный запрет быть женщиной, что подавляющее большинство женщин не признают в себе женщину. У них внутри все сдавливается, зажимается, напрягается, что приводит к женским болезням. Подавляя в себе женское, они лишаются своей силы. Но сильнее всего женщина наполняется во время оргазма. И тогда начинаешь ценить все мгновения близости и изучать все таинства, позволяющие познать самые разные аспекты чувственного наслаждения. И однажды проснувшись утром, понимаешь, что этот мир существует, потому что существует женщина. И что она, женщина, является творческой энергией Вселенной – тем источником, благодаря которому в этом мире все происходит, благодаря которому создаются новые империи, слагаются лучшие поэмы, сочиняются пленительные мелодии, возводятся прекрасные дворцы. И в словах «Получать и дарить удовольствие» слышится закон Вселенной.

– У тебя прямо ода в честь удовольствия получилась! – мечтательно протянула Карина. – Теперь я понимаю, чем я буду заниматься во Франции. – И тут ее осенило: – Слушай, Лорик, поехали со мной. Будем вместе занимать твоими практиками, медитациями и разными другими непристойностями. Я же одна умру от тоски. Ведь еще не придумали специальных санаториев для спасения брошенных жен.

– Еще не построили, – согласилась я, – но идея богатая, может, заняться таким проектом?

– Знаешь, – продолжила Карина, – я, честно говоря, очень скептически относилась к твоему увлечению женскими практиками, думала, что теткам просто нечего делать, вот они и занимаются всякой ерундой. А сейчас даже я готова поверить во все твои женские энергии, а если мой муж снова в меня влюбится, обещаю – поставлю тебе памятник.

– Нет, – засмеялась я, – памятник не надо, если все получится, то построим вместе центр на море для спасения брошенных жен. Чтобы вернуть мужчине, сначала надо его отпустить и снова стать свободной и независимой от него, отказаться от его финансирования и дать ему

почувствовать, что тебе нужен он, а не его деньги. Но чтобы отказаться от его денег, тебе надо быть готовой самой зарабатывать их. Поэтому тебе нужно время, в течение которого ты не предпринимаешь активных действий, а готовишь место для отступления.

– Вот и замечательно, пока будем во Франции, все и спланируем.

– Мне очень хочется, но я не могу, – покачала я головой. – Я должна ехать на Корфу подготовить все к летнему выездному тренингу. – И тут я посмотрела на Карину. И как раньше мне это не пришло в голову?

– Слушай, Карина, а давай вместе поедem на Корфу. Ты уже сто раз была во Франции и ничего принципиально нового ты там не увидишь. Будешь только страдать в одиночестве, а так будем делать вместе практики и медитации. Думаю, СПА мы и на Корфу найдем, а заодно и корень имбиря, – подмигнула я Карине. – Так что меняй билеты, вылет через три дня. Будем учиться радоваться жизни.

Глава вторая

Земная сила жизни

1906

– Ну что же, пора учиться радоваться жизни! – напутствовала нас тетушка. Все было готово к нашему отъезду. Тетушка осталась с няней и маленьким Ванечкой, а мы поехали в ее имение. И хотя Аннушка еще выглядела очень грустной и расстроенной, было видно, что она радуется предстоящей поездке. Каждый день тетушкина крестница выполняла все, что рекомендовала Софья Николаевна: избавлялась от ненужного хлама в доме, писала письмо прощения и сжигала его, приезжала каждый день к нам и высказывала все претензии к Николаю, выплескивала всю обиду вместе с водой, разбавленной ее слезами, и возвращалась домой уже умиротворенной. Николай спокойно принял, что Аннушка уезжает с ребенком к своей крестной, и, видимо, в глубине души был очень этому рад. Я тоже радовалась путешествию, понимая, что две недели на природе наполнят меня силой.

Когда мы наконец-то расположились в купе, я заговорщицки улыбнулась Аннушке:

– Смотря в окно, бормочи себе под нос, описывая то, что видишь вокруг, используя союз «и». Например, и солнце светит, и птицы поют, и дом стоит, и мужчина идет, и воробей прыгает, и...

– Зачем? – не поняла Аннушка.

– Потому что, когда ты начинаешь описывать то, что происходит, тырываешь цикл тревоги и тоски, переставая думать о том, что произошло, и погружаешься в собственные ощущения. Нельзя одновременно ощущать и думать. Постарайся только не использовать никаких оценок, а просто фиксируй то, что происходит, то, что ты видишь.

– Постараюсь... – Аннушка смотрела в окно, но по ее щекам текли слезы. И было видно, что Аннушка ничего не может с этим поделать.

2006

Карина смотрела в окно иллюминатора, и по ее щекам текли слезы. Острая боль прошла, но рана еще кровоточила. «Скорей бы долететь до Корфу, – думала я, – а там море, солнце, ветер и теплый песок».

Я радовалась, что нам достаточно легко удалось купить билеты на самолет и забронировать номер в том же отеле.

– За приезд! – я подняла пивной бокал с молочно-белой полупрозрачной жидкостью.

Едва бросив вещи в гостинице, мы поспешили на почти закончившийся ужин.

– Что мы пьем? – изумилась Карина, с подозрением беря в руки небольшую пивную бутылочку.

– Не поверишь! – улыбнулась я. – Имбирное пиво! Представляешь, у них тут такое производят. Мы же решили с тобой, что имбирь – компонент Хозяйки, вот мир нам с тобой и помогает в этом убедиться.

Карина осторожно понюхала напиток и отпила глоток.

– Вкус интересный! Так за что мы пьем?

– За то, чтобы ты обрела силы, вернула себе уверенность и решила, нужен ли тебе Антон! – провозгласила я тост.

– Да, и чтобы я стала другой и в то же время истинной, наполненной и свободной.

1906

– Чтобы стать наполненной и свободной, нужно убрать весь негатив и открыть твои центры, – наблюдая за Аннушкой, предложила я.

Распаковав вещи, мы сидели с Аннушкой вдвоем на веранде тетушкиного дома. В середине стоял круглый стол с четырьмя венскими стульями, а около стены примостилась козетка. Горящие на столе свечи отражались в разноцветных стеклянных витражах веранды, вспыхивали то там, то тут зелеными, красными, оранжевыми сполохами волшебства.

Я вспоминала все, чему я когда-то училась, чтобы помочь Аннушке справиться с тем, что произошло, и вернуться в Петербург совершенно другой, полной сил и решимости бороться за свою семью.

– Варя, и что ты предлагаешь делать? – молодая женщина выжидательно смотрела на меня зелеными глазами.

– Ложись, буду открывать тебе центры!

– Куда?

– Аннушка, не бойся, ложись на козетку! Это древняя техника проверки и открытия центров, – с этими словами я достала огромный кристалл из розового кварца, сантиметров пятнадцати, украшенный аметистовым кругом и малахитовой змеей, на серебряной цепочке, перо, небольшую плоскую с сухим шалфеем и спички. Аннушка, затаив дыхание, наблюдала за всеми моими приготовлениями.

– Ты будешь лежать, и я буду проводить кристаллом над твоими центрами. Там, где центр открыт, кристалл будет вращаться, а там, где закрыт, он будет неподвижен. Но это не страшно, я потом тебе открою все центры.

– Но я не совсем поняла, где какой центр и с чем он связан. – Аннушка решила основательно разобраться, что с ней все-таки я собираюсь делать и что именно открывать.

– Первый центр находится на уровне лобка. Это центр жизненной силы, соединенности с силой Земли, – стала объяснять я еще более подробно.

Второй центр – на уровне матки (четыре пальца ниже пупка). Это центр страсти – твоя сила притяжения, способность дарить и получать удовольствие, твоя сексуальная привлекательность.

Третий центр – на уровне солнечного сплетения, центр воли, сила удержания – насколько ты можешь удерживать то, что имеешь. – Тут Аннушка глубоко вздохнула. – И эти три центра, – продолжила я, – больше связаны с Землей, связаны с женщиной, и символом этой связи является треугольник вершиной вниз. В ведах треугольник вершиной вниз также означал женское естество.

Четвертый центр – на уровне центра груди, сердечный центр, связан с чувствами, с умением дарить и получить любовь.

Пятый центр – центр принятия решений, находится на уровне яремной ямки, также этот центр отвечает за общение и выражение себя. Если этот центр закрыт, то человека могут переполнять различные мысли, идеи, но он не способен донести их до других и не только в словах, но и в делах, в своих творениях.

Шестой центр – центр ясности, находится в центре лба. И эти три центра больше связаны с силами Неба, с силами Вселенной, с мужчиной, что проявляется в треугольнике вершиной вверх.

Седьмой центр – это уже наша непосредственная связь с Божественным, с космическим потоком.

Я взяла в руки кристалл и начала медленно вести его над телом Аннушки. Маятник закрутился над лобком, но застыл над центром страсти.

– Центр страсти у тебя закрыт, хотя жизненной силы много, – приговаривала я, ведя маятник к солнечному сплетению. Над солнечным сплетением маятник стал крутиться в другую сторону. – Ты больше даешь, чем получаешь, у тебя этот центр работает по мужскому

типу, – покачала я головой. – А что у нас с любовью? – продвигая маятник к центру груди, задумчиво спросила я скорей саму себя, чем Аннушку, в глубине души уже зная ответ. Маятник опять застыл как вкопанный. – Аннушка, ты сердце закрыла. А если сердце закрыто, то ни дать любовь не сможешь, ни получить.

– Я думаю, это потому, что у Николая появилась другая, – предположила Аннушка.

– И стоит ли из-за этого сердце закрывать и так убиваться? – я пожала плечами. – Кто знает, что беда, а что радость. Только ты сама можешь решить, чем его уход станет для тебя – началом новых открытий или путем к страданиям и боли.

Пока Аннушка размышляла над моими словами, я повела кристалл к ямочке на горле, и тут наконец-то маятник закрутился с огромной амплитудой.

– Ой, а поговорить, душа моя, ты любишь.

Она согласно закивала. В центре лба кристалл опять застыл.

– И ясности, душа моя, тоже у тебя нет. – Я посмотрела вопросительно на Аннушку. Аннушка нахмурилась.

Я повела кристалл к макушке головы, и кристалл опять закрутился, но в другую сторону.

– Но хоть связь с Богом открыта, – облегченно вздохнула я. – Ну да ладно, вставай, Аннушка, будем убирать всю гадость, что нацепляла. – я говорила словно в трансе, чувствуя себя умудренной опытом женщиной, а не ровесницей Аннушки.

Аннушка встала, и я, взяв в руки большие перья орла, начала сверху вниз обмахивать ее, обходя по кругу, как будто сменяя все ненужное. Потом подожгла сухой шалфей, насыпанный в керамическую чашку, и снизу вверх окурила Аннушку, от самых стоп до самой макушки, останавливаясь в тех центрах, которые были закрыты.

– Это шалфей? – узнала она, вдыхая сладковатый запах.

– Да, шалфей – волшебная трава, наполняет тело и пространство чистой энергией. Ты же очищала им свой дом, а теперь пора очистить тебя, – ответила я, обходя девушку по кругу. – Ну, теперь ложись обратно, закрывай глаза, будем твои центры открывать.

И опять я проводила кристаллом над всеми центрами, ожидая, пока маятник начнет крутиться. Причем он крутился в разные стороны.

– Что ты почувствовала? – спросила я Аннушку, когда все центры были открыты.

– Как будто сквозь меня проходила теплая волна и я прямо видела, как из каждого центра открывались воронки. Однако нижняя была направлена вертикально вниз, а верхняя вертикально вверх, а все остальные открывались горизонтально. В центре страсти воронка вращалась против часовой стрелки, как будто я отдавала, а в центре воли – по часовой стрелке, как будто я забирала, и в сердце – опять я что-то отдавала миру.

Я изумленно смотрела на Аннушку.

– Ты все правильно чувствовала, и маятник крутился в разные стороны, так и должно быть.

– А почему он крутился в разные стороны? – заинтересовалась Аннушка.

– Потому что в одних центрах мы берем, а в других – отдаем. У мужчины же все наоборот.

• В первом центре, центре жизненной силы, ты берешь жизненную силу, а мужчина – отдает;

• во втором, центре страсти, ты отдаешь свою энергию, а мужчина – берет;

• в третьем центре, центре воли и материального, мужчина – дает, а ты – принимаешь;

• в четвертом центре – сердце, центре любви и эмоций, опять ты наполняешь, а мужчина – получает;

• в пятом центре, центре принятия решений и выражения, мужчина более активен, а ты больше прислушиваешься к его решениям;

• но зато в шестом центре, центре видения, ты видишь путь, а мужчина следует за тобой.

И космическую энергию женщина собирает, а мужчина отдает. Поэтому и говорят, что женщина берет энергию из пространства, а мужчина берет энергию у женщины. Поэтому задача женщины в этом мире – научиться брать, а мужчины – отдавать.

– А что надо делать, чтобы центры опять не закрылись?

– Я покажу тебе практику «Звезда Давида». Она помогает сохранить центры открытыми. Когда все центры открыты, то мы можем раскрыть максимально свои возможности, обрести соединенность с собой, соединиться со своим потенциалом. Женщина – треугольник вершиной вниз, мужчина – треугольник вершиной вверх. В каждом человеке есть и та и другая ипостась, и когда мы делаем эту практику, мы соединяем свое божественное и свое земное, создавая единый поток и распределяя эту энергию по всем центрам. Два наложенных треугольника образуют шестиконечную звезду, обозначая равновесие мужских и женских качеств, соединение божественного и земного. Эта мистическая диаграмма позже была названа «Звездой Давида», и практика, которую я тебе покажу, называется так же. Но ее мы будем делать утром на берегу залива.

2006

Ты поднимаешь руки в стороны и на выдохе соединяешь их над головой.

Я старалась показать все движения.

Мы с Кариной стояли на пустынном в столь ранний час пляже и делали практику «Звезда Давида». Проснувшись в семь утра, мы тут же помчались на пляж, чтобы попробовать и почувствовать то, что было написано в прабабушкином дневнике.

Звезда Давида

На вдохе опускаешь руки в молитвенном жесте перед грудью и на задержке дыхания опускаешь руки треугольником вершиной вниз на уровень центра жизненной силы, фиксируя до тех пор, пока не почувствуешь тепло.

И на выдохе поднимаешь сложенные руки вверх, большие пальцы смотрят вверх, меняя перед грудью треугольник вершиной вверх, так чтобы большие пальцы смотрели вниз.

Поднимаешь треугольник над головой, разъединяешь руки и поднимаешь их вверх, как будто кто-то вытягивает тебя наверх, сжав руки так, словно держишь кого-то. Делаешь вдох и опускаешь руки в стороны ладонями вверх, словно вдыхаешь энергию.

И соединяешь руки опять на уровне центра жизненной силы треугольником вершиной вниз, поднимаешь треугольник до уровня центра страсти и фиксируешь энергию до появления тепла. Поднимаешься вверх, переворачивая треугольник на уровне груди, и вновь поднимаешь руки над головой, соединяешься со своим потенциалом, делаешь вдох и опускаешь треугольник на уровень жизненной силы, и теперь уже фиксируешь энергию на уровне солнечного сплетения. И все повторяешь, фокусируя энергию на центре любви – треугольник вершиной вверх, на центре интуиции – треугольник вершиной вверх, и последний раз останавливаешь треугольник над макушкой.

В чем-то мы путались, но постепенно вошли в ритм и стали уже получать удовольствие от движений.

– Я пока никаких потоков энергии не чувствую. – Каринка вопросительно посмотрела на меня.

– Это нормально, вначале мы просто делаем движения, а потом они включают энергию. А теперь мы попробуем сделать то же самое, но для проекции центров на спине.

Останавливаем треугольник на уровне копчика и, поднимая руки до лопаток, меняем треугольник вершиной вверх. Разъединяем руки, проводим по плечам и соединяем вновь треугольник вершиной вверх на уровне затылка. И, подняв руки до макушки, так же тянемся вверх, становясь на цыпочки и соединяясь со своим потенциалом. Делаем вдох и на выдохе опускаем руки, соединяя их опять на уровне копчика, поднимаем до уровня поясицы и фикс-

сируем, набирая энергию. И так же ведем руки вверх. Третий раз фиксируем на уровне лопаток, потом на уровне седьмого шейного позвонка и на уровне затылка. И последний раз на уровне макушки.

И теперь, поднимая руки кверху, обращаясь к небу, мы говорим: «Я едина с Вами, Отец – Высший Дух», – кладем руки друг на друга, правая сверху, левая внизу, на уровне солнечного сплетения, обозначая себя, и опускаем руки вниз, продолжаем: «И мать Земля», и опять поднимая руки кверху: «То, что вверху», – задерживаясь на уровне солнечного сплетения: «подобно тому», – и опуская вниз: «что внизу», – и руки опущены вниз: «то, что внизу», – руки на уровне солнечного сплетения: «подобно тому», – руки вверх: «что вверху. Во имя свершений чуда единства». И завершаем практику.

Я посмотрела на подругу, в ней появилась какая-то собранность и плавность.

– Карин, думаю, что завтрак мы заслужили!

– А плавать?

– Лучше делать практики после плавания, а то вода смывает всю энергию, которую мы с тобой так старались накопить. Так что завтра начнем с плавания, а потом будем делать практику.

– Мы, что, собираемся ее делать каждый день?!

– Конечно, лучше двадцать восемь дней, но на море хватит и четырнадцати дней. Увидишь, тебе понравится.

– Обещаешь!

– Сначала – трудно, потом – привыкнешь, потом – понравится!

1906

– Сначала – трудно, потом – привыкнешь, потом – понравится! – подбадривала я Аннушку, наблюдая, как она мешает кашу.

Как же тетюшка была мудра, послав нас в имение одних. Мы были вынуждены сами готовить себе еду, и, по мнению тетюшки, это помогало Аннушке отвлечься от грустных мыслей и в то же время усилить энергию Земли.

Когда утром Аннушка спустилась к завтраку после практики на заливе и увидела меня с крупой и пустой кастрюлей, она возмутилась:

– Варя, мы что, будем сами что-то готовить?

– Да, я буду учить тебя готовить женскую кашу! – невозмутимо ответила я как можно спокойнее.

– Зачем?

– Тетюшка считает, что ты слишком оторвалась от Земли, витаешь в мечтах и облаках. «Мужчина должен пахнуть ветром, а женщина – уютом». А чем пахнешь ты?

– Французскими духами, – ответила Аннушка, брезгливо глядя на кастрюлю.

– Вот-вот, хозяйка не та, что убирает дом, а та, кто наполняет его уютом, не та, кто готовит еду, а та, кто ее подает, наполняя любовью и энергией. Так что бери крупу и высыпай ее в кастрюлю, мешая против часовой стрелки, – скомандовала я. – Такая каша поможет нам набраться мягкости и силы.

– Я не умею готовить, – возмутилась Аннушка.

– Иногда что-то стоит полюбить, чтобы понять, зачем тебе это надо, – невозмутимо ответила я, вручая Аннушке кастрюлю. Дернув плечиком, она насыпала крупу и, налив воды, начала мешать кашу деревянной ложкой.

– И вообще, я кашу не ем, – бурчала она.

– Оно и видно – на каше так не отъешься, – тихонько про себя бормотала я, ставя на стол чашки с молоком. И когда мы наконец-то сели за стол, я достала из печки теплый хлеб.

– Варя, какой запах, отломи мне кусочек!

– Аннушка, подожди, прежде чем угощать, хлеб надо подержать в руках, питая его любовью, чтобы эта любовь передалась тем, кто его будет есть, и молитву прочитать.

– Зачем?

– Чтобы гармонизовать пространство, наполнить день светлыми вибрациями и наполниться самой.

– И какую? – Анна поняла, что позавтракать сегодня так просто ей не удастся.

– Я знаю одну древнюю византийскую молитву, очень женскую.

Ибо я пыталась понять голос ветра, и его дуновением созданная, выслушай меня. Я прихожу к Тебе как одна из твоих многочисленных детей. Я мала, я склонна допускать ошибки, мне нужна Твоя Мудрость и Твоя Сила. Позволь мне шествовать в красоте Твоей и сделай так, чтобы мои глаза вечно могли созерцать алый и пурпурный цвет заката. Сделай так, чтобы мои руки уважали вещи, созданные Тобой, и чтобы мои уши не переставали воспринимать голос Твой.

Сделай меня мудрей, способной усвоить все, чему Ты научил людей, и умеющей извлекать уроки, спрятанные Тобой в каждом листе и в каждой скале.

Я прошу у Тебя силы и мудрости не для того, чтобы превзойти своих братьев и сестер, я для того, чтобы победить своего главного врага: себя самого. Так мой дух может вернуться к Тебе очищенным.

– Красиво, – повторив за мной, согласилась Аннушка. – Мне кажется, что утро сразу наполнилось смыслом и краски стали более яркими.

– Молитва наполняет женщину энергией, придавая ей одухотворенность.

2006

– Молитва, медитация, массаж и мастурбация, – ответила я на вопрос Карины, что еще наполняет женщину энергией.

После завтрака мы занялись исследованием территории отеля и шли по дорожкам, болтая о своем, о девичьем. Каринка рассмеялась.

– Это я на одном из женских тренингов услышала, – пояснила я. – МММ для женщины, каюсь, массаж добавила сама, но три главных источника женской энергии огласила правильно.

– С молитвами у нас плоховато, медитацию мы уже сделали, остались массаж и мастурбация, и я бы еще добавила пятую «М» – магазины! Я правильно поняла?

– Талантливая ученица! Смотри, СПА. Главное, правильно сформулировать, что ты хочешь, и все получишь!

Отдельное здание СПА выглядело очень уютно. В полумраке, пахнущем аромамаслами, молодой грек с аккуратной бородкой, с бакенбардами, окружающими пухлый рот, и маслянистыми глазами, с чудным именем Нектариус тут же рассказал нам о разных видах массажа.

– Каринка, надо идти на стоунтерапию. Мы же в стихии Земли, так что будем использовать все ресурсы, чтобы тебя восстановить.

– Тогда пойду прямо сейчас, а то что-то мне опять плохо начинает, как подумаю о своем дорогом муженьке.

– Срочно на массаж, а я пойду на встречу с организаторами. Как я понимаю, часа через два у тебя все закончится, так что буду тебя ждать здесь.

Через два часа из полумрака СПА выплыла моя подруга, с подернутыми дымкой глазами и легкой, порхающей на губах полуулыбкой.

– И как? – осторожно спросила я.

– Волшебно. Свечи, запах розы и чуткие пальцы массажиста, я в какой-то момент уже не понимала, где тепло камней, а где – его пальцев. Господи, ну почему я никогда раньше не ходила к мужчинам на массаж? Столько потрясающих ощущений, и притом совершенно невинных. Ты не представляешь, то обжигающее прикосновение темных камней, вытягиваю-

ших все плохое, то ледяное прикосновение белых, наполняющих силой, и все это под сопровождение какой-то восточной музыки, от которой хотелось уже растечься и отдаться. Я вся плавилась под его руками, грезя наяву и уносясь в другие реальности. Он что-то еще бурчал под нос, наверное, бормотал какие-то мантры или соблазнял меня на своем языке. Я до сих пор трепещу от того, что он со мной делал. Он, видимо, еще нажимал на какие-то особые точки, потому что я почти умерла от наслаждения. И в конце он положил мне на каждый центр разноцветные полудрагоценные камни. Как раз на те центры, для открытия которых мы с тобой делали практику. У меня там все вибрировало. И я уже знаю, что ждет моего муженька в следующем романтическом путешествии... – Каринка томно потянулась и загадочно улыбнулась.

Но что ждет Антона, я узнать не успела, так как появился высокий индус, несущий в руках чашечки с чаем для меня и Карины. Длинные тонкие пальцы и стройное тонкое тело, созданное десятилетиями занятий йогой. И при этом мужская энергия, разящая наповал и чувствующаяся сразу.

– Карина, по-видимому, он еще и тантрой занимается, – тихонько сказала я, отпивая чай и наблюдая за массажистом. – Поэтому ты так его чувствовала.

– Наверное, поэтому я записалась к нему на десять сеансов.

– На десять?! – переспросила я.

Подруга кивнула, отпивая глоток чая, и тут же чертыхнулась:

– Это что за чай?

– Имбирный, – рассмеялась я, – трется свежий имбирь, добавляется лимон с цедрой и мед, и все заливается кипятком.

– Имбирный? – держа чашку двумя руками и осторожно отпивая глоток, тоже начала смеяться Карина. – Я уже себя скоро совсем ведьмой начну чувствовать.

1906

– Аня, ты, когда держишь чашку в руках, обратись к стихиям: «Духи стихий, прошу вас, дайте мне ваши качества: Земля – стабильность, Вода – чистоту, Воздух – ясность, Огонь – божественную любовь», – тогда чай тоже будет тебя наполнять.

Я добавила в чай почечк смородины, которые нашла в тетушкином саду, и чай сразу запах весной.

– Варя, ты думаешь, это поможет?

– Конечно. Женщина создана из четырех стихий и черпает в них силу. Земля наделяет ее стабильностью и уверенностью, терпением и упорством, Вода наделяет текучестью и приспособляемостью, мягкостью и нежностью, Огонь – страстью и активностью, изобретательностью и увлеченностью, Воздух – независимостью и непредсказуемостью, ясностью и властью. И когда женщина владеет силой всех четырех стихий, она обретает огромную власть над событиями, создавая все по своему желанию, и уверенность, что теперь в ее жизни все будет так, как она захочет.

– Варя, а чего хочешь ты?

– Я? Хочу, чтобы раздался стук в дверь и вошел тот, кого я любила!

Не успела Аннушка уточнить, «кого же я любила», как мы услышали стук в дверь. От неожиданности мы подпрыгнули, ахнули и схватились за сердце. И хотя еще было только пять часов дня, испуганно переглянулись. «Неужели Камилль решил отыскать меня и вернуться?» – мелькнула у меня сумасшедшая мысль. Но Аннушка уже открывает дверь, и в дом входит молодой человек. Высокий и худой, тонкий в кости, с очаровательной ямочкой на правой щеке, с русыми длинными волосами и слегка длинноватым носом, который его совсем не портил, он походил на Леля. В серых глазах плясала добрая улыбка, но при этом чувствовалась спокойная мужская сила в его низком голосе. «Такому мужчине можно рассказать о чем угодно», – мелькнула у меня мысль.

– Арсений Святославович, профессор Санкт-Петербургского университета, ваш новый сосед! – представился он. – Я давно мечтал познакомиться с Софьей Николаевной Иллариинской и, увидев свет в окнах, решил зайти без приглашения!

– Я ее племянница Варвара Васильевна Ренар, а Анна Васильевна Червонова – ее крестница. Тетушка осталась в Петербурге, а мы сбежали сюда на две недели от городской суеты.

– Мудрое решение. Я тоже сбежал, правда, на все лето. Пишу исторический роман!

– О чем? – включилась Аннушка в разговор.

– Об иницирующей силе женщины и традициях этрусков. Это единственная древняя народность, где женщина имела равные права с мужчиной, принимала участие в военных походах и в заседаниях, где она была и возлюбленной, и женой. Легенды говорят о том, что пока этруски владели древнем обручем женской силы, их женщины обладали колоссальным влиянием и были непобедимы. А так как славянские женщины – потомки этруских, то им дано внутреннее знание, как наделять своих мужчин силой, как быть и страстной, и нежной, и гордой, и теплой.

Я затаила дыхание, слушая Арсения Святославовича.

– А что случилось с обручем?

– Его захватили греки, создав легенду, что этот обруч принадлежал Афродите, и хранили в афинском храме. Но потом следы реликвии затерялись.

Мне хотелось рассказать Арсению (так я сразу стала называть его про себя, а вскоре мы все трое перешли на имена), что тетюшка нашла обруч и этот обруч у меня, но я прикусила язычок. Мне хотелось понаблюдать за нашим новым знакомым. Удивительно, думала я, что каждый из тех, кто встречается мне, становится моим учителем, словно добавляя кусочки мозаики в целостную картину мироздания.

– Простите, сударыни, увлекся, – смущенно улыбнулся Арсений. – Был рад знакомству и всегда к вашим услугам. Разрешите откланяться!

Когда Арсений вышел, Аннушка взглянула на меня:

– Варя, мне кажется, что после замужества я жила в добровольном заточении. В мире так много интересного, а я сидела в четырех стенах, занимаясь какими-то житейскими мелочами.

– Аннушка, это пока Ванечка маленький.

– Нет, если бы не письмо его пассии, я бы так и просидела всю жизнь, растворившись в повседневных заботах. А жизнь, оказывается, так увлекательна!

2006

– А жизнь, оказывается, так увлекательна! – Карина вертелась вокруг своей оси на главной площади Керкиры, пытаясь охватить одним взглядом и старинную крепость, и раскинувшийся парк, и лазурное море, и английский дворец, и длинную галерею с бесчисленными кофейнями. Мы решили провести вечер в городе, погулять и поужинать.

Бредя по узеньким улочкам Керкиры, мы рассеянно скользили взглядом по витринам маленьких магазинчиков. Простенькие летние сарафаны и футболки радовали своими радужными расцветками и обещанием теплых дней.

– Даже не верится, что еще вчера мы были в дождливой Мос... – остановившись на полуслове, я осознала, что говорю с пустотой.

В панике оглянулась, ища глазами Карину. И увидела... Замерев около витрины, моя спутница завороченно смотрела на ярко-розовый сарафан. Солнечный луч, заблудившись в легких складках, ласкал нежнейший шелк, оставляя за собой мерцание.

– Пойдем! – выдохнула Карина, не выходя из оцепенения. Судя по всему, она даже не заметила моего исчезновения и того, что я уже успела дойти до конца улочки и вернуться. Войдя в магазин, в том же трансовом состоянии Карина указала материализовавшейся в ту же секунду улыбчивой продавщице на платье. Видимо, прочитав в глазах клиентки неудержимое

желание, продавщица молниеносно сняла платье с манекена в витрине и трепетно понесла его в примерочную. Не прошло и двух минут, как в распахнувшейся двери примерочной предстала Карина, похожая на только что распустившийся экзотический цветок, бесстыдно демонстрирующий миру свою яркость. Чуть смугловатая кожа Карины мерцала в обрамлении ярко-розовых лепестков ниспадающего шелка. Губы словно изнутри наполнились сиянием, а глаза стали еще темнее и блестели.

– Ах! – одновременно воскликнули я и продавщица, не в силах отвести взгляд от представшего перед нами видения.

– Лара, переведи, пожалуйста, что я в нем и останусь! – протягивая деньги продавщице, Карина скрылась в глубине примерочной, чтобы забрать джинсы и майку.

Через десять минут мы уже шествовали по мостовой, ловя на себе восхищенные взгляды мужчин. Узкие старинные улочки, вымощенные камнями, отполированными веками, были наполнены запахами кум-куата, кофе, оливкового мыла и готовящейся пищи, беспечным щебетанием спящих туристов и громкими приглашениями заглянуть в ресторан, звучащими на всех языках. Наткнувшись на крохотный ресторанчик, мы почувствовали, что проголодались.

Спрятавшийся среди магазинчиков ресторан состоял буквально из восьми столиков, приоткрытых с двух сторон улочки. Столики были накрыты белыми скатертями, выделяющимися на фоне потемневших от времени стен домов с синими ставнями и розовыми цветами герани в горшках. Мы сели за столик, примостившийся около колонны, позволяющий наблюдать за всеми и в то же время выставляющий на всеобщее обозрение яркое платье Карины. Люди проходили мимо нас, поднимаясь вверх по широким ступеням, ведущим еще дальше в глубь города.

Заказав креветки и белое домашнее вино, мы рассуждали о страсти женщин к новым нарядам, поднимающим настроение и настраивающим на романтический лад. Если женщина решает что-то поменять в своей жизни, то первое, что она делает, – покупает новые наряды. И тогда платье становится не просто куском материи, а знаменем перемен, действительно «знаменующим» приход чего-то нового, возможность изменений и ожидание чего-то хорошего.

– Еще бы рядом любимого мужчину, и жизнь совсем наладилась бы... – мечтательно протянула Карина, улыбаясь всем и никому. Запнувшись об ее улыбку, высокий темноволосый мужчина с огромной сумкой на плече остановился на несколько секунд, что-то говоря официанту, не отрывая взгляда от Карины. «Bella», – уловили мы в шуме улицы, но мужчина тут же растворился в толпе.

– Ну вот, – загрустила подруга, – только появился герой моего романа, похожий на Жана Рено, с его улыбкой и его профилем, как тут же исчез. Как-то не работают твои практики!

– Еще не вечер, – философски произнесла я, смакуя креветки с вином. Судя по томному после массажа виду Карины и горящему желанием взгляду, практики очень даже работали. Попрошавшись с приветливым хозяином ресторанчика, мы пошли в сторону стоянки такси. Но не успели пройти и ста метров, как были остановлены обращенным к нам вопросом по-английски: «Вы откуда?» Прямо перед нами, загораживая нам дорогу, стоял тот самый итальянец.

– Из России, – ответила я.

– Вам понравился ужин? Что вы собираетесь сейчас делать? Может, я могу угостить вас чашечкой кофе? – обрушился он на Карину с вопросами, но, увидев ее непонимающий взгляд, повернулся ко мне. – Скажите ей, что она такая красивая! Она согласна выпить со мной кофе?

– Карина, ты ему безумно понравилась, и нас хотят угостить кофе, – перевела я. – Пойдем?

– Хорошо, – кивнула Карина головой.

Итальянец просиял от радости.

– Подождите здесь! Я сейчас вернусь! – И стремительно исчез.

– Он мне тоже понравился, – приходя в себя от наскока нового знакомого, улыбнулась Карина, но тут же заволновалась. – Но как же мы будем общаться, я же совсем не говорю по-английски?

– Ты же учила! – вспомнила я.

– Ну да, два уровня я прошла, в принципе все понимаю, но сказать ничего не могу.

– Не переживай, – успокоила я, – говорят, что только пять процентов информации передается вербально, остальное все понимается через язык тела. Лучший способ выучить язык – почувствовать язык другого в поцелуях, – вспомнила я старую поговорку.

– Я совсем забыл сказать, что меня зовут Фабрицио, – услышали мы за спиной. – Знакомьтесь, мой друг Спирос, я приехал к нему в гости, – представляя нам светловолосого голубоглазого мужчину, объяснил Фабрицио.

– Вы грек? – поразила я.

– Да, Корфу никогда не был захвачен турками, поэтому тут можно найти ионических греков, – объяснил Спирос. – Да и мое имя связано с историей этого острова. Мы сейчас стоим прямо напротив церкви Святого Спиридона, где хранятся его мощи. Он четыре раза спас Корфу. И поэтому почти половину мужчин на нашем острове зовут Спирос.

Пока мы говорили, Фабрицио буквально пожирал глазами Карину.

– Ну что, идем? – спросил Спирос и пошел вверх по улочке, ведя нас на небольшую площадь, заполненную разными маленькими кафешками. – Вы здесь надолго?

– На неделю, – ответила я.

– О, я мог бы показать вам чудесные места, – тут же предложил Спирос. – Я все равно собирался брать яхту и повозить Фабрицио вокруг острова. А в такой чудесной компании будет даже лучше. Если готовы, то можем завтра утром поехать в Палеокастрицу, я покажу вам чудесные пляжи и пещеру.

1906

– Я покажу вам чудесную пещеру! Вставайте, лежебоки! – бодрый голос Арсения разбудил нас ранним утром, даже за окном еще было темно. – Сударыни, вставайте, – разносилось под окном. Я накинула халат и распахнула окно. Арсений стоял в нашем дворе и голосил на всю деревню.

– Арсений, вы сошли с ума, какие пещеры в шесть утра, о чем вы? – пыталась я урезонить его, но напрасно.

– Варвара, нас сегодня ждут в Саблинских пещерах. Я договорился со своим знакомым, чтобы нас туда пустили. Но туда надо прибыть до десяти утра. Поехали! – уже умоляюще, сложив руки на груди, попросил Арсений. – У вас есть время на завтрак. Через час я вернусь за вами. – И, не дав мне возможности возразить, исчез в утреннем сумраке.

«Сумасшедший», – подумала я, идя будить Аннушку.

– Аннушка, вставай, мы едем в Саблинские пещеры. Арсений решил нам с утра устроить приключение!

– Зачем?! – отворачиваясь от меня и явно не собираясь вставать, заныла Аннушка.

– Не знаю, что задумал Арсений, но, по крайней мере, я тебе покажу практики соединения с Землей и обретения уверенности!

– Уверенность мне не помешает. – открыв один глаз, Аннушка горестно вздохнула и встала.

– Аня, жду тебя в гостиной, сделаем «Звезду Давида» и позавтракаем. Арсений заедет через час.

– Ненормальный, – зевнула Аннушка, смирившись, что нам придется куда-то ехать в такую рань.

– Варя, а что для тебя уверенность? – уже за завтраком спросила меня Аннушка.

– Уверенность в себе возникает, когда ты знаешь, что ты можешь все, что выстоишь, несмотря ни на какие трудности. Важно чувствовать опору в себе, знать: что бы ни случилось в этой жизни, ты можешь рассчитывать только на себя, и у тебя есть силы справиться с любой ситуацией.

– Даже на мужчину не надо надеяться?

– Ты можешь попросить мужчину о помощи, но не требовать и не надеяться. И если он поможет, что ж, замечательно, если нет, мир не рухнет, ты сама найдешь выход. И то, что помогает нам чувствовать эту уверенность, – это стихия Земли. Она наделяет внутренней силой, волей и решимостью.

– Я рад, что вы согласились поехать, – постучавшись и тут же войдя, приветствовал нас Арсений. – Доброе утро!

– Как будто у нас был выбор, – нахмурилась я.

– Конечно, не было! – согласился Арсений. – Вам просто необходимо увидеть эти пещеры. Когда-то в них добывали белый кварцевый песок. Теперь они превратились в подземный город с каналами и озерами, где сталактиты похожи на очертания эфемерных зданий, раскрашенных в белые и красные тона, застывших в своей вечности под зеленым куполом подземного неба.

– Как поэтично... – вздохнула Аннушка.

– Вижу, вы уже просто горите желанием отправиться в путь? – выходя в утренний сумрак, поддел нас Арсений.

2006

– Мы готовы к приключениям? – спросила я Карину за завтраком, получив смс от Спироса. – Фабрицио и Спирос заедут за нами через полчаса, мы поедем в Палеокастрицу, а там уже нас ждет яхта Спироса.

– А это не опасно? – забеспокоилась Карина.

– Если что, уходить будем морем!

– Успокоила!

– С нами случается только то, чему мы позволяем произойти! Поэтому бояться ничего не стоит. Расслабься и получай удовольствие.

– Уговорила, – согласилась Карина. – И что еще женщине надо?.. – мечтательно вздохнула она. – Солнце, море и легкий флирт. Лечит от измены мужа лучше всяких антидепрессантов.

– И главное, возвращает уверенность, – поддержала я.

– В данный момент мне это нужно больше всего.

Через полчаса мы уже были на пляже. Привязанная надувная лодка ждала на причале, чтобы отвезти нас на яхту. Яхта была необычной: графические черно-белые рисунки украшали все борта. Спирос поднял меня на руки, словно фарфоровую статуэтку, и осторожно отнес в лодку. Фабрицио подхватил Карину, но на полпути специально покачнулся, и через минуту уже оба барахтались в воде. Каринка села в лодку, сердитая, но очень соблазнительная в мокрой футболке, обтягивающей ее роскошную грудь. Видимо, Фабрицио этого и добивался, довольный, сидел напротив, гребя и любуясь Кариной. Долго злиться она не смогла. Через минуту мы уже были на яхте. Черно-белое судно и красота белых песчаных пляжей, затаившихся между отвесными скалами, зелень кипарисов и изумрудное море заставляли забыть обо всей суете. Было невозможно не наслаждаться тем, что мы видели вокруг.

Фабрицио рисовал смешные картинки, уча Карину английским словам. А Спирос, управляя яхтой, рассказывал мне про своего друга – художника, очень известного в Греции, который раскрасил яхту. В какой-то момент, завернув за скалу, мы остановились напротив входа в пещеру. Яхта осторожно и медленно вошла в полумрак, и мы, загипнотизированные красотой, замолчали. Отражаясь от высокого мерцающего свода пещеры, солнечный луч уходил в такую

же мерцающую водную бездну. Водная гладь казалась лишь тонкой вуалью, разделяющей эти два мира. Лежа на носу, мы чувствовали себя качающимися на хрупкой грани между зыбкостью настоящего и вечностью прошлого.

– Ой! – вскрикнула я от неожиданности, почувствовав, как капля упала мне на лоб.

1906

– Ой! – вскрикнула я, почувствовав, как что-то капнуло мне на макушку. Мы стояли в одном из залов Жемчужной пещеры около подземного озера. И казалось, что стены пещеры продолжают вибрировать и в воздухе все еще слышится звук бубна.

Как только мы дошли до озера, Арсений зажег факел и заиграл на бубне. Он достал его из огромной сумки, которую прихватил с собой. Я, честно говоря, подумала, что Арсений захватил нам подстилки, на которых можно сидеть, и про себя восхитилась его предусмотрительностью, но то, что он возьмет бубен, я никак не ожидала. Бубен был яйцевидной формы, с ободом из старого дерева. Снаружи обод бубна украшали семь угловатых выпуклостей, покрытых кожей трехгодовалого бычка. Внутри бубна шли ремни, привязанные накрест посередине к железному кругу с поперечинами, чтобы удобнее было держать. Внутри бубна, вдоль обода, висело множество костяных погремушек, послушных малейшему движению.

– Мне хотелось вас чем-то поразить, и я захватил этот бубен, – поймав наши недоуменные взгляды, устремленные на инструмент, объяснил Арсений. – Мне подарил его сибирский шаман в одной из моих экспедиций.

Вначале мы стояли и наблюдали, как на стене танцуют тени огня, но постепенно, захваченные ритмом, почувствовали, как ноги стали потихоньку отбивать такт. Отраженные от стен и усиленные эхом ритмичные звуки пробуждали первобытную жажду жизни, жажду движения.

– Танцуйте, – услышали мы голос Арсения. – Танцуйте! – Это больше походило на приказ, чем на просьбу. – Забудьте все условности, танцуйте!

Мы с Аннушкой переглянулись, сомневаясь и смущаясь, и стали потихоньку пританцовывать.

– Чувствуя свои ноги, набирайте силу, соединяясь с землей, скидывайте обувь и танцуйте босиком, чувствуя грязь и камень, каждый шаг впечатывайте в землю, танцуйте, слушая ритм и отдаваясь ритму. Позволяйте силе жизни наполнить вас, поднимаясь по вашим ногам, чувствуйте себя живыми, чувствуйте свои стопы, чувствуйте, как вы соединяетесь с землей.

Звук бубна становился все громче, ритм ускорялся, и казалось, что все включается в этот ритм. Что-то первобытное проснулось в телах, которые уже вне зависимости от нашей воли двигались в такт ритмичным звукам. Туфли давно были сброшены, и, удивляясь самим себе, мы впечатывали в землю каждый шаг. И когда внезапно звук оборвался, мы остановились как вкопанные, чувствуя, как наши ноги врастают в землю.

2006

– Чувствуйте, как ваши ноги врастают в землю, – голос Спироса разрезал громким звуком похожую на пудинг полуденную тишину.

Мы лежали, разморенные, на теплых камнях крошечного островка, недалеко от пещеры. Казалось, что мы даже не можем пошевелить пальцем, но голос Спироса заставил нас подняться. Мы вскочили и стоя растерянно озирались, пытались понять, что происходит. Я старалась переводить Карине все, что говорил Спирос.

Упражнение на уверенность

– Чувствуйте, как ваши ноги врастают в землю, – повторил Спирос. – Стопы стоят параллельно, носки чуть развернуты, колени полусогнуты. И теперь поставьте кулаки на поясницу и, глядя вперед, начинайте медленно нагибаться назад настолько, насколько сможете, превра-

щаясь в лук и при этом глядя вперед, и застыньте в этом положении, позволяя дрожи охватить ваше тело. Там, где энергия заблокирована, дрожи нет. Живое тело вибрирует и дрожит, позволяя энергии наполнять вас уверенностью и силой. Приоткройте рот и сделайте десять медленных вдохов и выдохов со звуком «А», выдыхая все блоки, все напряжение. И, сделав десятый вдох и выдох, медленно наклонитесь вперед, касаясь руками земли, перенося вес тела на носки и чуть согнув колени. Сделайте десять медленных вдохов и выдохов со звуком «А», так же стараясь отпустить тело, чувствуя дрожь. Сделав десятый вдох и выдох, медленно поднимайте тело, чувствуя, как каждый позвонок распрямляется, сначала туловище, потом шея, и только потом поднимайте голову.

– И что это было? – подняв одну бровь и окончательно проснувшись, поинтересовалась Карина.

– Упражнение для неуверенных в себе красивых женщин, – бросив на нас оценивающий взгляд, прокомментировал Спирос и продолжил: – Это одно из упражнений Лоуэна, помогающих наработать базовую уверенность в себе через восстановление связи с Землей. Готовы повторить еще два раза?!

– Этого действительно мне сейчас не хватает, – кивнула Карина, повторяя еще два раза за Спиросом необычное упражнение.

– Но откуда вы это все знаете? – отдышавшись, Карина продолжила пытаться Спироса вопросами.

– Когда-то я очень скептически относился ко всем ритуалам и практикам и считал, что только люди со странностями занимаются всякой ерундой. Но в тридцать лет я встретил очень богатого человека, управляющего огромной бизнес-империей и занимающего высокий пост в правительстве. Ему в то время было около семидесяти. Но он прекрасно выглядел, был бодр и энергичен.

– И что? – включилась я, подумав, что у меня талант притягивать в свою жизнь мужчин, которые занимаются различными практиками. «Что излучаешь, то и получаешь», – вспомнила я, продолжая переводить для Карины рассказ Спироса.

– Мы разговорились о том, как ему удалось всего этого достичь, и, может, ему захотелось с кем-то поделиться, может, он увидел во мне своего сына, но он сказал, что до тридцати лет, как и я, он был никем и ничего не имел. И, не зная, как это изменить, он перепробовал разные работы и разные способы. Но все было тщетно. Пока однажды ему не попалась книга с практиками по усилению сексуальной энергии. И в этой книге говорилось, что для мужчины важно уметь, трансформируя сексуальную энергию, накапливать личную силу в центре солнечного сплетения. Этот центр отвечает за волю, опору, умение держать удар, умение нести ответственность, способность обеспечить семью. В его жизни стали происходить изменения, как только он начал развивать этот центр. И я последовал его советам и стал изучать различные практики по набору сексуальной энергии и переводу ее в личную силу и власть.

– И как? Успешно?

– Да, я прошел несколько тренингов у разных мастеров в Италии, где и познакомился с Фабрицио. Но для мужчины еще важно, ради кого он все это делает. Я как-то прочитал одно исследование, и в нем говорилось, что единственное, ради чего мужчина готов умереть, – это женщина.

– Я мало встречала таких мужчин, – с сомнением покачала я головой.

– А я мало встречал женщин, ради которых мне хотелось умереть или хотя бы совершить подвиг.

– Например, достать Луну с неба, – засмеялась я, вспомнив старый мультфильм о вечном обещании мужчин подарить Луну.

– Луну не обещаю, но ванну из лунного света могу предложить, – уже совсем другим, дразнящим и чувственным тоном, смотря на меня долгим взглядом, пообещал Спирос.

Испугавшись той энергии, которая завибрировала между нами, я постаралась вернуться к упражнению.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.