

**Белецкая И.Е.**  
**Как жить в реальности?**

Жизнь с учетом реальности, а не вопреки ей - это была одна из моих задач в уходящем году. Когда я пишу об этом - все кажется таким простым и очевидным. ПОНЯТНЫМ. И мне важно было ухватить, в чем суть этой понятности... Потому что именно иллюзорная понятность задачи "жить в реальности" как раз и мешает в ней жить... так мне видится на основании моего собственного опыта и опыта работы с людьми, стремящимися к развитию.

Например, человека забрали в армию. После ВУЗа, ожидаемо, с отсрочкой в год. Все мы так или иначе представляем, как оно, в армии. Никаких иллюзий. Реальность обычно хуже наших представлений...

Так вот, какой могла бы быть первая задача человека, который попал в такую реальность? Ну, конечно, выжить! Сохранить свое физическое и психическое здоровье. Чтобы прожить этот год и потом мочь вернуться к обычной жизни. Это время тяжелых непривычных физических и эмоциональных нагрузок. Год трудностей. Плохой пищи, отрыва от друзей. Это так для всех – для тех, кто подготовлен, и для тех, кто не подготовлен... И если смотреть на эту реальность именно таким образом, очевидно (причем всем!!!, я проверяла), что надо затаиться, максимально приспособиться, чтобы минимизировать потери... И просто жить... Выдерживать.

Но человек, опыт которого я хочу привести в пример, поставил себе на этот год другие задачи... Быть духовным, просветленным, осознанным. Медитирует. А по факту является не сконцентрированным, часто ошибается, не доделывает до конца... Его наказывают, его подразделение наказывает... что усугубляет его проблемы... и вот – круг замкнулся...

По сути человек живет не из той реальности, в которой он есть. А из той, где он хотел бы быть. И ставит цели и планирует не из реальной точки А в точку реальную Б, а из некой виртуальной точки А' в реальную точку Б. Проблема в том, что действия, ведущие к успеху из виртуальной точки А', из точки А, реальной, к успеху не ведут...

И это есть мое болезненно продвигающее открытие последних лет...

Что же касается понятности. Да, про это ТАК много и часто говорится и пишется, что кажется, что и мы (я, в частности) это безусловно учитываем. Потому что учитывать это – правильно и разумно. При планировании изменений, при проектировании будущего.

Ан нет. Мотивирующие лозунги типа «Повысь самооценку», «Полюби себя» или «Найди свой путь», «Займи свое место», «Будь собой», духовным, просветленным и даже более практическое «Выйди замуж» и «Смени работу» и пр. не работают потому, что люди начинают свой путь без учета той точки, в которой они находятся.

Слепы? Глухи? Тупы? Нет... просто часто очень больно признать, в какой же жопе (зачеркнуто) реальности мы находимся. В работе, в отношениях, в армии...

Что помогает «вернуться» в точку А? Обрести ее, как бы дико и абсурдно это не звучало?

Один простой вопрос: «А как тебе хорошо жить, как правильно поступать, чем заниматься, если предположить, что твоя жизнь никогда не изменится?» И ответ сразу находится... Причем аутентичный. Продвигающий. Начинающий изменения.

Самой страшное во всей этой истории, что жизнь действительно не меняется, пока мы не вернемся в точку А... Ведь наша жизнь идет там. А человек пытается «провести изменения» из точки А'. И поэтому он не успешен....

Попробуйте. Для меня это был и есть долгий болезненный процесс. Наполненный неприятными открытиями про себя. И про реальность. Но результат!!! Вдохновляет идти дальше 😊