

Бо́льнАя глава.

Ааа... Меня аж самую передергивает, но... написать ее нужно. Эта глава является прямым продолжением предыдущей пьесы. Помните, про Мастера Сашу? Скажем «спасибо» Марии Ивановне, если бы не она, еще долго Саша совершала бы некоторые ошибки.

Сегодня работа над ошибками. Вообще понятие «ошибка» весьма условна. Кто-то рисует всю жизнь брови «по стакану» черным карандашом и все устраивает, а для кого-то это ошибка.

Так что же считать ошибочным мнением и поведением? Порассуждаю.

- Ненужная жертвенность. Ваши интересы ущемляют, а вы терпите.
- Поиск проблемы только в себе. Вы взваливаете ответственность за происходящее только на себя. Лучше направить силы на поиск решения проблемы. Но помните, что в роль Вечного Спасателя себя загонять тоже не стоит.
- Зависимость от оценки окружающих. Перестаньте постоянно ждать похвалы, стараться для кого-то быть «хорошей девочкой», не бойтесь критики. На первом месте должно быть ваше мнение о себе.
- Вы не знаете себе цену, не любите себя. Единственный способ доказать, что вы чего-то стоите — чего-то стоить! Когда вы знаете себе цену, не надо никому ничего доказывать.
- Отсутствие допустимых границ. Умейте их ставить и охранять. Тех, кто не имеет границ допустимого, не уважают независимо от их заслуг.

«О! Точно, это про меня», - узнали себя в одном из пунктов? Тогда начните выходить из моделей неэффективного поведения, токсичных созависимых отношений. Готовы? Тогда меняем отношение к боли.

Когда всю свою 40-летнюю жизнь (или большую ее часть) рисуешь себе брови черным карандашом (причем все привыкли к тебе такой, критику ты не слышишь), и в один прекрасный день мастер «делает» тебе новое лицо, это может быть больно.

Я не про физическую боль, а про эмоциональные переживания. Помните, что все женщины — голимые «эмодзи»? Когда женщина смело идет на пластическую операцию? Без страха, не боясь боли? Да, когда хуже уже некуда. Кончились «бонусы», оправдания страхов. На горизонте она увидела новую жизнь, полную приятностей, которых не было в старой.

Так и вам нужно увидеть эти новые «вкусняшки», тогда выход из старого сценарного алгоритма будет стремительнее и менее болезненным.

Боль является частью роста. Она заставляет двигаться. Она имеет цель. Боль меняет вас. Вместо сопротивления дайте помочь ей вам расти.

Больно будет только первый раз. Вы как мастера знаете, что чаще клиентки путают боль и страх. Вам просто страшно сойти с накатанной колеи на новую тропку, пока слабо заметную, не протоптанную, неизвестно куда идущую.

По мере продвижения по ней ваши шаги станут увереннее, тропа шире, цель заметнее и оформленнее. И на вашем пути появятся попутчики, новые люди, близкие вам по духу и мыслям, ценностям и устремлениям.

Так вперед? Приготовьтесь собирать новые бонусы!