

## «Волчьи» правила для жизни женщины

**Получайте питание.** Нужно научиться принимать комплименты. Особой притягательностью для вредных комплексов обладают самые плодотворные, самые революционные и замечательные идеи и самые яркие виды творчества. Поэтому здесь не может быть двух мнений: нужно призвать к действию более зоркий анимус, а старый отправить на покой, то есть отослать в архивный слой души, где хранятся обескровленные и сложенные вчетверо импульсы и катализаторы. Там они становятся памятниками прошлого, а не действующими лицами или аффектами.

**Реагируйте.** Чтобы творить, необходимо уметь реагировать. Творческое начало – это способность реагировать на все, что происходит вокруг. Умение выбирать из сотен возможных мыслей, чувств, действий и реакций, которые у нас возникают, и объединять их в едином отклике, в едином выражении или послании, передающем момент, страсть и содержание. В этом смысле утрата творческого состояния означает, что мы, оказываясь, ограничены единственным выбором, лишены чувств и мыслей, вынуждены их подавлять или подвергать цензуре, не действовать, не говорить, не делать, не быть.

**Быть дикой.** Чтобы творить, нужно добровольно стать круглым дураком, сесть на трон на спине осла и начать плевать рубинами. Тогда река потечет, тогда мы сможем стоять в ее стремительных струях. Сможем подставить подол и зачерпнуть, сколько в силах унести.

**Начните.** Если вы боитесь, боитесь неудачи, я говорю вам: начинайте и потерпите неудачу, если это необходимо, соберитесь с силами и начните снова. Снова неудача – так что же? Начните еще раз. Нас удерживает не неудача; это нежелание начинать сызнова приводит нас к застою. Вы боитесь – ну и что? Если вы боитесь, что что-то собирается на вас наброситься и укусить, то, бога ради, разделайтесь с ним наконец! Пусть ваш страх выпрыгнет и укусит вас, чтобы вы могли с ним покончить и идти дальше. Вы справитесь с ним. Страх пройдет. В этом случае лучше встретиться с ним лицом к лицу, прочувствовать его и покончить с ним, чем продолжать им пользоваться, чтобы уклониться от очистки реки.

**Берегите свое время.** В Скалистых горах живет одна моя знакомая художница. Когда ей вздумается порисовать или поразмышлять, она вешает на преграждающую подъезд к ее дому цепь табличку: "Сегодня я работаю и гостей не принимаю. Я знаю, вы думаете, что вас это не касается, потому что вы мой банкир, агент или лучшая подруга. Вы ошибаетесь".

**Оберегайте свою творческую жизнь.** Если вам не грозит душевный голод, назовите свою проблему, какой бы она ни была, и разрешите ее. Занимайтесь своей работой каждый день. И еще: следите, чтобы ни мысль, ни мужчина, ни женщина, ни подруга, ни религия, ни работа, ни ворчливый внутренний голос не смогли загнать вас в состояние душевного голода. А если понадобится, покажите клыки.

***Создайте себе подлинное дело.*** Постройте приют тепла и знания. Соберите свою энергию воедино. Строго соблюдайте равновесие между скучным исполнением долга и личной увлеченностью. Оберегайте душу. Ни на шаг не отступайте от полноценной творческой жизни. Не позволяйте ее похитить ни своим комплексам, ни обществу, ни интеллектуальному мусору, ни звучной педагогической или политической трескотне.

***Обеспечьте питание для творческой жизни.*** Хотя есть много вещей, полезных и питательных для души, большинство из них можно подразделить на четыре категории продуктов питания, необходимых для Дикой Женщины: время, причастность, увлеченность и независимость. Запасайте их.

Выслеживать – значит легко шагать, неслышно ступать и благодаря этому уметь свободно передвигаться по лесу, все замечая, но оставаясь незаметным. Волчица выслеживает всех и все, что вторгается на ее территорию. Это ее способ сбора информации. Надо уметь появиться, потом рассеяться, как дым, и появиться снова.

Волки умеют двигаться очень тихо, производя не больше шума, чем los angeles timidos, кроткие ангелы. Сначала они украдкой выслеживают существо, которое привлекло их внимание. Потом неожиданно появляются перед ним, прицелившись из-за дерева золотистым глазом. Внезапно волк резко поворачивается и исчезает, мелькнув гривой с белым подбоем и мохнатым хвостом, но только для того, чтобы сделать круг и снова появиться, теперь уже за спиной у чужака. Это и есть выслеживание.

Дикая Женщина выслеживает обычных женщин годами. Вот она мелькнула перед нами и снова исчезла из виду. И все же она появляется в нашей жизни так часто и в таком множестве облиций, что нам кажется, будто нас со всех сторон окружают ее образы и импульсы. Она приходит к нам в сновидениях и в историях – особенно в историях из нашей личной жизни, – ибо хочет увидеть, кто мы такие, готовы ли мы присоединиться к ней. Нам достаточно бросить взгляд на свою тень, чтобы увидеть: это не двуногая тень человека, а прелестный образ дикого и свободного существа.

Мы должны быть постоянными обитательницами ее территории, а не просто туристами, ибо мы родом из этой страны – это наша родина и в то же время наше наследие. Дикая сила нашей души-психики выслеживает нас не случайно. Есть высказывание, дошедшее до нас из средних веков: если ты совершаешь спуск и тебя преследует какая-то великая сила и если этой великой силе удастся поймать твою тень, ты тоже станешь самостоятельной силой.

Дикая сила нашей собственной души, великая и добрая, хочет наступить лапой на наши тени и таким образом объявить нас своей собственностью. Как только дикая Женщина поймает наши тени, мы снова станем принадлежать себе, окажемся в соответствующем окружении, в доме, который принадлежит нам по праву.

В большинстве своем женщины, как правило, этого не боятся. В сущности, они стремятся к такому воссоединению. Если бы они прямо сейчас могли найти логово Дикой Женщины, они нырнули бы туда и радостно прижались к ее груди. Нужно только указать им верный путь, а он всегда ведет вглубь: вглубь вашей работы, вглубь вашей внутренней жизни – вниз по этому туннелю прямо к ее логову.

В детстве, или уже повзрослев, мы начинаем искать дикое начало, потому что ощущаем поддержку дикой силы всякий раз, когда стремимся к чему-то всей душой. Может быть, мы во сне увидели ее след на свежем снегу. Или отмечали в душе то согнутую ветку, то камешки, перевернутые сырой стороной кверху, и понимали: рядом прошло что-то благословенное. Мы слышали в душе доносящийся издалека звук знакомого дыхания, чувствовали содрогание земли и безошибочно знали: на подходе что-то мощное, что-то значительное, что-то дикое и свободное.

Не в силах от него отвернуться, мы шли по пятам, старательно учась прыгать, бегать, выслеживать все, что вторгается на нашу душевную территорию. Мы выслеживали Дикую Женщину, а она в ответ любовно выслеживала нас. Она рычала, и мы пытались ей отвечать – раньше, чем вспомнили, как говорить на ее языке, даже раньше, чем до конца поняли, с кем разговариваем. А она ждала нас и воодушевляла. Таково чудо дикой

инстинктивной природы. Еще не обрета полного знания, мы знали. Еще не обрета полного видения, понимали, что за пределами эго существует чудесная и любящая сила.

В детстве Опал Уайтли написала такие слова о примирении с силой дикого начала:

Сегодня, ближе к вечеру,

Я завела девочку, которая не умела видеть,

В лес, где темнота и тени.

Я подвела ее к тени,

Которая шла рядом с нами.

Я коснулась щеки подружки

Бархатными пальцами тени.

Теперь она тоже

Полюбила тени,

А ее страх исчез.

То, что для женщин было веками потеряно, можно найти снова, если следовать за отбрасываемой им тенью. И еще – поставить свечку Богоматери Гваделупской, ибо эти утраченные и украденные сокровища до сих пор отбрасывают тени в наших снах, в наших грезах и в старых-престарых сказках, в поэзии и в каждом вдохновенном мгновении. Женщины всего мира: ваши матери, моя мать, вы и я, наши сестры, наши подруги, наши дочери, все племена женщин, которые еще не встретились, – все мы видим во сне то, что утрачено, что вот-вот должно возникнуть из бессознательного. Во всех концах земли женщины видят одни и те же сны. Мы никогда не останемся без карты. Нас объединяют наши сновидения.

Сны приносят воздаяние, они дают зеркало, которое позволяет заглянуть в глубины бессознательного и которое отражает главным образом то, что утрачено, и то, что необходимо, чтобы восстановить равновесие. В снах бессознательное постоянно создает учебные образы. Как фантастический затерянный мир, мир сновидений поднимается из наших спящих тел, окутанный дымкой, сочащийся влагой, и образует над всеми нами родной материнский кров. Это мир нашего знания, страна нашей Самости.

Что же нам снится? Архетип Дикой Женщины, воссоединение. Каждый день мы рождаемся и возрождаемся из этого сна и весь день творим, используя его энергию. Ночь за ночью мы рождаемся и возрождаемся все из того же дикого сна и выходим на свет, сжимая в кулаке грубую шерсть; наши ступни черны от сырой земли, наши волосы пахнут морем, лесом или костром.

Выходя из этой страны, мы влезает в дневную одежду, в дневную жизнь. Мы покидаем эту дикую страну, чтобы сидеть перед компьютером, перед кастрюлей, перед окном, перед учителем, книгой, клиентом. Мы вдыхаем дикое в свою коллективную работу, в свои коммерческие сделки, в свои решения, в свое творчество, в свой ручной и сердечный труд, в политику, духовность, планы, домашнюю жизнь, образование, промышленность, международные дела, свободы, права и обязанности. Дикое женское начало не только сохраняется во всех мирах – оно сохраняет все миры.

Давайте примем это. Мы, женщины, строим себе родину – у каждой свой участок земли, вырезанный из ночных сновидений и дневных трудов. Постепенно мы расширяем и расширяем этот общий участок. Когда-то это будет бескрайняя страна, восставшая из мертвых, возрожденная страна, Munda de la Madre, Страна Матери, душевная родина, сосуществующая и равноправная с другими мирами. Этот мир сотворен из наших жизней, нашего плача, нашего смеха, наших костей. Такой мир стоит создать, в таком мире стоит жить, это мир, где преобладает достойное дикое здравомыслие.

Когда мы думаем о восстановлении, на ум приходят бульдозеры, плотники, ремонт старых конструкций. Однако у слова *reclamation* есть и более старый смысл. Оно происходит от древнефранцузского *reclamer*, подзывать сокола, которого отпустили полетать. Именно это нам и нужно – заставить что-то дикое вернуться на зов. Это слово отлично нам подходит по смыслу. Мы используем голос сознания, жизни и души, чтобы призвать интуицию, воображение, призвать Дикую Женщину. И она приходит.

Женщине от этого не уйти. Если должна произойти перемена, мы уже здесь. Мы несем в себе *La Que Sabe*, Ты, Что Знает. Если предстоит внутренняя перемена, каждая женщина должна ее совершить. Если предстоит перемена мирового масштаба, у нас, женщин, есть свои способы помочь ей свершиться. Дикая Женщина подсказывает нам слова и методы, а мы выполняем. Она бежит, останавливается и смотрит: успеваем ли мы за ней? У нее есть кое-что, много кое-чего, чтобы нам показать.

Поэтому, если вы на грани бегства, на грани риска, если осмеливаетесь нарушить запрет, откопайте кости из самой глубины, доведите до созревания дикие и природные качества женщин, жизни, мужчин, детей, земли. Используйте любовь и острые инстинкты – они подскажут вам, когда время рычать, бросаться, валить с ног, когда отступить, когда преследовать добычу до рассвета. Чтобы жить как можно ближе к божественному дикому началу, женщина должна еще больше держать ушки на макушке, еще больше высматривать и вынюхивать, еще больше развивать интуицию, еще больше жить творческой жизнью, быть еще ближе к земле, еще больше ценить одиночество и общество других женщин, в ее жизни должно быть еще больше естественности, еще больше огня, еще больше духовности, еще больше новых слов и идей. Она должна еще больше признавать своих сестер, больше сеять, больше беречь корни, проявлять больше доброты к мужчинам, больше общаться с соседями, больше любить поэзию, больше расписывать выдумки и факты, больше уходить в дебри дикой женственности. В ее жизни должно быть больше кружков кройки и шитья для террористок, больше рычания. И как можно больше *santo hondo*, сокровенных песен.

Женщина должна вытряхнуть свою шкуру, обойти свои пути, утвердить свое инстинктивное знание. Все мы можем подтвердить свое членство в клане раненых, гордо носить свои боевые шрамы, написать свои тайны на стенах, отказаться стыдиться, пройти путь от начала до конца. Давайте не будем растрачивать себя на гнев – пусть лучше он делает нас сильнее. Прежде всего, будем хитроумными, будем использовать свою женскую сообразительность.

Давайте помнить, что лучшее не может и не должно скрываться. Медитация, образование, анализ сновидений, любые тайные знания – все это бесполезно, если вы храните это для себя или небольшого кружка избранных. Так выходите же, выходите, где бы вы ни были! Оставьте глубокие следы – вы это можете. Станьте старухой в качалке и баюкайте идею, пока та не превратится в дитя. Станьте храброй и терпеливой женщиной из "Лунного медведя", которая учится видеть сквозь иллюзии. Не позволяйте спичкам и фантазиям себя отвлекать, как это случилось с девочкой со спичками.

Держитесь, пока, как гадкий утенок, не найдете тех, кто одной с вами крови. Очистите реку творчества, чтобы *La Llorona* смогла найти то, что ей принадлежит. Как безрукая девица, предоставьте выносливому сердцу вести себя через лес. Как *La Loba*, соберите кости утраченных ценностей и песней верните их к жизни. Как можно больше прощайте, поменьше забывайте, побольше создавайте. То, что вы делаете сегодня, в будущем повлияет на ваше потомство по материнской линии. Быть может, дочери дочерей ваших дочерей будут помнить о вас и, что самое главное, идти по вашим следам.

## Дикая волчица

Волчица — символ дикой природы. Она независимая, хищная, гордая. Знает себе цену, но умеет доставить удовольствие. Разве не за такими особами охотились мужчины во все времена?

### Женщина-Волчица...

Вот она, мечта любого Казановы. Красива, умна, умеет решать сама все свои проблемы, но при этом не взваливает на себя чужие заботы. Она дарит мужчине наслаждение и в постели, и в обычной жизни. Просто наблюдать за ней — источник огромного удовольствия. А теперь начнем перерождение. Даже ваша осанка и походка изменятся сразу после этого упражнения, а темперамент станет по настоящему диким и необузданным.

Перерождение. Садитесь или ложитесь в удобной позе, закройте глаза, ничто не должно вам мешать. Забудьте обо всех проблемах, остановите ход мыслей в голове. А теперь представьте лес. По нему бежит красивая, статная волчица. У нее прекрасная серая шерсть, гордая осанка. Вы замечали что у волков спина идеально ровная? Наша Волчица выслеживает добычу оленя или бизона. Только крупная добыча достойна внимания Волчицы. Полюбуйтесь на это воплощение страсти и темперамента.

Вдруг, вы понимаете, что Волчица — это вы... Важно все упражнение четко помнить что волчица — это ваш образ. Вы быстро-быстро бежите по лесу, замедляетесь. Полюбуйтесь деревьями, послушайте пение птиц. Волчица шагает гордой поступью, единственная и неповторимая. Все любят вас. Вам кланяются птицы, деревья, цветы, животные. Почувствуйте себя королевой леса. Властной и Независимой, Красивой и Энергичной.

Внутри вашего живота (вы в образе волчицы, помните об этом) все наполняется буйной, дикой энергией, она огненно-красного цвета. Ее так много, она заполняет все тело волчицы и выбивается лучами наружу.

Вам приятно ощущение этой энергии. Волчица срывается с места и начинает бежать. Вы упиваетесь теми эмоциями и физическими ощущениями, которые вам дарит энергия внутри живота. Четко визуализируйте красный шар в животе, от которого исходит свет, наполняющий все тело.

Вы бежите очень долго, мимо проносятся деревья, камни, цветы. Сам этот бег очень приятен, получайте от него удовольствие в виде приятных эмоций. Нет прошлого, нет настоящего. Есть только сейчас. Насладитесь каждым впечатлением, каждой секундой, которая уходит в некуда, освобождая место новому неповторимому мигу вашей жизни. Никаких воспоминаний о реальности! Никаких детей, мужей, подруг и начальников! Вы — волчица, которая наслаждается своей свободой в диком лесу.

Темнеет, наступает ночь. Вы замедляетесь, оглядываетесь вокруг. Волчица добегаёт до берега огромного лесного озера. Ваше тело заполняется огненной энергетикой. Она, заполнив живот, поднимается вверх по позвоночнику. Вы вся пылаете. Волчица садится, смотрит на луну. Ее образ растворяется в вихре ярко-красной энергии, которая приобретает контуры женского тела. Волчица превращается в прекрасную обнаженную женщину.

Женщина встает, распрямляется, луна освещает ее тело. Как она прекрасна! Дикая и страстная. В ее животе, на уровне от пупка до лобка, пылает красный шар. И женщина, и волчица — это вы, все ощущения визуализируйте внутри собственного тела.

Женщина гордой поступью идет вперед, навстречу новым ощущениям и постепенно ее силуэт растворяется на фоне леса, озера и луны. Очертания пейзажа тоже исчезают. Остается ощущение дикой красной энергии внутри вашего живота.

Открывайте глаза, возвращайтесь к обычной жизни. Вы — источник животворной энергии, которая освещает своими лучами жизнь окружающих мужчин. Даже при взгляде на вас они почувствуют дикую страсть, которой вы одарите только самых достойных. И начнут соревноваться за вашу благосклонность.

Ни одна самая красивая и умная женщина не будет счастлива, если не научится себя уважать. Цените себя! Не дарите внимание любому, пусть мужчины заслужат вашу благосклонность своим безупречным поведением. О том как выделить того, кто действительно способен сделать вас счастливой и в жизни и в постели читайте в следующей главе.

Есть великое множество методов и средств, позволяющих жить в согласии с инстинктивной природой, и ответы на самые сокровенные вопросы меняются по мере того, как меняетесь вы и меняется мир, поэтому нельзя сказать: "Делай так-то и так-то, в таком-то порядке, и все будет хорошо". Волки- животные, которые большую часть времени живут в гармонии. Женщина очень похожа на волчицу: она обладает твердостью, ее переполняют энергия, мощная жизненная сила, она изобретательна и свободна. Но обособление женщины от ее дикой природы причинило женщине вред и сделало ее слабой. Поэтому ради собственного спокойствия прямо сейчас начинайте с любого пункта этого списка **волчьих правил для жизни женщины (или возвращения внутренней женщины)**. Тем, кто ведет борьбу, было бы очень полезно начать с номера десять.

**Общие волчьи правила для жизни женщины  
(или возвращение ВНУТРЕННЕЙ ЖЕНЩИНЫ):**

1. Искать пищу
2. Отдыхать
3. В промежутках бродить
4. Хранить верность
5. Любить детей
6. Играть в лунном свете
7. Держать ушки на макушке
8. Заботиться о костях
9. Заниматься любовью
10. Почаще рычать



*Прямо сейчас начните с любого пункта этого списка!!!*

*«Бегущая с волками: женский архетип в мифах и сказаниях»*

*Кларисса Пинкола Эстес.*

*Ты женщина, ты вечность, ты мгновение!*

## *ЖЕНЩИНА*

*Ты вспышка звездная у неба на груди,  
Нет смерти у тебя и нет рожденья,  
Лишь восхождение Млечного Пути.  
Ты путь пройдешь, сгорая без остатка,  
И теплом мне посеребришь глаза,  
У вечности веселая повадка:  
Быть гибкой и зеленой, как лоза...  
И заменять цветение цветеньем,  
И возникать, и таять в облаках,  
И так его любить, свое мгновение,  
Что вечно погибать в его руках!*

*Не знаю, почему женщины требуют всего того, что есть у мужчин. Ведь у  
женщин, среди прочего, есть мужчины.*

*Коко Шанель*

★ ★ ★

*Ум дан женщине для того, чтобы скрывать свой характер.*

*Восточная пословица*

★ ★ ★

*Ты – женщина! Ты мягкая, как воск,  
Ты можешь принимать любую форму –  
Быть кроткой, колкой, преданной и вздорной,  
И стать ответом на любой вопрос.*

*Ты – женщина! Ты хрупкое стекло.  
Ты – чаша!  
Которую так часто разбивают,  
Которую так склеить тяжело.*

*Ты – женщина! Ты твердая, как сталь.  
Отточенная, острая и злая.  
Клинок, который сердце нам пронзает,  
И оставляет шрамы и печаль.*

*Ты – женщина! Ты все и ничего.  
Помилованьем или приговором  
Ты можешь быть... и почвой и травой.*

*Ты – женщина! Ты солнце и гроза.  
Ты бесконечна, сколь и многолика.  
Ты путь и цель.  
Ты высь и бездна, ад и небеса.*

*Ты – женщина!*

Быть женщиной - что это значит?  
Какою тайною владеть?  
Вот женщина. Но ты незрячий.  
Тебе ее не разглядеть.  
Вот женщина. Но ты незрячий.  
Ни в чем не виноват, незряч!  
А женщина себя назначит,  
как хворому лекарство - врач.  
И если женщина приходит,  
себе единственно верна,  
она приходит - как проходит  
чума, блокада и война.  
И если женщина приходит  
и о себе заводит речь,  
она, как провод, ток проводит,  
чтоб над тобою свет зажечь.  
И если женщина приходит,  
чтоб оторвать тебя от дел,  
она тебя к тебе приводит.  
О, как ты этого хотел!  
Но если женщина уходит,  
побито голову неся,  
то все равно с собой уводит  
бесповоротно все и вся.  
И ты, тот, истинный, тот, лучший,  
ты тоже - там, в том далеке,  
зажат, как бесполезный ключик,  
в ее печальном кулачке.  
Она в улыбку слезы прячет,  
переиначит правду в ложь...  
Как счастлив ты, что ты незрячий  
и что потери не поймешь.

*Любая женщина из ничего может сделать 3-и вещи:  
причёску, салат и трагедию.*

*- Папа, а ты кого больше хотел -  
мальчика или девочку?*

*- Вообще - то , сыночек, я просто хотел  
приятно провести время...*

*Никогда не женись на женщине, с которой можно  
жить. Женись на той, без которой жить нельзя.*

*Девиз всех женщин: мы рождены,  
чтоб деньги делать пылью!*

*Женский гардероб - это когда одеть нечего,  
а вешать некуда!*

*Только женщина может одновременно утверждать,  
что ты порядочная сволочь и настаивать на том,  
что ты женился на ней как порядочный человек.*

*Брак - это такой вид отношений, при которых одна  
сторона всегда права, а вторая - муж.*