

The background is an abstract painting with thick, expressive brushstrokes. The color palette is dominated by deep blues and teals in the upper left, transitioning into bright oranges and yellows in the lower right. There are also significant areas of magenta and red, particularly in the center and right side. The overall effect is one of dynamic energy and emotional intensity.

Алиса Свобода
СКВОЗЬ
призму

18+

Алиса Свобода

Сквозь призму

<https://litres.ru/74549833>

SelfPub; 2026

Аннотация

Этот рассказ — откровенная и глубокая история Алисы, выросшей с эмоционально холодным отцом. Через призму личного опыта автор исследует природу «проблем», восприятия и детских травм. Мы видим, как эпизоды безразличия и отвержения формируют боль, с которой героиня живёт годами, и как она учится отпускать обиду. Это не просто рассказ о трудном детстве, а размышление о том, как выйти из роли жертвы, простить и принять свой путь. Ключевая мысль — всё, что с нами происходит, неслучайно, и наши «проблемы» — это лишь часть нас, которую можно понять и преодолеть, если решиться сделать шаг к свободе.

Содержание

Введение	4
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Алиса Свобода

Сквозь призму

Введение

Все мы люди, и у каждого из нас есть свои «проблемы». При этом мы часто слышим: «Ой, это не проблема, это ерунда, а вот у меня...» — и начинается перечисление жизненных трудностей, которые мешают жить свою лучшую жизнь. Или фраза: «Мне бы твои проблемы...» Открою секрет: Вы можете не справиться с чужими испытаниями. Те или иные события происходят в нашей жизни не случайно, и всё, что случается с вами, вам под силу разрешить — особенно если занять позицию наблюдателя. Именно поэтому чужие вопросы кажутся нам проще: мы не погружены в них с головой и не варимся в этом. Когда даёте советы, как раз важна свежая голова, но и для решения своих — очень хорошо выходить в позицию наблюдателя и смотреть на ситуации со стороны.

Но тут важный момент. На планете Земля (а мы сейчас о ней) происходит множество разных событий, которые мы условно делим на «положительные» и «отрицательные». При этом для одного человека одно и то же событие будет «положительным» или «нейтральным», а для другого — «отри-

цательным». Всё дело в восприятии и опыте. Нельзя обесценивать чужие переживания: каждый видит их в своём свете. Особенно ярко они проявляются, когда мы находимся внутри переживания — и в прямом, и в переносном смысле. Фраза о том, что вы хотели бы поменяться с кем-то проблемами, звучит как минимум высокомерно (ведь именно вы переживаете самое страшное, а у остальных — ерунда, на которую вам было бы наплевать), а как максимум — глупо. Вы не были в шкуре этого человека и не знаете, как он чувствует этот мир. Не исключено, что он справляется с ситуацией куда лучше вас.

Я не случайно беру слово «проблема» в кавычки. Так же как и слова «положительный» и «отрицательный». Как думаете, почему? Всё потому, что МЫ САМИ окрашиваем события своей жизни в те или иные тона, а психика у всех разная. И нельзя забывать: всё, что происходит, неспроста, и наши реакции тоже имеют причины. Но это очень долгая тема; если интересно, можете расспросить меня о ней подробнее.

Сейчас на дворе 2026 год. В мире творится полная неразбериха. Впрочем, она творилась во все времена, но мы не можем прочувствовать это с уровня обычного человека, и не надо. Я бы сказала, что нынешние времена даже легче и лучше, чем некоторые прошлые. Это лишь моё мнение, вы можете с ним не соглашаться — для понимания моего рассказа

это не принципиально.

Я буду писать с колокольни тридцатилетнего человека. Сейчас многие ностальгируют: «Верните мне 2016-й» или «2007-й, там всё было прекрасно, а сейчас кошмар». На нашу жизнь выпал период относительного спокойствия, он был недолгим, но пришёлся на важное для становления личности время. Сейчас кажется, что мир рушится. Но напомним: мы все воспринимаем реальность через разную призму. Даже в 2016 году были свои трудности, просто сейчас они стали общемировыми — с нашей точки зрения. Однако сейчас не об этом. Всё вышесказанное было лишь небольшим предисловием.

И сейчас будет рассказ к тому, что когда, в твоей жизни происходит что-то не приятное для тебя, но одновременно важное, то оно становится для тебя «проблемой» не зависимо от того, что сейчас происходит вокруг. Ты в этой ситуации и ты ей всецело поглощен, и она тебя не отпустит, если ты сам не решишься сделать шаг в освобождение.

РАССКАЗ:

Есть девочка Алиса. Она родилась в конце 90-х в обычной семье: мама — медсестра, папа — сотрудник железной дороги. Обычной — по роду деятельности. Но на самом деле сложно назвать её обычной, когда женщина вышла замуж

лишь потому, что её сестра-близнец уже давно была замужем, развелась и снова вышла, а у неё самой толком не было отношений. Она решила как можно быстрее найти кандидата, чтобы стать замужней дамой. А мужчина, как выяснится позже, вообще был геем. Какие там чувства — и были ли они вообще — я не знаю. Не знаю и того, осознавал ли отец Алисы свою ориентацию сразу. История умалчивает. Не совсем обычная семья, правда? Было бы смешно, если бы не было так грустно. Но случилось то, что случилось.

Думаю, между ними не было близкой связи: они толком не общались, и Григорий (отец Алисы) даже не подпускал к себе Катю(маму Алисы) в прямом смысле — она садилась рядом, а он отсаживался. Интересно, как у них вообще появились дети? К слову, у них была не только Алиса, но и старшая дочь Варвара. По рассказам Кати, Григорий не инициировал близость; первый раз случился спустя 8 месяцев после свадьбы, и, конечно, по инициативе женщины — она хотела детей, да и странно не заниматься сексом с законным мужем. Кате тогда было 23 года, это был её первый секс. Всё как полагается: они ведь выросли в СССР. (Миф о том, что в СССР не было секса, конечно же, неправда — он был, и в браке, и вне, и измены, и всё прочее.) Просто у Кати была строгая мать, а сама девочка — послушная и боялась нарушить материнские запреты. Повезло, что Катя зачала ребенка с первого раза, и не приходилось постоянно заставлять

мужа прикасаться к ней. Но не об этом.

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.