

Принцесса на всю голову. Почему мы влюбляемся в сказочных дураков

Автор:

[Наталья Краснова](#)

Принцесса на всю голову. Почему мы влюбляемся в сказочных дураков

Наталья Краснова

#МастерБлога

И сыграли они пышную свадьбу! И жили долго и счастливо!

Конец.

Этим словом заканчиваются все сказки. Но мы-то с вами знаем, что после слова «конец» начинается самое интересное...

Реальная жизнь – далеко не сказка, но многие женщины, когда-то в детстве примерив на себя образ Принцессы, продолжают в нем жить, задаваясь вопросами: почему из плана жить «долго и счастливо» получается только «долго» и почему очередной Иван-Царевич оказался очередным Иваном-Дураком?

Портреты 18 Принцесс – это 18 моделей поведения, 18 сценариев, по которым живет большинство женщин и которые мешают строить здоровые гармоничные отношения.

Если вы собираетесь вести себя как сказочная принцесса, то очень скоро у вас будут сказочные проблемы. Это все, что у вас будет из сказочного. Конец.

(Да-да, сейчас начнется самое интересное, читайте книгу.)

В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

Наталья Краснова

Принцесса на всю голову. Почему мы влюбляемся в сказочных дураков

1 Давным-давно...

На самом деле не так уж и давно, лет 30 назад, я была обычной наивной голубоглазой девочкой. Но в глубине души верила, что я – особенная. Я – Принцесса.

– Почему я должна мыть посуду за всех? За собой ведь всегда мою. Это кто-то из вас все в раковину накидал. – Я увидела в раковине под грудой тарелок картофельные очистки и салат оливье, забивший сток, и меня передернуло. – Не буду мыть посуду!

– Наталья! – сурово сказал папа. Мое полное имя не сулило мне ничего хорошего. Значит, отец настроен решительно. Но и я упрямая: сказала, не буду, значит, не буду.

– Пусть Ленка моет. Сегодня ее очередь, – резво предложила я. – Мааам!

На кухню вошла мама и с первой секунды просекла расстановку фигур на шахматной доске жизни. Она не стала истерить, напротив, мягко улыбнулась и по-доброму сказала:

– Наташ, вспомни, Золушка все время мыла полы и посуду. Хоть раз она сказала: «Не хочу мыть»? Вот то-то же. А потом она вышла замуж за принца, помнишь?

– А тебя, такую неряху, кто возьмет, кому ты нужна такая будешь, как думаешь? – подключился к сказочной манипуляции папа.

А я никак не думала. Я уже стояла у раковины, брезгливо возюкая пенистой вехоткой маслянистые тарелки. А после посуды еще и пол помыла в квартире. Чтобы уже наверняка выйти замуж за Принца. Чем больше страдаю, тем быстрее меня найдет Принц. В общем, может, я не сильно страдала, или сказочный навигатор заглянул, но мне уже 41 год, а мой Принц меня до сих пор ищет.

Меня зовут Наташа Краснова. Я стендап-комик, автор книг по практической психологии. Мне 41 год. За это время я успела несколько раз выйти замуж. И практически всю свою сознательную жизнь я ждала Принца. Даже когда вышла замуж, все равно продолжала его ждать. Иногда мне казалось, что я вышла замуж не за Принца, а за Дракона. А иногда, что я сама – настоящий Дракон и спасать нужно всех, кроме меня. А иногда даже казалось (и я с этим свыклась), что, если даже Принц прискачет, он с перепугу спасет моего многострадального мужа, а не меня (и будет прав). А я буду вся в гнев мчаться за ними и изрыгать языки пламени (и буду не права). Так я и жила. Вся моя личная жизнь дрейфовала, как Мамонтенок, от разочарования к разочарованию.

Я дико удивлялась, как так происходит: я встречаю Принца, начинаю с ним жить, и он превращается в мудака. «Это что за волшебство такое?» – сердилась я. На самом деле никакого волшебства нет. В реальной жизни никто ни в кого не превращается. Принц остается Принцем. Он по-королевски лежит на диване, иногда говорит: «Мусор вынести – не царское это дело», иногда требует от меня повиновения. Он ведет себя, если откровенно, как истинный Принц. А я требую от него каких-то поступков, хочу, чтобы он на работу устроился, как будто он простолюдин какой-то.

Или на первом свидании хлопаю в ладоши и благодарю своего Принца за то, что тот убивает ради меня драконов, а потом удивляюсь: в какой момент мой Принц превратился в абыюзера? А он и не превращался. Он всегда им был. Он убивал. Да, драконов, но убивал. Да, ради меня, но (еще раз вдумайтесь) убивал! Это основная ошибка принцесс – верить в следующее: то, что мой Принц делает ради меня (убивает, крадет, врет), он никогда не сделает со мной.

Мы все выросли на сказках и отчаянно пытаемся перенести эти сказочные шаблоны в реальную жизнь. Каждая девочка мечтает о Принце, как из сказки (или о парне, как из фильма). Все мы мечтаем о счастливом будущем, где «и жили они долго и счастливо и умерли в один день». Не спрашивайте, каким образом синхронизация смерти добавляет счастья в общую картину супружеской жизни, но в сказках и романтических фильмах обычно так. Я верила в какую-то

«истинную любовь», которая переживет все. Ее просто нужно найти. Если это та самая «истинная любовь», то мне с моим Принцем все время будет хорошо вдвоем, я никогда не буду злиться на него, а он никогда не будет уставать от семейной жизни. И мы всегда будем улыбаться друг другу и держаться за руки. Даже когда одному из нас понадобится пойти в туалет. Вместе навсегда! Вот это и есть истинная любовь!

Вряд ли. По описанию весь этот абзац не похож на истинную любовь, он больше похож на душевное помешательство. Истинное, естественно.

На правах женщины, имеющей несколько печатей в паспорте на странице «семейное положение», могу сказать следующее: реальная семейная жизнь не бывает такой сказочной, какой я себе ее представляла в юности. Любая семья проходит через сложные моменты. Но как через них проходить, в сказках не объясняют. Там чуть что, Василиса Премудрая сразу начинает впадать в истерику: «Зачем ты сжег кожу лягушачью, ты дебил, что ли? Не знал, что ли: нельзя жечь кожу!!! ААААА!!!» Оземь ударились и улетела. Все, до встречи в суде. Вот так конфликты решаются в сказках. Я так и пыталась их решать в реальной жизни. Чуть что не так: «Все! Я уезжаю к маме! Ищи меня за тридевять земель!» Мне в те моменты казалось, что я феерична, как Царевна-Лягушка. Мужу моему казалось, что я – тупая жаба.

В школе нас тоже никто не учил, как общаться с мужчинами. В школах на уроках семейного воспитания мы учились шить фартуки и готовить сырники. Но, когда я вышла замуж, оказалось, что шить фартуки не нужно, а на сырники у моего мужчины вообще аллергия. А вот находить общий язык с мужем, который вдруг оказался твоим «отныне и вовеки веков», очень даже нужно. Причем ежедневно. Но нас никто этому не учил. Моего мужа, очевидно, в школе тоже ничему полезному не учили. Его в школе учили делать табуретки, а не успокаивать жену в период ПМС. И у нас начались проблемы. Обычные семейные проблемы, которые решаются в процессе диалога между мужем и женой. Но никто и никогда в сказках, на которых я выросла, не писал адекватных диалогов. Не было такого правильного (с точки зрения психологов) диалога в конце пушкинской «Сказки о рыбаке и рыбке»:

И сказала Старуха, что не хочет она больше быть столбовой дворянкой, а хочет быть владычицей морскою.

А Старик обнял ее и говорит: «Лариса, моя ты радость, я тебя люблю хоть крестьянкой, хоть царицей. Ты пойми, мы и так с тобой разбогатели нахалюву. Тут как в казино: главное – вовремя остановиться».

И Старуха такая: «Если ты меня любишь, ты пойдешь на синее море и попросишь золотую рыбку...»

А Старик такой: «Ларис, это ж манипуляция чистой воды, а, Ларис...»

И Старуха села и заплакала. И рассказала, как сильно она боится потерять Старика. Что боится, что он пойдет к синему морю и попросит себе новую жену. И что она сама не рада своим манипуляциям и эмоциональному абыюзу. А Старик бережно взял костлявые старушечьи руки в свои загрубевшие рыбацкие ладони, и Старуха впервые за 100 лет улыбнулась. И жили они счастливо. Время от времени.

Вот эту фразу, кстати, неплохо было бы дописывать к слову «конец» в каждой сказке. Жили они долго и счастливо время от времени. Это нормально. Даже самая счастливая семья иногда оказывается на грани развода. Любую из нас после свадьбы могут накрывать сомнения. Это нормально. Но этого в сказках нам не говорят.

А вот что нам в сказках говорят

1. Если ты найдешь Того Самого Человека, вся твоя жизнь станет идеальной и вы никогда не расстанетесь. И каждая девочка (вместо того чтобы научиться общаться с мужчинами и выяснить, чего она сама хочет в этой жизни) тупо ищет Того Самого. Если спросить у подобной Принцездалки, какого конкретно мужчину она ждет, попросить описать его, перечислить конкретные качества человека, она скажет что-то типа: «Я почувствую, что это Он!» На самом деле единственное, что она чувствует, – это панику к 40 годам.

2. Чем больше ты страдаешь, тем большее счастье тебя ждет впереди. Ведь как обычно в сказках? Отец взял свою родную дочь и по приказу мачехи повез в лес на съедение волкам? Что должна сделать девушка в такой аховой ситуации? Правильно, позвонить в полицию. Но в сказках другой совет: девочка, смиришься и

терпи! Старый Дед с посохом подобрал тебя в лесу под елкой, заставляет работать на него? Смирись и терпи. Там в конце сказки всем терпилам обязательно сундук с золотом дают. Жаль, что в жизни все не так радужно. Максимум, на что может рассчитывать терпила, – это 13-я зарплата. Минимум – еще больше ненавистной работы.

3. Бездействуй и плачь. Мачеха заставляет спать на полу у печи? Бездействуй и плачь. Мачеха завалила работой и не дает отдыхать? Бездействуй и плачь. Мачеха унизила и порвала платье твоей покойной матери? Может, пришло время послать мачеху к чертям и уйти? Да нет, лучше бездействуй и плачь. Да-да, дальше в сказке была фея и карета. Но в жизни к жертвам домашнего абьюза обычно приезжает одна и та же карета – карета скорой помощи. Если успевают, конечно.

4. Надейся на чудо. Работать? Да кому это надо! Ты лучше надейся на щуку или золотую рыбу, на оленя с серебряным копытцем и хозяйку Медной горы. В сказке это всегда срабатывает безотказно. А в жизни обычно приходит хозяйка без Медной горы, и все накрывается медным тазом.

«Получается, сказки травмируют детскую психику?» – растерянно произнесла моя подруга Настя и задумалась. И я задумалась. Во-первых, задумалась, зачем я в самый разгар вечеринки с друзьями вдруг начала рассказывать идею своей книги. А во-вторых... Мы все выросли на одних и тех же сказках, но кто-то из нас превратился в терпилу (типа Золушки), кто-то в геронтофоба (типа мачехи Белоснежки), а кто-то остался адекватной и психически здоровой личностью. Как так-то?

Дело в том, что сказка (сама по себе) не закладывает в человеке травму. Сказка может только закрепить имеющийся у человека паттерн поведения, зацементировать уже существующую травму, сделать ее частью характера человека. Это не сказка «привлекает» травму. Это уже имеющаяся психологическая травма «притягивает» к человеку соответствующие сказочные сюжеты, которые человек диагностирует как родные и близкие. Немудрено. Если девочка с детства растет под гиперопекой матери, сидит дома, как Рапунцель в башне, ей будут нравиться именно такие истории: «Наивная неопытная девушка

связалась с хулиганом и сбежала из дома».

«Я не такая!» – обязательно скажет кто-то из читателей этой книги.

Да, безусловно. Мы все такие, одна ты не такая. На тебя единственную никак не повлияли сказки из детства. Именно поэтому ты сейчас читаешь книгу сказок. Хотя, возможно, ты права, ты другая. Может быть, тебе в детстве перед сном родители читали не сказки, а «Основы ядерной физики» и «Тригонометрию» за 11-й класс. Ты не ассоциируешь себя ни с одной принцессой и ни разу не влюблялась ни в книжного персонажа, ни в героя из фильма. Ты – уникальна. Уникальность твоя заключается в том, что ты умудряешься врать самой себе и истинно верить в свою ложь. Хотя, возможно, ты действительно обладаешь аналитическим умом, живешь в мире цифр, и в твоей голове нет места для фантазий. В таком случае эта книга станет легким и веселым чтивом для тебя. Ты будешь ловить себя на мысли: «Ох, какие бывают глупые эти женщины, у которых есть воображение и которые могут внезапно влюбиться в мудака, а потом страдать».

Ты адекватная, ты не такая. А вот я как раз такая. Как только я научилась складывать слоги в слова, а слова в предложения, начала читать сказки. Я прочитала все, что могла в домашней библиотеке, и перекинулась на школьную, а затем и на районную. Я, как эпистолярный пожар, поглощала книги одна за другой, попутно влюбляясь в каждого принца. А ведь принцы (все без исключения) – потенциальные клиенты психдиспансера: от абьюзера Адама до инфантильного Эльфа из «Дюймовочки». Поэтому никто из моего окружения не удивился, когда, достигнув половозрелого возраста, я вдруг начала с завидной регулярностью влюбляться в мудаков. Головой-то понимала, что мне нужно жить с адекватным парнем, иногда даже пыталась встречаться с таким. Но мне было с ним безумно скучно и беспросветно.

И каждый раз, как только я видела на горизонте загадочную мудацкую морду, я сразу же наотмашь влюблялась. Чем загадочнее и мудачее была эта морда, тем сильнее меня затягивало. Вся моя молодость и часть зрелости прошла под эгидой: «Влюбись и страдай. И его заставь страдать». Если я не страдала в отношениях, мне казалось, что в этих отношениях нет любви. Обычные человеческие отношения, в которых оба супруга уважают и любят друг друга, я называла «унылым сожительством».

Как понять, адекватная ли ты женщина или классическая Принцесса? Понять несложно, а вот принять этот факт будет задачей не из простых. Итак, ты классическая сказочная Принцесса, если:

1. Едва познакомившись с мужчиной, ты уже наделяешь его какими-то свойствами. Например, симпатичный парень придержал тебе дверь на входе в метро, а ты уже мысленно вышла за него замуж и родила пятерых детей. Потом в вагоне метро ты ему улыбалась, и он тебе тоже. Ты мысленно родила ему еще шестерых детей. А потом он вышел на своей станции, а ты продолжаешь ждать, когда он найдет тебя и предложит быть его женой. И так уже четыре года.
2. Если человек плохо с тобой обращается, его надо расколдовать. Твой мужчина избил тебя. Но, вместо того чтобы собрать вещи и съехать от этого морального уroda за тридевять земель или хотя бы к маме в Саратов, ты начинаешь искать причину его такого поведения. И оказывается, у него был очень суровый отец, вся причина в его отношениях с родителями, это травма детства. И ты вдруг понимаешь, как ему плохо и что его никто не любит, поэтому он такой злой. И начинаешь свою миссию: спаси чудовище от гибели. Причем своя гибель тебя волнует существенно меньше. Хотя она существенно реальней. Если честно, среди нас нет «заколдованных» людей. Мы все разные, и ты либо принимаешь человека таким, какой он есть, либо уходишь от него.
3. Ты ждешь вмешательства волшебного наставника. В личной жизни полный караул. Подруги советуют завести анкету на сайте знакомств. Но ты не заводишь и на улицу не выходишь. В клубы не заглядываешь. А если кто-то пытается с тобой познакомиться, ты говоришь: «Отвали!» А вечером ноешь подругам, мол, «почему я до сих пор одна?» Потому.
4. Ты ждешь, что зло будет наказано. Так всегда бывает в хороших фильмах и сказках. Я несколько лет ждала, что мой самый главный бывший скажет: «Я ушел тогда, потому что мать мне наговорила про тебя всякого. А вчера она во всем призналась. Прости, что я в тебе сомневался. Вернись, я брошу всех своих шлюх...» Или что-то подобное скажет. И вернется ко мне. И все будут счастливы.

Ну, кроме его шлюх, конечно.

5. Ты ждешь начала жизни. Ты, конечно же, живешь, но как бы не на полную катушку. А на полную катушку ты начнешь жить, когда похудеешь (выйдешь замуж, устроишься на работу, вставишь себе зубы и сиськи – и так далее, и тому подобное).

Если вы узнали себя хоть в одной из этих ситуаций, вы – сказочная Принцесса. Как и я. Вы всегда ждете чего-то волшебного, надеетесь на Фею Крестную и живете в ожидании чуда. Эта книга как раз для таких, как вы. И как я. В этой книге 18 сказок. 18 принцесс. 18 синдромов, один страшнее другого. В психологии же – как и в сказке: чем дальше, тем страшнее.

«Я не любила в детстве сказки, с принцессами себя не ассоциировала. Я больше фильмы смотрю, я адекватная просто, наверное», – сказала Машка, пожала плечами и отхлебнула растворимую бурду из пластикового стаканчика.

Я знаю Машку с первого курса педагогического университета, адекватностью там и не пахнет. С каждым своим парнем Машка знакомится по одной и той же схеме. В клубе Машка отрывается как в последний раз, она – душа компании (потому что обычная жизнь ей скучна и однотипна: проверь тетради, заполняй журнал, готовь конспект урока). Но, как только какой-нибудь парень западает на нее, Машка сбегает домой, оставляя парня в недоумении. Тот ищет ее по соцсетям и находит. Влюбленные счастливы. Время от времени. Конец.

Ничего не напоминает? Мне очень сильно напомнило до боли знакомый сюжет, поэтому я заинтересовалась у Машки, а какие фильмы у нее самые любимые. Ответ меня не удивил: «Красотка», «Госпожа горничная» и прочие. Все эти фильмы объединяет одно: в их основе сюжет про бедную, но хорошую Золушку, которая отжигает на балу и влюбляет в себя Принца. Поэтому, если вы думаете, что у вас нет шаблонного поведения, вспомните все свои любимые фильмы и сериалы. В общем своем смысле это все тоже сказки.

В этой книге (отнюдь не сказочной, а основанной на ряде научных исследований) я расскажу вам об удивительном влиянии сказок на жизнь взрослых женщин. О том, как сказки не позволяют нам жить полной жизнью, заставляя играть свою роль по одному и тому же сценарию. Сразу оговорюсь, термин «сказка» я буду использовать в самом общем смысле. Сказка – это не просто жанр устного народного творчества. Сказка – это эпическое, преимущественно прозаическое произведение волшебного, героического или бытового характера. Сказку характеризует отсутствие претензий на историчность повествования, нескрываемая вымышленность сюжета. То есть все произведения, которые включают в себя воображаемые понятия – драконов, вампиров, леших и истинную любовь и честных политиков, – это сказки.

Все сказки заканчиваются пресловутым словом «конец», которое, очевидно, олицетворяет невероятно восхитительную жизнь и после этого слова. Конец. Потому что все самое интересное уже произошло: злодей наказан, принцесса спасена, принцу вернули его облик, мачеха припозорена, брюхо волка вспорото. Ура, товарищи! Конец. И романтические барышни, закрывая книгу, расплываются в блаженной улыбке: дальше у них будет все хорошо. Но адекватных людей интересует именно это «дальше». Как дальше Золушка жила с Принцем, с этим футфетишистом? Была ли потом у Белоснежки фобия, связанная с красными яблоками? Как быстро у волка зарубцевался шрам на брюхе и он снова начал караулить маленьких девочек на тропинке?

Но слово «конец», как верный стражник, защищает дальнейшую жизнь сказочных персонажей, не пуская нас вглубь истории. В этой книге я проведу вас за кулисы сказки, чтобы вы смогли рассмотреть всю неприглядность судеб главных героев. Чтобы вы не думали, что какая-то «истинная любовь» вас защитит от обычной бытовухи, как одноразовая маска от коронавируса. Кроме этого, мы рассмотрим психологические проблемы каждой Принцессы и каждого Принца. Не для того, чтобы поглумиться над ними. А для того, чтобы (даже если вас угораздило вляпаться в сказочно ужасные отношения) вы знали, как из них выпутаться. Или хотя бы на что рассчитывать дальше.

Рассмотрим 18 самых ярких сказочных героинь с их психотравмами и сомнительными избранниками (которые тоже, если честно, не вполне здоровы). Восемнадцать проблемных девушек расставлены по мере возрастания у них предприимчивости: от самых инфантильных и безынициативных терпил (типа Золушки и Дюймовочки) к самым активным девчонкам (типа Фионы и Мулан).

Начнем с самых безвольных девочек: Золушка, Спящая Красавица. Дальше познакомимся с инфантильной Дюймовочкой. Потом удивимся удачливости взбалмошной и недальновидной Красной Шапочки, которая тоже не особо отвечает за свои поступки и ведет себя как ребенок. Далее посмотрим, как дела у Белоснежки – любительницы руководить птицами, зверьем и гномами, для которой принц нужен больше как атрибут состоявшейся жизни. За ней следом идет такая Герда в приступе неадекватного спасительства и жертвенности. Потом Жасмин, Ариэль и Рапунцель. У каждой свой синдром, но их объединяет бунтарский дух и неумная жажда деятельности, они все улучшают свою жизнь, но не в ту сторону. Все эти героини мне импонируют, они уже не так безвольны, как, например, та же Спящая Красавица, которая (по факту) ничего собой толком не представляет (всеми талантами ее наделили феи) и большую часть сказки тупо лежит бревном поперек кровати. Следом появляется Белль – умная и свободолюбивая девушка со стремлением к самообразованию, готовая жить с чудовищем, лишь бы не среди тупых людей. Мальвина – эта училка уверенно марширует следом в поисках своего придурковатого тупицы. Далее познакомимся с умной женщиной, психологом по образованию, Харли Квинн в ее острой фазе эротомании (это когда тебе кажется, что кто-то тебя очень сильно любит, а ему на самом деле ему на тебя очень сильно пофиг). Далее наш парад Принцесс продолжает Эльза из «Холодного сердца» с ее зашкаливающим тревожным расстройством. Следом идет Джульетта, молодая, но активная бабенка, которая поперла против воли своих родителей, лишь бы связаться с первым встречным нарциссом и бабником. Василиса, она же Царевна-Лягушка, женщина с множеством талантов, обладательница невероятной красоты и синдрома, который заставляет ее постоянно сбегать от своего мужчины. Казалось бы, можно уже на этом месте остановиться и понять, что все героини сказок – нездоровые женщины, но так интересно посмотреть, кто там дальше. Знакомьтесь, Злая Королева, она же мачеха Белоснежки в диком припадке геронтофобии. Далее от бедра вышагивает Фиона, которая выбрала стать людоедкой, лишь бы не быть женой неадекватного лорда Фарквуда. И замыкает наше сказочное парадное шествие Мулан – феминистка, которая доказала, что у профессии нет гендера, и замутила с военным, естественно, красивым-здоровенным, как завещала группа «Комбинация», решившись на служебный (во всех смыслах этого слова) роман.

«Наташ, ну так нельзя! В сказочных Принцессах есть и хорошие черты, а не только синдромы!» – наигранно возмутилась Лена.

Конечно, есть. Золушка – трудолюбивая, Белоснежка – коммуникабельная, Белль – умная и начитанная. Но хорошие качества и положительные черты характера вы легко видите сами (если сами не видите, вам родители и учителя «разжуют» мораль каждой сказки). А вот отрицательные черты и влияние этих самых черт на жизнь увидеть могут далеко не все. А уж тем более понять, как от этих проблем в реальной (а не сказочной) жизни избавиться, – это доступно людям с психологическим и медицинским образованием, с которыми я периодически консультировалась по мере написания этой книги. Консультировалась в основном, чтобы убедиться, что я еще не поехала крышей, потому что в одночасье нашла у себя все 18 синдромов. В большей или меньшей степени каждая из Принцесс оставила отпечаток на моей психике. Именно поэтому, когда меня спрашивают, кто твоя любимая Принцесса, я судорожно начинаю перебирать всех.

Еще раз на всякий случай повторю: в каждой из этих сказочных героинь есть хорошие качества, но все они перекрываются главным синдромом (у каждой он свой). Да и термин «синдром» в своей книге я употребляю не для того, чтобы поместить этих героинь из сказки в психбольницу. Нет. Я не врач, я не имею права ставить диагнозы. Синдром в данной книге – это условное обозначение совокупности характерных для того или иного персонажа качеств. Заодно разберем, как можно обуздать своих внутренних демонов (если ситуация не слишком запущенная, не спешите бежать к психологу).

«Ну ок. Натах, вот я – мужик, мне можно читать эту твою книгу? – спросил Игорь и, поймав удивленный взгляд Лены, добавил: – Да, я ваще много книг читаю!»

Этот вопрос я слышу от мужчин после выхода каждой моей книги. Как будто мужчины дико боятся, что после прочтения книги о женщинах они сказочным образом обратятся в женщин. Так же часто бывает, да? Читаешь женский роман – превращаешься в женщину. Читаешь «Преступление и наказание» – превращаешься в убийцу старух. Смотришь детский мультфильм «Свинка Пеппа» – превращаешься в свинью.

Такая схема?

Нет, товарищи мужчины, все не так работает.

Читать эту книгу мужчинам можно и нужно, если эти самые мужчины хотят лучше понимать женщин. Согласитесь, жизнь станет гораздо проще, если при первом знакомстве с девушкой вы будете знать, чего от нее ожидать. Да, можно напрямую спросить: «Скажи, а какие конкретно психологические травмы у тебя есть?» Не факт, что девушка вам честно ответит на этот вопрос (она ведь и сама не в курсе, возможно). Зато факт, что ваше свидание очень быстро закончится.

Гораздо уместнее спросить, какая сказка или фильм ей нравится больше всего. А потом проанализировать ответ. Не для того, чтобы в духе пикап-манипуляций начать общаться с ней, согласно запросу ее психотипа. А для того, чтобы не удивляться, что эта девушка с рюкзаком «Frozen» ведет себя как типичная Эльза: постоянно отталкивает тебя, стремясь остаться в одиночестве. А оставшись в одиночестве, очень скучает по тебе. А когда ты опять приезжаешь к ней, она в очередной раз гонит прочь, потому что тревожное расстройство подсказывает ей: «Лучше и не влюбляться, чтобы не страдать, когда влюбленность закончится».

Каждая из нас бессознательно выбирает свой сценарий сказки, которого впоследствии и придерживается. И выбирает раз за разом однотипных принцев. На других она просто «не западает». Она, конечно, может нечаянно и за нормального мужчину замуж сигануть, однако скучно ей будет в таком замужестве, глаза у нее не горят. Один глаз в постоянном поиске налево глядит. И, как только в поле зрения попадет тот самый «типажный» парень, Ее Принц, она уж не упустит возможности в него втрескаться по самые женские уши.

«Поэтому, если у меня родится дочь, я ей буду запрещать читать сказки!» – самоуверенно заявил Миша, залпом влил в себя бутылку светлого фильтрованного и гордо улыбнулся. Настя кинула на него снисходительный взгляд и тоже улыбнулась, но такой улыбкой, с которой обычно стареньким людям прощают энурез или еще какую-нибудь слабость.

Уважаемые родители, на правах кандидата педагогических наук могу сказать, что запрещать ребенку читать сказки и смотреть мультфильмы – тоже перебор. Шарлотта Бюлер, специалист детской психологии, изучала роль сказки в развитии ребенка и пришла к следующему выводу (и многие другие психологи и педагоги в этом вопросе с ней согласны): сказки важны для развивающегося индивидуума. Сказки учат ребенка, воспитывают его. Со временем ребенок

обязательно начнет отделять вымысел от реальности. А чтобы он научился это делать, беседуйте с ним после просмотра каждого фильма или прочтения сказки. Интересуйтесь, что понравилось и почему. На кого ваш ребенок хочет быть похожим. Такая родительская позиция гораздо лучше, чем тотальный запрет.

Я не считаю, что сказки нужно отменить или переделать. Нет. Я считаю, нужно относиться к сказкам как трюкам на скейтборде, которые вы смотрите в интернете: наслаждайтесь зрелищем и ни в коем случае не пытайтесь это повторить в домашних условиях. Потому что если вы собираетесь взять эти сказочные паттерны и перенести их в реальную жизнь, если вы собираетесь вести себя как сказочная Принцесса, то в очень скором времени у вас будут сказочные проблемы. Это все, что у вас будет из сказочного.

А, нет, не все. И еще у вас будет сказочный придурок под боком до самой смерти.

Вот теперь все!

Итак, жили-были...

2 Золушка

Золушка долго смотрела вслед мачехе и сестрам, а когда карета исчезла за поворотом, девушка закрыла руками свое чумазое от золы лицо и горько заплакала. Вдруг над ее ухом раздался звонкий, как колокольчик, женский голос:

– Что с тобой, дитя мое? – спросила незнакомка.

Золушка еще раз внимательно посмотрела на роскошную даму с какой-то блестящей указкой в руке и только хотела возразить, мол, какое я вам «ваше дитя», как вдруг ее озарила догадка:

– Крестная! Милая крестная, знала, что ты не бросишь меня! Я так хочу на бал! – воскликнула Золушка, просясь.

– На бал? Зачем тебе на бал?

Золушка оторопело посмотрела в глаза Феи Крестной в надежде, что это была какая-то шутка. Ведь все знают: Крестная должна быть понимающей и доброй. Это Мачеха – злая, а Крестная – добрая. Так в любой сказке. Сейчас Фея рассмеется звонким смехом и подарит ей, бедной сиротинушке, карету и туфли. Но Фея не смеялась и ничего не дарила. Поэтому Золушка растерянно поправила свой замызганный фартук и немного смущенно промямлила:

– Ну, вы ведь видели, как издеваются надо мной мои сестрицы и мачеха... Разве это честно, что они уехали на бал, а я сижу тут в куче золы...

– Ну, вообще, конечно, не особо честно... – Фея поковыряла волшебной палочкой в зубе, задумалась, а потом внезапно предложила: – Ну хочешь, я их верну обратно. Один взмах палочкой – и у их кареты отвалится колесо. Или лошадь подохнет... Вернутся все по колена в дорожной пыли, под утро, пешком. Так честно?

– А вы точно добрая фея? – Золушка уже перестала рыдать и с удивлением смотрела на Крестную. – Вы же вроде должны мне по сказке подарок сделать, который изменит мою жизнь к лучшему!

– Мышьяк могу достать, надо? Траванешь мачеху, жизнь сразу к лучшему изменится. Адвоката могу посоветовать по наследству: отсудишь часть дома или денежную компенсацию...

– Вы вообще меня не понимаете. – Золушка замотала головой и опять начала всхлипывать. – Все издеваются надо мной много лет! Я не хочу адвоката. Я хочу замуж за Принца... Мне нужна карета!

– Тпру... Осади коней, моя хорошая. Тебе не карета, тебе мозги нужны, – резонно заметила Крестная.

– Мозги? – Золушка оглянулась, пытаюсь понять, из чего Крестная будет творить волшебство. – Из тыквы?

– Мозги из тыквы у тебя уже есть, мой дружок! Сейчас мы, если ты не против, попробуем наколдовать тебе мозги из мозгов. Вот я взмахну палочкой, и ты перестанешь мечтать о Принце, и...

Крестная уже было взмахнула волшебной палочкой, как Золушка пала навзничь, схватив своими чумазыми ручонкам подол юбки крестной:

– Нет! Пожалуйста, пощадите! Не надо этого... Я хочу оставаться в сказке...

– Милая моя, ты понятия не имеешь, чем на самом деле закончится эта сказка, – начала было Крестная, но Золушка ее перебила.

– Я знаю: произойдет что-то невероятное и волшебное! Я предчувствую великое счастье!!! – затараторила девушка.

Крестная бессильно опустила руки перед юношеским восторгом, «великим счастьем» и жадной приключений. Она легким движением руки стряхнула со своей юбки золу, которой Золушка заляпала ей весь подол в своем истеричном припадке, и спокойно произнесла:

– Пусть все будет так, как просишь ты. Но помни, Золушка...

– Да-да-да, я помню, ровно в полночь волшебство закончится, и все станет таким, как было, – нетерпеливо перебила Золушка.

– Это естественно. Но запомни еще вот что: как бы ни сложилась твоя жизнь после свадьбы с Принцем, ты сама это выбрала. Поняла? Вот, подписывай договор аренды волшебства. Проверять будешь?

– Я как бы юридически не особо подкована, – легкомысленно пожала плечами Золушка.

- Почему-то я не удивлена... Тогда просто подписывай вот тут...

- Кровью?

Крестная всплеснула руками и закатила глаза:

- Да ты, верно, прикалываешься надо мной! Я тебе дьявол, что ли? Я что, похожа на демона из преисподней? Я добрая женщина, по воскресеньям в церковь хожу! На вот, чернилами подписывай...

А потом был бал.

И Принц влюбился в Таинственную Незнакомку и повсюду ее искал. И доскакал до дома Золушки. Как все удивились, когда туфелька пришлась впору грязной замухрышке! Но тут Золушка достала из кармана вторую хрустальную туфельку - совсем такую же, как первая, только на другую ногу - и надела, не говоря ни слова. В эту самую минуту бедное платье Золушки превратилось в великолепный наряд, еще краше, чем на балу. Только тут обе сестрицы поняли, кто была та красавица, которую они видели во дворце. Они кинулись к ногам Золушки, чтобы вымолить себе прощение за все обиды, которые она вытерпела от них. Золушка простила сестер от всего сердца - ведь она была не только хороша собой, но и добра. И Золушка вместе с Принцем умчались во дворец. А через несколько дней сыграли пышную свадьбу.

КОНЕЦ

* * *

С того удивительного дня прошло уже три года, но Золушка помнила все, как будто это было вчера. Все чаще и чаще она вспоминала слова Крестной о том, что эта сказка ничем хорошим не закончится.

Да, ей пока здесь неуютно, в этом огромном дворце, где каждый встречный смотрит на нее как на самозванку. Ну еще бы: нищая сирота теперь стала первой леди королевства. Золушку не покидало чувство, что Принцу следовало бы выбрать кого-то из знати... Но она старалась отгонять от себя тяжелые

мысли, что она тут никому не нужна, что ей здесь не место, что ей просто повезло тогда с этим башмачком. И что если бы Принц не поклялся «жениться на той, кому в пору придется эта туфелька», то свадьбы и вовсе бы не было.

«Прекрати, хватит себя накручивать, – вдруг сама себе сказала Золушка. – Ты – жена Принца. Он любит тебя. Поэтому сейчас ты поднимешь подбородок повыше и будешь чувствовать себя королевой в этом дворце!»

Лакей спешно отворил перед ней дубовую дверь в покои, Золушка влетела в покои, да так и осталась стоять на пороге. Ее любимый был еще не одет к балу. Более того, он был практически раздет. Более, чем более того, он был раздет... не один. На краю кровати сидела полуодетая Гризельда. Она насмешливо смотрела на свою опешившую сводную сестру и неторопливо застегивала корсет. Звенящую тишину прервал Принц:

– Да-да, вот такой я подлец.

Золушка открыла рот и поспешно произнесла:

– Все в порядке. Я не злюсь. Любимый, нам нужно к гостям... Давай помогу.

Золушка подошла к Гризельде и ловко завязала ленту подъюбника у той за спиной. Гризельда самодовольно хмыкнула. Внезапно Принц опустился на край кровати, обхватил голову обеими руками и раздраженно произнес:

– Какая же ты хорошая! Как ты все это терпишь... Такая добрая, учтивая... идеальная жена! А я вот, смотри, мразь какая... Еще и с твоей сестрой...

– Нет, что ты! Ты у меня хороший. А это... это мужская сущность... Я должна быть благодарна, что ты у меня такой... такой... ненасытный...

– Что за чушь. Ты несешь какой-то бред. Как можно быть такой ... никакой!

– Я люблю тебя, – словно заклинание произнесла Золушка. Как будто три этих слова должны были обнулить все ее переживания. Как будто после произнесения этого волшебного заклинания все станет вновь таким, как прежде. Но ничего не стало как прежде. Наоборот, эти три слова магическим образом

подействовали на Принца и тот совсем перестал подбирать слова:

– Че ты ждешь? Ты ждешь от меня ответной фразы? Просто я вот не знаю, люблю ли я тебя... Как вообще можно любить человека, которого ты видел один раз на балу? Я даже не знал тебя! Я взял тебя в жены, потому что впору пришлась эта долбаная тифелька! Я видел тебя один раз! Один раз! И то, возможно, это была не ты. Я даже лица той девушки с бала не помню. Блин, да я живу, возможно, с абсолютно чужим мне человеком! Не прикасайся ко мне! – вдруг истерично взвизгнул принц, когда Золушка протянула к нему руки.

Золушка так и осталась стоять с протянутой рукой, когда взлохмаченный Принц, на ходу застегивая мундир, вылетел из опочивальни. Гризельда разгладила бархат на своей юбке и снисходительно произнесла со знакомой интонацией. Именно такие ноты Золушка много лет слышала в словах мачехи:

– Как тебе это удастся: даже выйдя замуж за Принца, остаться жалкой замухрышкой. – Она подхватила пышные юбки и устремилась к выходу. Перед дверью остановилась, повернулась к Золушке и добавила: – Постель перестирай, чушка несчастная.

А Золушка осталась стоять в звенящей тишине. Слезы горячими струйками безостановочно катились по щекам, неустанно капая на кружевной воротник. Если бы сейчас здесь очутилась Фея Крестная, Золушка бы загадала только одно: умереть и ничего не чувствовать.

ПОЛНЫЙ КОНЕЦ

Синдром Золушки

В психологии существует такой термин, как «синдром Золушки». Это целый комплекс расстройств, в основе которых жертвенность и пассивный характер. Золушка никогда не начнет сама активно действовать. Она всегда будет терпеть и ждать. Ждать, что кто-то другой ее спасет: Принц, Фея, на худой конец мыши. Еще одна особенность синдрома Золушки – стремление пустить своему избраннику пыль в глаза на первом свидании, прикинувшись кем-то получше.

Золушка в детстве зачастую бывает беспроблемным ребенком. Часто родители про нее говорят: «Проблем с ней не знали, никаких кризисов не было: ни кризиса трех лет, ни подросткового. Очень послушный ребенок!» Ребенок очень послушный, потому что все, что он делает, – это старается угодить. Это единственный навык, который Золушка успешно возвращает в себе.

В любви. Терпила та еще. Терпит все: неуважение, измены, абьюз, игнор, насилие – все вытерпит, но из плохих отношений не уйдет. Потому что страдать – это благо (так она думает). Ведь чем больше страдаешь, тем быстрее любимый увидит, что так нельзя измываться над живым человеком, и попросит прощения. Не попросит. У таких терпил обычно прощения не просят. Ведь ни один боксер не просит прощения у боксерской груши.

На работе. Типичная Золушка, как в сказке Шарля Перро, не любит привлекать к себе внимание. Если Золушка работает в офисе, она делает всю самую грязную и неблагодарную работу, она всегда за кадром. Начальство не ценит ее трудов, потому что банально не видит, что она делает. Коллеги и друзья с радостью забирают лавры и выдают ее труд за свой. А что же Золушка? Правильно! Золушка заткнулась и молчит. А ночами плачет в подушку от несправедливости жизни.

В дружбе. Рядом с Золушкой всегда есть Фея. Чаще всего это активная и уверенная в себе подруга. Эта подруга помогает Золушке в самую трудную минуту, благодаря этой подруге у Золушки появляется хоть какой-то шанс быть замеченной. Но подруга не может быть рядом каждую секунду. Поэтому Золушка неизбежно вновь оказывается по уши в проблемах. Ведь постоять сама за себя она просто не в состоянии.

В семье Золушка (вы сейчас удивитесь) тоже ждет. Терпит и ждет. Золушка никогда не скажет открыто о том, что ее беспокоит. На вопрос мужа, все ли в порядке, Золушка обычно говорит, что все в порядке, и тяжело вздыхает. Чем изрядно удивляет, тревожит и бесит мужа.

Когда Золушка приходит к психологу, дабы проработать свои травмы и поставить съехавшую кровлю на место, она не намерена работать. Она и не будет работать. Она опять будет ждать. Ждать, что психолог, как сказочная Фея, взмахнет рукой – и жизнь Золушки в один миг наладится. Вот такая удивительная девочка.

В кого обычно влюбляется

В Принца. На меньшее Золушка не согласна. Она мечтательна и инфантильна. Верит, что чем больше она страдала, тем богаче и красивее должен быть Принц. Поэтому страдать Золушка старается «прямо побольше». И если получилось так, что ее никто не угнетает, Золушка сама начинает провоцировать людей на абьюз либо распускать слухи о том, как ей сложно живется и работается.

Принца Золушка встречает обычно на какой-нибудь вечеринке, где она ведет себя нехарактерным для себя образом. Перед тем как связать свою жизнь с Принцем, Золушка не пытается его узнать поближе (зачем это надо, когда можно напридумать, какой он великолепный). Стоит ли говорить, что отношения, которые начались с вранья в пьяном угаре вечеринки, обычно заканчиваются ничем? Стоит? Тогда скажу: при знакомстве не изображайте из себя невесту кого, особенно если планируете с этим человеком жить «долго и счастливо».

В реальной жизни Золушки ждут своего Принца всю свою жизнь. Даже когда Золушка выходит замуж, она не перестает ждать Принца. Если муж оказывается деспотичным и грубым, Золушка просто диагностирует в нем мачеху. И продолжает страдать и ждать. Роль Принца в такой ситуации достается любовнику, который «спасает» Золушку. Время от времени.

Как с этим жить

Синдром Золушки характеризуется чувством беспомощности и перекладывания ответственности на других. Вы до конца жизни будете ждать Крестную, которая вас спасет, но ни разу не оторвете свою пятую точку и не сделаете решительный шаг прочь от мучений.

Для начала определимся, как получить синдром Золушки. В наследство вам его никто не оставит, это не сахарный диабет (хотя проблем от синдрома Золушки ничуть не меньше). Однако, если у вас есть родственники с нестабильным душевным состоянием, вы в группе риска. Поэтому рассмотрим прочие способы, как «подцепить» именно этот модный нынче синдром.

1. Болезнь или травма. Девочка в детстве тяжело заболела или получила травму, и в этот период родственники стали относиться к ней максимально услужливо, со всей заботушкой и нежностью. У девочки закрепились формулы: хочешь внимания – будь убогой, ущербной, будь жертвой.

2. Гиперопека. Родители опекали дочь как могли. Брали на себя все сложные задачи. В итоге дочь выросла неприспособленной к жизненным трудностям, зависимая от помощи извне.

3. Пропаганда. В ряде учений жертвенность рассматривается как благое качество. Поэтому нет ничего удивительного, что человек, который растет и впитывает такие ценности, старается страдать в жизни как можно больше. Чем больше страдаешь, тем больше потом тебе будет награда.

4. Череда тяжелых событий. Заметим, не одно. Не два. А череда. Когда тяжелые, стрессовые ситуации следуют одна за другой, человек может потерять веру в свои силы и начать роптать на обстоятельства и окружающих людей. С годами эта позиция жертвы укрепляется, становится удобной и единственно возможной.

Синдром Золушки в настоящее время стал весьма популярен, люди, пораженные данным синдромом, множатся в геометрической прогрессии. Для паникеров сразу скажу: нет, это не заразно. Он не передается воздушно-капельным путем. Нельзя, пообщавшись с подругой, заразиться от нее данным синдромом. Если у вас есть синдром Золушки, будьте уверены, что вы его приобрели не при рождении, а в процессе своего взросления. Жертвы данного синдрома в большинстве своем – женщины, подростки и малообеспеченные граждане. Редко – мужчины. Собаки и кошки – вообще почти никогда. Эти вообще всегда в порядке, если есть еда и хозяин рядом. Кошкам даже можно и без хозяина.

Чтобы преодолеть синдром Золушки, для начала необходимо диагностировать у себя это синдром. Загибайте палец каждый раз, если для вас это характерно.

1. Пессимизм. Паталогический и несгибаемый. Все, что происходит вокруг Золушки, – это караул, жесть, тьма, тлен и прочие синонимы конца света. «Все беспросветно, но это еще не конец, ведь дальше будет еще хуже!» – вот главный девиз любой Золушки.

2. Эгоцентризм. Речь не о здоровом эгоизме (я заслуживаю лучшего обращения), а о болезненном эгоцентризме (меня все гнобят, прям все). Если Крестная попробует возразить, сказав, что на самом деле гнобят далеко не все, – Золушка зальется слезами и скажет: «Вот и ты тоже меня гносишь!» У Золушки свое, жертвенное, восприятие действительности. Все, кто не согласен с ее мировоззрением, – тоже враги.

3. Все вокруг виноваты. Золушка никогда не признает своих неудач. Она найдет, на кого свалить вину: на злую мачеху, на плохих сестер, на смерть матери, на мироустройство Вселенной. Но выразить открыто свое негодование Золушка побоится. Будет просто ныть.

4. Ненависть к успехам других. «Потому что нефиг своими успехами и радостью затмевать мое горе!» Более того, на проблемы других ей тоже наплевать. Думаете, Золушка хоть раз спросила у мачехи, что та пережила, когда потеряла мужа и осталась одинокой вдовой с двумя дочерьми на выданье без приданого? На какую сделку со своей совестью, возможно, пошла мачеха, выходя замуж за Золушкиного отца, чтобы обеспечить себя и своих детей? Нет, что вы. В сказке об этом ни слова. «Мачеха – плохая, а я – страдальца». Все в черно-белом цвете, без полутонов.

5. Потребность в похвале. Несмотря на позицию «ниже плитуса», Золушке нужно, чтобы ее хвалили и замечали все, что она делает. Если ее не хвалят долгое время, то пышным цветом расцветает комплекс неполноценности: «Я самая несчастная!»

6. Постоянное нытье. Жаловаться – не мешки ворочать. Золушка обожает понуть. То мышам пожалуется на свою жизнь, то Крестной, то просто сидит в золе палкой ковыряет, сопли глотает. Оторвать свою пятую точку и пойти что-то делать – зачем это, на это же куча сил и времени уйдет. А вдруг ничего не

получится? Эти силы и время же можно потратить на нытье. Нытье-то явно получится.

7. Попытки вызвать жалость. Одеться похуже, вымазаться в золе, спать на полу у камина, питаться объедками и обо всем этом рассказать Крестной, которую видит впервые в своей жизни, – это любая Золушка любит. Спросить же у Крестной, не задолбалась ли та творить свои фейские дела, – этого Золушка не будет делать: ей, как мы помним, пофиг на проблемы других.

8. Безотказность. Какой бы унижительной ни была просьба, Золушка выполнит ее, потому что просто не умеет отказывать. Не научена. Не может. Сама от этого страдает, но выполняет все, что у нее попросят окружающие. Потому что до истерики боится оказаться ненужной.

Загнули больше трех пальчиков? Ух ты! Вы еще туфельку не потеряли, сбегая со вписки?

Психиатры уже давно выявили, что люди с синдромом жертвы – отличные манипуляторы. Найдя своих Фей Крестных, эти Золушки безбожно их эксплуатируют, играя на тонких струнах их душ. Перекладывание вины на обстоятельства и злых мачех – тоже весьма продуманный ход. Окружающим действительно начинает казаться, что Золушку надо спасти и защитить. Но это ошибка. Спасательство только усугубляет синдром, засасывает жертву еще глубже в ее жертвенное болото.

Действовать нужно ровно наоборот. Если вы хотите выбраться из этой жертвенной ямы, договоритесь со своим близким окружением, родней и друзьями, чтобы они ни в коем случае не велись на эти манипуляции и не подпитывали вашу жалость к самой себе. Если вы вдруг начинаете жалеть себя и говорить, какие все вокруг твари, ваша близкая подруга должна мягко, но уверенно отвести вас от края этой пропасти, куда вы вот-вот опять упадете.

Мы с Иркочкой сидели в летнем кафе. Точнее, мы сидели, а потом Ирка встала на дыбы. Внешне она так и осталась сидеть на деревянной скамейке «Макдональдса», но внутри нее все просто вскипело, и она вдруг произнесла:

– Наташ, мы не виделись с тобой шесть лет! У тебя хоть что-то хорошее произошло за это время?

Внешне я осталась невозмутимо сидеть за столиком кафе, но внутренне я похоронила свою подруженьку Ирку. У себя в фантазиях я стояла у ее могилы вся в красивом черном платье и говорила: «Ира всегда меня унижала, говорила очень обидные слова, мол, я такая убогая, и нудная, и невеселая. А невеселая я, потому что мой муж делает мою жизнь невыносимой, он унижает меня, говорит плохие слова мне...»

– Ты че там себе думаешь? – неожиданно хохотнула Ирка, заметив, что я зависла. – Че лицо такое скорбное смастерила? Хоронишь кого-то, что ли, мысленно? Не меня ли?

– Просто, Ир, понимаешь, они все меня используют, – начала я, но осеклась, увидев поползшие вверх Иркины брови.

– Используют? – с иронией спросила Ира. – Как ты меня сейчас, например? Я не для того получила диплом психолога, чтобы два часа кряду сейчас слушать о твоём синдроме жертвы.

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.me/ru/krasnova_natal-ya/princessa-na-vsuyu-golovu-pochemu-my-vlyublyaemsya-v-skazochnyh-durakov

Текст предоставлен ООО «ИТ»

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: [Купить](#)