

Олег Гадецкий, семинар «Гармоничная, целостная личность». Часть 3.

- Что значит делиться знанием. Ложный и чистый мотив;
- Два фактора к переменам в жизни;
- Ваши проблемные отношения;
- Как изменить ситуацию? Тренинг;
- Первичный другой;
- Привязанность и отвержение;

Вопросы. Как применить в жизни опыт, накопленный на фестивале? А кому понравилось жить той жизнью, о которой говорится здесь на фестивале? Очень многим... Я согласен с вами, что **законы культуры, в которой мы живём, часто несут другой опыт жизни. Поэтому нужно менять культуру.** Нужно действовать в рамках своего предназначения или своего круга влияния. Не пытайтесь изменить мир. Сначала нужно изменить свою жизнь, что означает, что у вас есть ближайшее окружение, - семья, друзья. И один из самых плохих вариантов что-то изменить – это пытаться им что-то говорить. Люди не верят словам. Слишком много лжи вокруг. Поэтому, если вы попытаетесь людям словами объяснять какой-то опыт жизни, который вы получили на фестивале, они будут очень осторожны в том, чтобы верить этому. К тому же очень часто мы пытаемся дать другим знания с позиции эгоизма, гордыни. Не потому, что мы хотим поделиться счастьем, а потому, что хотим, чтобы они стали такими же, как и я. **Знания нужно давать другому из чувства любви. Что это значит? Это значит дать столько, сколько человек может принять, и в той форме, в которой он может принять.**

Иначе говоря, чистота сердца, любовь связаны с вниманием к другому, - а что он может воспринять, что его интересует. Знание очень многогранно, в нём есть разные сферы. Кого-то интересует сфера отношений из-за того, что у него проблемы в семье. Кого-то интересует сфера процветания и успеха, и знание можно дать в такой форме. Кого-то интересует истина, как таковая, понимание мира, законов жизни, и ему можно дать знание в таком ключе. Иначе говоря, станьте внимательны к двум реальностям, - первая – это реальность вашего сердца, какие у вас мотивы. Зачем вы хотите дать знание другим? Чтобы он согласился с вами и принял ваш авторитет? Чтобы вы убедили в чём-то, во что верите вы, но ещё не верит он? Это всё ложные мотивы. **Чистый мотив – это мотив любви, помочь другому изменить свою жизнь.**

Второе, к чему нужно быть внимательным – это к реальности другого человека, к чему он открыт, что его интересует. **Человеку нужно давать то, что он готов принять.** Это универсальный закон мироздания. Каждое живое существо обладает свободой выбора, и мы не можем нарушать эту свободу потому, что даже Бог не нарушает нашу свободу. Поэтому, **давая знание другим, нужно полностью уважать их свободу выбора.** Это, как мы можем делиться своим опытом. Вы можете поделиться знанием с другим человеком ровно на столько, насколько вы реализовали его в своей жизни потому, что люди не верят словам, но они верят счастью, которое испытывает другой человек. И они верят успеху, который они видят в жизни другого человека. Поэтому станьте успешными и счастливыми в семейных отношениях, в отношениях со своими детьми. Стань успешными в реализации энергии здоровья (0:03:15)

Естественно, что можно делиться всем этим знанием с другими, делиться своим опытом, но только не настаивайте. Говорите, что вы пока этого не реализовали, но вас это очень интересует. Можете дать книгу, диск, запись фестиваля, но акцент всегда на том, что сначала нужно реализовать знание. Сначала изменить свою жизнь, а потом стремиться поменять мир.

(0:04:36)

Мир меняется в ответ на наши усилия, и наши родственники тоже будут меняться. Не настаивайте, чтобы они меняли свою жизнь, и ничего от них не требуйте. Есть главный закон родственных отношений, закон любви. **Близким родственникам нужно давать внимание и любовь, а не знания, как таковые.** Поэтому, если человек становится любящим, сострадательным, внимательным, терпеливым по отношению к другому, желающим заботиться о нём, а не эксплуатировать его в своих личных интересах, - вот это означает, что он усваивает знания.

Блиzkих людей любите. Есть какие-то проблемы, которые по карме вы не должны преодолеть, они просто вам даны. Они могут быть очень серьёзными. Какие бы ситуации в жизни вы ни имели, если появляются два фактора, - первый – ваша просьба к Высшему началу, - «Помоги!», просьба в молитве и вере. И второе – это ваша решимость совершать усилия на этом пути. Эти два фактора могут изменить всё, что угодно. Знайте их очень хорошо. (00:06:12)

Я прошу вас сейчас подумать о людях, с которыми у вас есть какие-то сложные, неразрешённые ситуации. Просто подумайте, что это за люди, в отношении которых вы, возможно, чувствуете какую-то вину, какие-то неочищенные отношения. Сейчас в этом круге людей, о которых вы подумали, найдите одного человека, с которым у вас, может быть, самые сложные отношения, которые вам больше всего доставляют беспокойства. Пусть это будет близкий вам человек, хотя это не обязательно. И сейчас просто подумайте, представьте себе, что сегодня он умрёт. И как вы будете чувствовать себя, если у вас не будет больше возможности изменить отношения с ним потому, что просто уйдёт сегодня. Как вы будете чувствовать себя, если у вас больше не будет возможности что-либо сделать в этих отношениях. Пожалуйста, остановитесь и приоткроем то, что у вас сейчас происходит внутри, поделитесь своим опытом. Что вы почувствовали, о чём подумали, когда представили эту возможность. (00:07:50)

ПОЛИНА

- Отец нас оставил, а сейчас пытается восстановить отношения, чему я и сестра не рады.

- И что вы готовы изменить в связи с этим?

- Во мне есть готовность, но я не знаю, как.

- Спасибо.

- Ещё ваш опыт. В чём он?

- Мы с мужем уже второй год разводимся. Это очень тяжело. Но я поняла, что, если бы такое случилось, то я не смогла бы с этим жить.

- Я прошу вас хорошо запомнить это чувство, которое вы ощутили. Что, если сейчас в разгар этой войны вы выигрываете таким образом, что он просто умирает. Мы порой очень привязаны к сиюминутной победе, к стремлению доказать свою правоту, отстоять свою гордыню. Но вы представьте, что просто уходит, и вы остались с этой победой. Что вы чувствуете?

- Ужас.

- Так зачем вы сейчас сражаетесь за это? Ваше сражение ведёт к этому результату. Нам важно иметь разум, который прогнозирует, а что будет, если... Побудьте с этим чувством. Больше пока не нужно ничего делать. (0:10:36)

Поднимите, пожалуйста, руку те, кто, представляя, что человек, с которым у вас проблемные отношения, уходит из жизни, не хотели бы жить с тем чувством, которое вы сейчас ощутили

в связи с этим. У кого был такой опыт сейчас? Достаточно у многих. Это означает, что вам нужно изменить это сейчас, не откладывая на будущее.

Мы говорили о том, что есть два навыка, - попросить помощь Высшего руководства в разрешении ситуации, и второе – это наше целенаправленное усилие. Итак, если у вас есть сейчас готовность, обратитесь мысленно к Высшему началу, к Богу, и попросите Его помощи в разрешении этой ситуации. Если вы просите искренне, эта помощь может прийти очень быстро или чуть позже. Вопрос в вашей чистоте. И в этой молитве скажите, что вы готовы приложить все усилия на какие способны. Это ваша ответственность.

Итак, пожалуйста, возвращайтесь. Я хочу спросить, у кого из вас есть болезненная неразрешенная ситуация, которую вы чувствуете прямо сейчас? В чём она? (0:11:56)

ЮЛЯ

- Человек, которого я люблю, мне всё время говорил, что его нужно любить, а я ему этого не даю.

- А что вас не устраивало?

- Его требования любви и те проявления моей любви, которые он требует.

- А в чём ваша сложность? В чём здесь проблема? Вы же с ним расстались.

- В том, что я так и не смогла помочь этому человеку и проявить свою любовь к нему.

- И что вы сейчас чувствуете в связи с этим?

- Чувствую, что я могу опоздать понять эту ситуацию и проявить свою любовь.

- Т.е. вы всё же хотели бы её проявить?

- Да, хотела бы.

Мы с Юлей сейчас попытаемся пройти путём исцеления, и это путь в своих принципах всегда один и тот же. Я вчера объяснял эти принципы. Прошу вас одновременно идти своим собственным путём, пока я буду общаться с Юлией.

- Юля, я хочу уточнить. Мне кажется немного странной эта ситуация. Он говорит вам, что его нужно любить, и вы стараетесь это делать, и сейчас вы говорите, что хотели бы продолжать стараться.

- Да.

- Мне кажется это немного противоречивым, кажется, что это какая-то односторонняя любовь. Один человек её требует, а другой во что бы то ни стало, хочет её дать. Причём, два итога, - он не может её получить, не смотря на то, что он требует, а вы не можете её дать, не смотря на то, что хотите её дать.

- Я сегодня вспоминала о своём отце. Я никому никогда не доверяла в жизни, особенно мужчинам. Я всё время боялась осуждения, если откроюсь человеку. Боялась, что он будет меня потом осуждать и презирать.

- А почему вы вспомнили про отца, ведь мы о нём не говорим? Этот человек, о котором вы начали говорить, он напоминает вам вашего отца?

- Да, и очень сильно. (0:15:19)

Итак, мы имеем какие-то проблемные отношения в жизни с каким-то человеком. Есть я, и у меня проблемные отношения. Вы могли подумать о своих проблемных отношениях. Очень часто, а вернее всегда, эти проблемные отношения, которые мы имеем с людьми в жизни, скрывают какую-то первичную фигуру. Нам кажется, что у нас конфликт с тем другим, который в вашем случае, Юля, требует любви. И кажется, что проблема в этой сфере, но это не так потому, что есть некая фигура, некий настоящий другой или первичная фигура, с кем изначально проблемные отношения.



И в силу того, что вы эти отношения с первичным другим не разрешили, они будут переноситься на разных других, и вам будет казаться, что конфликт с ними. **Конфликт не с ними!** И пока этот изначальный конфликт вы не решите, эти проблемные отношения будут сохраняться. Вчера Виктория говорила, что были разные мужья, и каждый из них уходил, и Виктория замечала, что с разными людьми у неё одна и та же модель взаимоотношений, что она давит на них. И где же на самом деле была проблема? Кто был этот первичный другой, в отношениях с которым, родилась эта модель, которая переносилась потом на других? Это была мать. Поэтому нужно было работать с этим корнем. И мой вопрос к вам Юля и ко всем остальным. **Это человек, с которым у вас проблемные отношения, кого он вам напоминает из вашей жизни?** И эта модель отношений с ним, это модель отношений с кем? С отцом, с матерью? Кто этот первичный другой? (0:18:15)

Поднимите руку, кто обнаружил в себе этого первичного другого. Пусть это раскрывается. Идите этим путём, а мы с Юлей продолжим этот разговор. Итак, этот другой человек напоминает вашего отца. А чем он напоминает?

- Недоверием ко мне. Я тоже не чувствую его любовь.
- А ваш отец давал вам любовь?
- Я этого не ощущала.
- Этим похож этот человек на вашего отца?
- Да.
- На самом деле в вашей жизни сейчас не этот человек, а в его облики к вам пришёл опять ваш отец. Вы строите отношения ни с этим человеком, о котором говорите, а с вашим отцом. И модель отношений с этим человеком – это модель отношений с вашим отцом.
- Правильно ли я понимаю, что ваш отец требовал любовь со стороны вашей матери?
- Этого я не знаю.
- А какие чувства вы испытывали ребёнком?
- Мне хотелось их примерить.
- Что значит примерить и какой способ вы для этого использовали?
- Я пыталась заслужить их любовь, но я не чувствовала любви к себе с их стороны.
- И поэтому вы старались дать им любовь, чтобы получить от них ответ?

- Я не помню, но я старалась обратить на себя внимание.
- Что вы сейчас чувствуете?
- Мне легко. Лёгкость в том, что я понимаю, что они меня любили.
- Это понимание пришло сейчас или оно было и раньше?
- Сейчас. Мне всегда казалось, что я мешаю им.
- И вы испытывали чувство вины за то, что вы есть?
- Да, всё время испытывала.

Мы снова возвращаемся к теме нежеланных детей, когда остаются эти программы. Посмотрите, какие они сильные. Если отец или мать ещё до рождения ребёнка просто думают о том, чтобы сделать аборт, вот так это проявляется. Это сильнейшая травма психики, и человек потом живёт с этим чувством своей ненужности в мире. Он пытается заслужить любовь своих родителей потому, что просто пытается спасти свою жизнь.

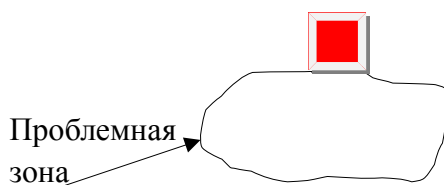
- Что вы сейчас чувствуете?
- Стало спокойнее.
- А с чем связан этот покой?
- У меня есть страх, что вдруг меня всё-таки не любят.

Это страх ребёнка. Поймите как важно, чтобы ребёнок просто получал это чувство любви от родителей. Почему это важно понять? Потому что изначально природа души такова, что она чувствует связь с Богом, чувствует Его любовь к себе. Это природа души. И поэтому, когда ребёнок приходит в этот мир, он должен получить подтверждение этому чувству от своих родителей. А если он не получает этого чувства от родителей, то это сильнейшая травма для психики ребёнка потому, что нарушается закон бытия души. Бог всегда любит душу. И если ребёнок от родителей не получает это безусловное чувство любви, то это фактически саморазрушение личности, как будто её вообще не существует. Настолько важна родительская любовь. Она даёт это подтверждение личности, что она любима. Очень важно исцеляться от этих травм, т.к. они транслируются на всю жизнь.

- Как вы чувствуете этот страх, что вдруг вас всё-таки не любят?
- Тревожно.

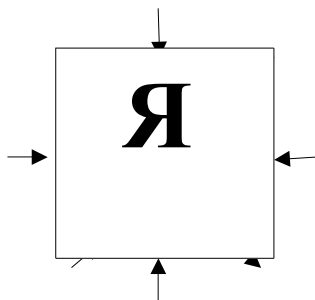
ПОЯСНЕНИЕ (0:26:21)

Взгляните на нашу схему.



Есть какая-то изначальная потребность личности. Если эта потребность отвергается, то возникает проблемная зона эмоций, и мы считаем это проблемой. Но на самом деле проблема не здесь. Проблема в том, что вы запретили некие свои изначальные потребности, что ведёт к проблемным ситуациям.

Суть эгоистического сознания построена на принципе РАГА – ДВЕША, Т.Е. ПРИВЯЗАННОСТЬ и НЕНАВИСТЬ (отвержение). Т.е. это принцип эго. Я хочу, чтобы со мной было то, что мне нравится, и я не хочу того, что мне не нравится. Это позиция эгоизма, когда есть только я и ничего более. Всё остальное – это среда моего потребления. То, что я потребляю или то, на что я влияю. Я в центре мира.



В то время, как положение души в мире принципиально другое. Душа связана с Богом, и от Него исходит поток абсолютной любви, который идёт в жизнь души. И эта любовь иногда проявляется в виде каких-то проблем, в виде страданий, которые испытывает личность, но за этими страданиями стоит какой-то очень важный урок, опыт. Поэтому вместо позиции ненависти, - мне не нравится эта проблема, нам нужно принять эту проблему. Нам нужно также отказаться от привязанности потому, что мы не знаем что для нас хорошо. Вы выбираете отношения, которые вам очень нравятся, те чувства, вы наслаждаетесь ими. Вам нравится его красота, как он заботится о вас, что с ним можно поговорить или сделать что-то иное. ВАМ ПРАВИТСЯ. Но во что потом превращаются эти отношения? Они превращаются в ненависть, неприятие. Нам очень важно осваивать эту позицию души, которая просто открыта к божественной любви. Это две просьбы, - пусть в мою жизнь придёт то, что нужно для моего исцеления, и пусть из моей жизни уйдут те привязанности, которые доставляют мне удовольствие, если в итоге они оказываются вредными для меня.

Мы отвергаем проблемные эмоции, как неприятные, мы не хотим с ними соприкоснуться. Но путь души другой, - вместо того, чтобы отвергать проблемные эмоции (двеша –ненависть), нужно принять их такими, какие они есть, прожить их, дать им раскрыться, пойти в глубину этих негативных чувств. Если мы это делаем, то там обнаружится какая-то истинная потребность, которую вы запретили себе чувствовать. Именно поэтому я задал Юле вопрос, - этот страх, который у вас есть, что это за страх? Т.е. как вы ощущаете этот страх? (0:30:02)

- Страх того, что меня никто и никогда не будет любить.

- Это вывод, который делает маленькая Юля, получая невнимание со стороны своих родителей. И она делает вывод относительно всех людей. И поэтому для Юли так важно заслужить любовь этого человека. Заслужить, во что бы то ни стало. Даже, если он ненавидит меня, даже если не проявляет знаков внимания ко мне. Заслужить. Потому что если я этого не получаю, значит действительно правда, что меня никто не любит.

- Это действительно так.

- Т.е. вам не нужен этот человек, как таковой. Вам нужно просто понять, что вас могут любить, поэтому вы сражаетесь за его внимание. Это ваша привязанность, РАГА.

Привязанность, - во что бы то ни стало получить от него внимание. Иначе говоря, на месте этого человека мог быть любой другой человек. И я могу предположить, что в вашей жизни всё время случались отношения, в которых вы всё время сражались за внимание другого. И каждый раз вы получали полное невнимание.

- Это так.

- Это тот сценарий, в котором вы живёте. Если вы хотите от него освободиться, то вам нужно

соприкоснуться с вашими проблемными чувствами. Итак, вы сказали, что эти проблемные чувства – это страх, что вас никто не любит. Как вы чувствуете этот страх?

- Тревожно.

- С чем тревога связана?

- Что и я никого не могу любить.

- Вы сейчас выходите на границу истинных чувств и потребностей. Оболочка этого страха это то, что – меня никто не любит. Когда мы принимаем этот страх таким, какой он есть, мы осознаём, что он в том, что меня никто не любит. Но если мы принимаем этот страх, а не боимся его, не отвергаем его опять, у нас не должно быть отвержения (двеша). Мы принимаем волю Бога, что у меня такие чувства, и я их осознаю. Я принимаю эти чувства, как руководство Бога. Если у нас есть такое отношение к проблемным чувствам, то начинает раскрываться глубина этих проблемных чувств, и там начинает некая истинная потребность, о которой вы сейчас сказали. На самом деле вас не так сильно пугает то, что вас никто не любит. Вас больше пугает то, что вы никого не можете любить. Это важно потому, что мы сейчас начинаем идти в глубину к вашим истинным потребностям. А что значит для вас любить других и почему это так важно для вас?

- Важно потому, что я не чувствую себя защищённой, если я никого не люблю.

- Т.е. вам важно любить, чтобы чувствовать себя защищённой. А вы позволяете себе любить своего отца и мать?

- Я всё время пыталась это сделать.

- А вы не пытайтесь, а просто скажите сейчас, - я разрешаю себе любить моих отца и мать. И что вы чувствуете, когда говорите это, и как именно вы это ощущаете?

- Я чувствую, что я их люблю и мне просто спокойно. Тепло. Умиротворение.

- А раньше вы испытывали это чувство?

- Нет.

- Это потому, что вы никогда не разрешали себе любить отца и мать, не смотря на то, что внешне вы совершали множество усилий сделать это, но внутренне не позволяли себе это делать. Осталось ли ещё что-то?

- Да осталось ещё.

- С чем это связано?

- Это обида.

Итак, мы не отвергаем проблемные чувства. Я вновь предлагаю Юле осознать и принять то, что ещё осталось, и это обида на родителей за то, что не получала или не ощущала от них достаточно любви. Вы говорите о двух своих потребностях, - первая, проявлять любовь к своим родителям, а вторая ощущать их любовь, поддержку. В вашей жизни были разные болезненные эпизоды, когда вы не получали эту любовь от своих родителей. Поэтому внутри вы запретили себе открываться к этой любви, чтобы не испытывать эту боль. В вашей жизни были люди, которые пытались давать вам эту любовь, но вы боялись близкого контакта с ними, отстранялись и уходили. Вы запретили себе испытывать эту потребность, - потребность принимать любовь от других. Поэтому второе, что я прошу вас сказать, - я открыта к любви отца и матери к себе. Когда вы произносите эти слова, вы открываете своё сердце к любви. Что вы чувствуете сейчас?

- Облегчение.

- Ещё что осталось или это уже полное облегчение?

- Есть ещё что-то.

- Есть ещё тяжесть внутри. Отпустите её и начните контактировать ни с этой тяжестью, а со своими потребностями. Пойдите вглубь своей личности и найдите полный контакт со своими потребностями. Открытость к любви родителей – это открытость к любви Бога. И через них она проявляется и приходит в жизнь ребёнка. Поэтому скажите сейчас просто, - Я открыта к

любви Бога. Представьте себя маленькой личностью, ребёнком, который находится в руках Бога. Душа – это маленький ребёнок. И почувствуйте Его бесконечную любовь и заботу, и вы полностью открыты к этой любви. Вы полностью принимаете Его любовь.

А сейчас начните это чувство любви мысленно давать своим родителям. Пусть эта энергия любви идёт к вашим родителям от вас. Вы получаете её от Бога, насыщаетесь ею и отдаёте своим родителям. Что вы сейчас чувствуете?

- Я купаюсь в любви. Радость отдавать любовь.

- Вы говорите про свою потребность давать любовь своим родителям. Как вы об этом скажете?

- Я принимаю в себе потребность давать любовь своему отцу и матери.

- Это ваша потребность, и вам очень важно принять её в себе. И вы уже это сделали. Дальше в жизни очень важно совершать поступки, исходя из этой потребности. И также вы убрали запрет на принятие любви со стороны своих родителей. Вы принимаете также и вторую потребность, - я открыта к любви своих родителей к себе, отца и матери. Это означает, что вы готовы принимать любовь от других людей также. Что вы возвращаетесь к изначальному положению души, которая открыта к любви Бога. Что вы чувствуете, когда говорите это?

- Спокойствие, умиротворение, любовь Бога к себе.

- Юля, когда вы ощущаете это, вспомните те отношения, о которых вы говорили в начале. Какое у вас чувство сейчас по отношению к этому человеку?

- Я люблю его.

- Вы хотите доказать ему, что любите его или просто его любите?

- Просто люблю.

- И вы принимаете это чувство любви в себе. Как думаете строить отношения с этим человеком дальше? Вы имеете право любить, это ваша потребность, природа души проявлять любовь к кому-то, но при этом не всегда другой отвечает нам взаимностью. Иногда в этом есть какой-то урок для нас. Есть высший божественный промысел. И это также нужно принять. Эта нелюбовь другого не означает, что я должна запретить себе быть открытой к любви других. Потому что, если вы запрещаете, то проявляется сознание эгоизма и гордыни. Привязанность и ненависть. Мы должны принимать свои потребности, но также всегда помнить о позиции души. Есть забота Бога о нас, и нам нужно принимать также и Его руководство. Очень важно к своим потребностям добавить ещё принятие этих потребностей. Принять самое высшее – заботу, любовь и руководство Бога. Поэтому, когда не случается то, что мы хотим, принимать это так же, как его руководство, поддержку. Принимать это, осознавать. Учить эти уроки, которые Он нам даёт.

Итак, в отношениях с этим человеком вы получали важный урок любви, через который Бог учил вас принять саму себя и собственные внутренние потребности. Урок, в котором Бог вас обучал, что нужно снять два запрета, которые вы поставили себе. Это запрет любить других, и запрет принимать любовь других. (0:44:20)

Если вы по-настоящему выучите эти два урока из вашей ситуации, вы обретёте большую целостность и полноту. Благодаря этому человеку также. Это тот учитель, которого вам послала судьба.

А кто также работал внутренне с собой и замечает какие-то изменения? Расскажите, что было с вами, когда вы работали с собой? (0:44:43) © (0:48:40)

КОНЕЦ 3-ГО ДНЯ СЕМИНАРА