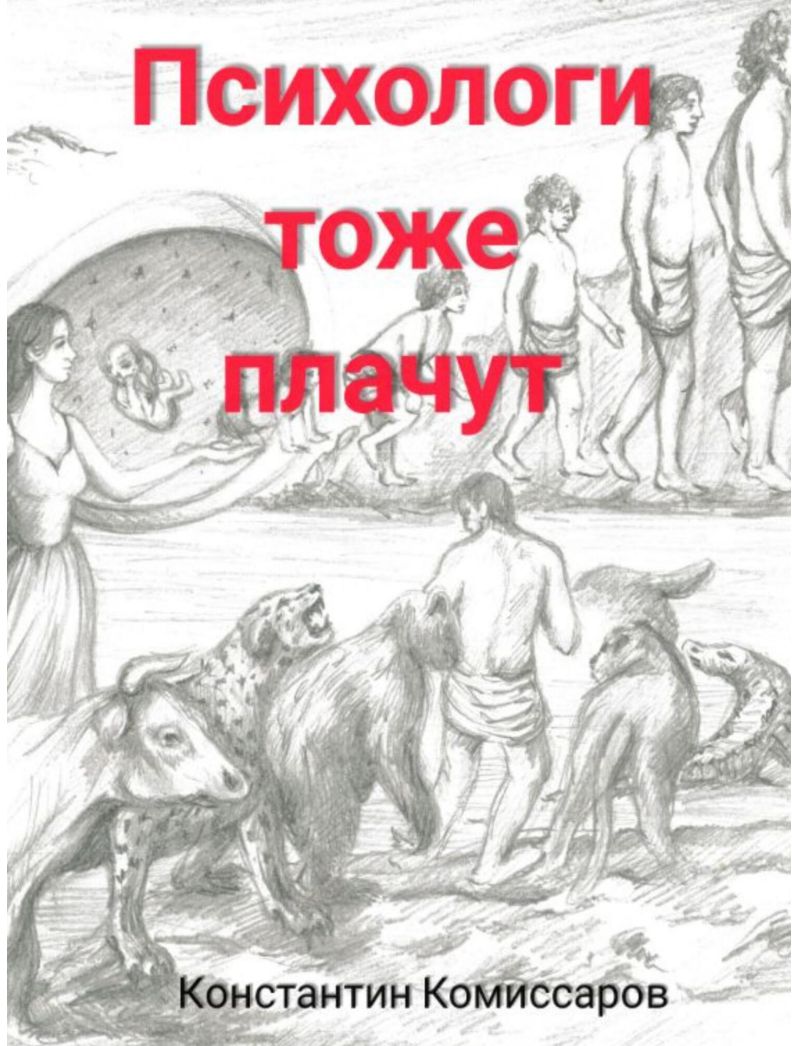


**Психологи
тоже
плачут**



Константин Комиссаров

Константин Комиссаров

Психологи тоже плачут

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70455763

SelfPub; 2024

Аннотация

Вторая книга психолога-регрессолога. В книге собраны реальные истории из практики. Написаны легким, доступным языком, с юмором. Также присутствует терапевтический эффект от чтения историй исцеления. Всего 43 истории, часть из которых – описание прохождения личной терапии автором.

Содержание

ПРЕДИСЛОВИЕ	5
ГЛАВА 1. РАБОТА С ЧУВСТВАМИ	8
1. В ОДНОМ ПОТОКЕ	9
2. ЖЕЛЧЬ	12
3. ЖИТЬ С ВРАГОМ	15
4. НАПАРНИК	18
ГЛАВА 2. РАБОТА С СУБЛИЧНОСТЯМИ	22
5. ДЕФИЦИТ ВРЕМЕНИ	22
6. БУДЬ СОБОЙ	25
7. ЛУЧШАЯ ЧАСТЬ МЕНЯ	27
ГЛАВА 3. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ЖИЗНИ	30
8. УЗЛЫ ОБИД	30
ГЛАВА 4. СТРАХИ, ФОБИИ	32
9. АРАХНОФОБИЯ	32
10. ЧУЖОЙ СТРАХ	37
Конец ознакомительного фрагмента.	38

Константин Комиссаров

Психологи тоже плачут

Посвящается моему дорогому наставнику Кириллу Александровичу Новосёлову.

!!!Имена героев вымышленные. Все истории публикуются с разрешения клиентов!!!

ПРЕДИСЛОВИЕ

Приветствую вас, дорогой читатель. Меня зовут Константин Комиссаров. Я практикующий психолог-регрессолог с 2021 года.

Регрессолог – значит, что я обладаю инструментарием, способным помочь человеку найти причину его нынешнего неудовлетворительного психического состояния, в воспоминаниях прошлого. Будь то юность, детство, перинатальный период, жизнь между жизнями, прошлые жизни.

Также для меня важно, чтобы человек увидел смысл и ценность той ситуации, в которой он оказался. В мире ничего не происходит случайно. Если мы страдаем, значит есть не пройденный урок, который напоминает нам о себе тем или иным способом.

Для некоторых концепция переселения души может оказаться неприемлемой. Ну, что ж, у каждого из нас свои недостатки. Лично я отбросил все сомнения в истинности утверждения из Бхагавад-гиты 2.13: "Воплотившаяся в теле душа постепенно меняет тело ребенка на тело юноши, а затем на тело старика, и точно так же после смерти она переходит в другое тело. Трезвомыслящего человека такая перемена не смущает."

В данной книге описаны, в легкой для чтения форме, 25 консультаций, которые я провёл с 7 сентября 2023 года по 3

марта 2024 года. 11 историй из моей личной терапии, когда я выступал в роли клиента. 7 размышлений о карме и о других вещах.

Книга может быть интересна для интересующихся психологией, регрессологией, эзотерикой и для других категорий граждан, которые смогут оценить книгу, написанную лёгким слогом о серьёзных вещах. Студенты-психологи могут почерпнуть из книги некоторые инструменты для работы с клиентами.

Важно отметить, что некоторые читатели отмечают юмор автора, а также терапевтический эффект историй.

В данной книге есть уникальные истории. Например, о том, как девушка за один сеанс избавилась от арахнофобии (некоторые считаю, что избавиться от страха пауков невозможно), или как женщина получила избавление от кошмаров, которые мучали её 20 лет.

Я благодарен своему духовному учителю, Господу, родителям, учителям, жене, сыну, а также всем, кто так или иначе помогал и помогает мне в моём развитии и становлении! В том числе, Институту ценностно-ориентированной психологии – моей альма-матер.

Свои пожелания и замечания вы можете направлять мне личными сообщениям в Telegram @kalanidhi_das

С новыми историями вы можете ознакомиться в моём блоге Telegram @regress_das

Увлекательного, познавательного и исцеляющего чтения!

7 марта 2024 года.

ГЛАВА 1. РАБОТА С ЧУВСТВАМИ

«Органы чувств выше неодушевленной материи, ум выше чувств, разум выше ума, а над разумом стоит она [душа].»

Бхагавад-гита 3.42

1. В ОДНОМ ПОТОКЕ

Ко мне на приём пришёл Александр, 34 года. Они с супругой переехали из столицы на юг. Он устроился на работу, но, пока не наработана клиентская база, зарплата маленькая. Супруге это не нравится и, когда она высказывает Александру, у него поднимается гнев, потом одолевает скованность и всё это приправлено чувством вины.

Я попросил Александра закрыть глаза, чтобы лучше сконцентрироваться на своих ощущениях и чувствах. Так, объяснил я, работа будет глубже и эффективнее.

Мы начали с гнева. Александр ощущал его как ком в горле и ощущение тяжести в кулаках.

– Александр, пожалуйста, позвольте сейчас гневу проявиться так, как он хочет. Вы можете себе это позволить внутри себя – не сдерживать гнев? – я внимательно смотрел на лицо Александра, стараясь почувствовать его состояние.

– Да. Как-будто колбаса выходит, – Александр осторожничал.

– "Докторская" или сервелат? – не удержался я от шутки. Александр натянуто улыбнулся. Видимо колбаса встала посреди горла.

– Александр, а ваш гнев, он, случайно, не хочет выкрикаться? – я решил немного облегчить Александру жизнь.

– Да, хочет, – Александр радостно закивал головой.

– Тогда можете представить себя на вершине горы, или в поле, или в любом другом месте, где вам никто не мешает выразить свой гнев через крик, – говоря это Александру, я, одновременно, представил себя на вершине своей внутренней горы.

Я кричал и постепенно мой крик превращался в песню. Руки мои отбивали ритм в африканский барабан. Я обратил внимание на блаженное лицо Александра.

– Я сначала кричал и бил руками по земле, а потом стал петь и бить в шаманский бубен, – восхищённо говорил Александр.

От его слов у меня пошли мурашки по телу. Как хорошо мы сонастроились. Я тоже чувствовал шамана и сказал об этом Александру, для его, ещё большего, вдохновения.

После проживания гнева, я предложил Александру вспомнить ощущения скованности, которая возникала после вспышки гнева.

– Это как доспехи, которые сковывают меня, – сказал Александр.

Я решил, что с доспехами можно поработать чуть позже. И взял в оборот чувство вины Александра. Я предложил ему почувствовать свою мотивацию, что им движет желание содержать семью и заботиться о близких. Предложил увидеть откуда идёт это желание заботы о других.

Оно шло из сердца Александра. Там был огонь жизни, который ярко разгорался, когда Александр направил на него

своё внимание. Чувство вины гасило этот огонь.

Александр увидел свой истинный мотив. Что он делает всё возможное для выправления финансовой ситуации, что рано или поздно она выправиться. И что чувство вины только отбирает энергию, а концентрация на мотиве даёт силу.

– Что сейчас с доспехами, которые вас сковывали?

– Они разлетелись в прах, – радостно ответил Александр.

Александр сделал несколько выводов: надо учиться направлять энергию гнева в конструктивное русло; надо концентрироваться на мотиве, а не на чувстве вины; надо больше внимания уделять супруге, чтобы она была довольна.

Александр наметил конкретные шаги, чтобы опыт, который он получил в консультации стал реализованным на практике.

2. ЖЕЛЧЬ

У Евгении претензия к отцу, к брату, к бывшему мужу и особенно к Богу. Да, к Господу это ключевое.

– Представьте Всевышнего перед собой, – моя реплика.

Как только Евгения представила образ Господа она начала плакать. Она плакала в течении часа. С рыданий переходя на тихий плачь и обратно.

Это была очень сильная обида на Него. В перерывах, когда плачь с рыданий переходил в тихую фазу, я как крот тихонечко подкапывался к эмоциональному ядру. Когда же Евгения переходила в сильную фазу рыдания – я, как солдат, во время боевых действий, прятался в траншею самости и оттуда кивал головой с сочувствующим видом.

Мне тяжело переносить рыдания женщины. Я молился Господу, чтобы Он принял меры. Я чувствовал, как рыдания Евгении, опустошают меня. Неужели человеку может быть так больно? Господи, помоги ей, пожалуйста.

Евгения описывала мне вкус своей обиды – горькая, противная, тошнотворная. Желчь. Она в 5 лет болела дискинезией желчевыводящих путей и её рвало желчью. Вот он этот вкус.

Евгения осознала, что это чувство с ней из прошлой жизни. Она вспомнила, что была благочестивым мужчиной, который довольствовался малым. Однажды влюбился, попро-

сил Бога помочь ему. Но женщина отказала ему при всех и это было позорно.

Мужчина не мог простить того, что Господь не выполнил его желание жениться на этой женщине. Мужчина рыдал от обиды и его рвало желчью. Господь подошёл к нему, сел рядом, положил руку на плечо и стал гладить по голове.

– Ты не у Меня просил, – неожиданно сказал Бог, – ты просил у дхармы¹. Ты рассчитывал, что раз ты живёшь по дхарме, то она тебе ответит взаимностью. Ты думал о сделке. Мне ты не предавался. Поэтому я был бессилен тебе помочь.

Это было неожиданно для Евгении, но кажется это её отрезвило. Она стала успокаиваться и осознавать.

– Да. Господь прав. Так оно и было, – задумчиво говорила Евгения, – я просила Господа, но рассчитывала только на своё благочестие. Я попросила Его рулить моей жизнью, но не дала Ему руль.

Евгения улыбалась. Господь смеётся надо мной, но не зло. Мне тоже смешно. Я разыграла такую мощную драму. На несколько жизней.

Когда я вышел из своей комнаты после онлайн консультации, то чувствовал себя опустошенным. Ощущение, что я разгрузил вагон пудовых гирь. Я прошёл на кухню и мой блуждающий взгляд упал на половину большого арбуза. Не сразу, конечно, упал – для этого пришлось открыть дверку

¹ Дхарма – чувство долга, религиозность, принципы праведной жизни. Четыре ноги дхармы: милосердие, аскетизм, чистота, правдивость.

холодильника.

Я сел и с чувством выполненного долга съел свою двойную арбузную норму. Вот теперь я восстановился, наполнился.

3. ЖИТЬ С ВРАГОМ

– Я сегодня перепахал поле и починил трактор, – говорил отец Саше, – а ты что сделала, чтобы заслужить обед?

Батя реально заслужил, он всё всегда делал и не только для себя, но и для родных, друзей.

Мама объясняла Сашеньке, что папу не надо беспокоить пока он не поест и не отдохнёт. "Он и так устаёт на работе".

Саша думала, что все мужчины такие трудолюбивые и добросовестные. Она познакомилась с Олегом и влюбилась в него. Сыграли свадьбу. Стали жить вместе. Всё, что она впитала в родительской семье она перенесла в свою.

Только Олег был не её папа. Он был достаточно беспомощен, когда дела касались хозяйственной части, вечера проводил за компьютерными играми.

Саша продолжала играть роль идеальной жены. Трое детей не должны были беспокоить мужа пока он не поест и не отдохнёт. Она стала зарабатывать больше мужа, чтобы хватало на все расходы – не хотелось его беспокоить.

Александра серьёзно заболела. Она посмотрела на кучу лекарств, которую ей прописали и поняла, что если она, такая молодая, всё это выпьет, то это плохо для неё кончится. Саша приняла решение поститься. Прочитала, что когда организм голодает, то первым делом съедает больные клетки.

Во время поста она стала осознавать некоторые вещи и

проговаривать их мужу: "Я чувствую себя не защищённой рядом с тобой", "Мне не комфортно, что я зарабатываю больше тебя", "Ты всё свободное время тратишь на компьютерные игры, а я практически не отдыхаю и мне от этого обидно".

Пост кончился, болезнь ушла. Отношения с мужем превратились в ад.

Она пришла домой с работы, и Олег начал доводить её до истерики. Когда она начала плакать и кричать на него, чтобы он прекратил – Олег вложил в её руку нож и громко закричал: "Ну, убей же меня, убей!"

На крик прибежала дочь. Олег схватил её за руку, отстранил от матери: "Она сошла с ума, не подходи к ней!"

Пришли родители Саши и разговаривали с ней как с больной. Оказывается, Олег рассказал им, что Саша давно ходит в буддийскую секту и сошла с ума.

Попытка мужа посадить Сашу в дурдом оказалась не успешной. Они развелись. Александра осталась с тремя детьми и ощущением ненужности.

Саша пришла ко мне на консультацию, и я постарался ей помочь. Возможно, что-то и получилось. Саша никому до меня ещё не рассказывала свою историю со всей откровенностью.

– Я искренне верю, что Господь не зря послал вам такие испытания. Вы очень сильная женщина. Благодаря пройденным испытаниям, и своему большому сердцу вы сможете по-

могать другим женщинам, попавшим в тяжёлые ситуации, – сказал я завершая консультацию.

– Он ваших слов я чувствую волну жара, которая проходит по всему моему телу, как будто подтверждая всё сказанное вами, – ответила мне Александра, – я действительно хочу быть полезной для других.

4. НАПАРНИК

У Евгении два неудачных брака. 25 и 8 лет. Она старалась, чтобы отношения были дружескими, открытыми, но каждый раз они расставались совершенно чужими людьми.

Она ничего не чувствует. Нет радости жизни. Не хочется ничего достигать. Подруга посоветовала ей обратиться к психологу, который знает куда ведёт и за счёт прямолинейной мужской энергии у него это хорошо получается.

Брутальное, словно высеченное из мрамора, мужественное лицо Константина светилось нестигаемой волей. Евгения невольно поёжилась под взглядом его пронзительных глаз.

– Господи, он наверно видит меня насквозь, – мелькнула мысль в голове у Евгении.

Константин попросил Евгению представить образ Господа, или Его представителя, или Его энергии. Евгения сказала, что видит синий искрящийся шар.

– Евгения, по опыту скажу, что консультация проходит более эффективно, если представить Личность Бога или Его представителя. Так у нас будет лучше понимание в правильном ли направлении вы двигаетесь, – глубоким и проникновенным голосом промолвил Константин.

– Хорошо, я представила образ Господа. Он молодой и красивый. Весёлый, рад меня видеть, – сказала Евгения.

– Представьте, что вы смотрите на ваши ситуации с разводами со стороны. Как-будто вы ученица, а Господь учитель. Бог пишет вам условия задачи на доске жизни, и вы сейчас просто соглашаетесь с тем, что это именно ваша задача. Можете так посмотреть на вашу ситуацию? – Константин задал вопрос и ждал ответа. Возможно ему придётся сказать тоже самое другими словами, если вдруг Евгения не поймёт до конца, что от неё требуется.

– Знаете, что Константин? – загадочно ответила вопросом на вопрос Евгения.

– Чё? – вырвалось из интеллигентных уст Константина от неожиданности.

– Ещё до того, как вы попросили меня представить эту классную доску с задачей, которую для меня пишет Господь, Он подсел ко мне, обнял. И перед нами появилась доска, прикрытая шторками. А когда вы начали говорить, то шторы раздвинулись, – удивленно-восторженно сказала Евгения.

– Ого, круто, – грудь Константина расправилась ещё больше (хотя и до этого она была богатырская), – это мой Напарник.

Немного подумав, и почувствовав укол совести, Константин добавил: – Точнее, я Его напарник.

И в конец смутившись от нахлынувшего смирения: – Я Его слуга. (Слуга слуги слуги (хотелось бы ему добавить, когда автор пишет эти строки)).

Константин сделал предположение, что Евгении хотелось

поговорить по душам с близким человеком, но 33 года это не получалось сделать. И предложил Евгении представить какая она внутри сейчас.

– Я как будто уже укутана в саван и готова к погребению, – печально сказала Евгения.

– Мысленно вернитесь в свой первый брак и посмотрите какая вы там? – уверенно вёл Константин Евгению.

– Там я в тёмной комнате с завязанными глазами хожу потерянная и ничего не понимающая. Я подхожу к себе, пытаюсь что-то сказать, но потерянная я ничего не понимает, – ответила Евгения.

– Идите ещё дальше. Туда, где вы ещё не потеряны, где ваши глаза ещё не завязаны, – ровный и спокойный голос Константина направлял Евгению.

Евгения встретила с собой трёхлетней. Они поиграли вместе. Маленькая Женя показала, что тоже знакома с Господом и привела Его за руку знакомиться со взрослой Евгенией.

Потом Евгения вернулась к той себе, которая осталась в тёмной комнате с завязанными глазами. Она пришла вместе с Господом. Они развязали ей глаза, переодели и все вместе отправились в прекрасный лес.

Там Господь много шутил, разыгрывал невероятно смешные пантомимы, от которых Евгения плакала от смеха. Вокруг них собралось множество лесных жителей. Они делали вид, что оказались здесь случайно, но чувствовалось, что

они пришли "погреть уши". От Личности Всевышнего шло такое обаяние, что ни одно живое существо не могло устоять против Него.

Ранее потерянная Евгения, та, которая была с завязанными глазами, восстановилась. Теперь она весело смеялась шуткам Господа.

Евгения открыла глаза и сказала, что она наконец-то поняла, что может снова чувствовать. Она была закрыта от положительного спектра чувств, потому что последние годы её сопровождали, по большей части, сильные негативные переживания. А теперь она снова ощутила вкус радости и видит, что он был доступен ей всегда.

ГЛАВА 2. РАБОТА С СУБЛИЧНОСТЯМИ

5. ДЕФИЦИТ ВРЕМЕНИ

(метод субличностей в коучинге)

Поставил новый рекорд. Провёл консультацию по коучингу за 18 минут. Я не спешил, просто Алексей быстро получил ответ на свой запрос: как мне выйти из состояния дефицита времени?

– Хорошо, Алексей. Позвольте я дам вводную? – я знал, что Алексей знаком с ведическим знанием и мне хотелось настроить его на нужный лад.

Получив согласие, я прочитал мантру обращение к Шри Ишопанишад:

ом пурнам адах пурнам идам

пурнат пурнам удачйате

пурнасья пурнам адайа

пурнам эвавашишйате

(Перевод: Верховный Господь, Личность Бога, всесовершенен, и, так как Он абсолютен и совершенен, все, что исходит из Него, в частности этот проявленный мир, надделено всем необходимым, поскольку само является полным це-

лым. Все, что исходит из Полного Целого, также обладает полнотой. И, как Полное Целое, Он пребывает в совершенном равновесии, несмотря на то что из Него исходит такое множество законченных частей.)

И отполировал мантрой первой Шри Ишопанишад:

ишавасйам идам сарвам

йат кинча джагатйам джагат

тена тйактена бхунджитха

ма грдхах касйа свид дханам

(Перевод: Все живое и неживое во вселенной находится во власти Господа и принадлежит Ему. Поэтому каждый должен пользоваться только тем, что ему необходимо и выделено ему как его доля, и не посягать ни на что другое, хорошо понимая, кому все принадлежит.)

Мы быстро пришли к выводу, что в контексте его запроса, эти стихи означают, что Господь даёт Алексею столько времени сколько необходимо. Осталось только понять, что же Алексей делает не так, коли у него возникает ощущение дефицита времени.

Я предложил Алексею представить перед собой олицетворение времени. Это было существо похожее на привидение. Оно быстро двигалось во внутреннем пространстве Алексея.

Алексей приветствовал Время, выразил почтение, потом благодарность и перешёл к просьбе о помощи.

К тому времени, Время (каламбур какой-то), от нектарных речей нашего героя, смягчилось сердцем и стояло возле

Алексея ласково приобнимая его.

– Что же мне делать? – смиренно спросил Алексей.

– Надо планировать свой день и следовать плану. Делай план на день, на неделю, на месяц – пока так, – отвечало Время.

– Как мне помнить об этом и не сливать, а продолжать планировать?

– Представляй и имей в голове образ успешного Алексея, который планировал и действовал в соответствии с планом. А также образ Алексея, который, как говорится, ни рыба ни мясо, который не планировал свою жизнь, – дополнило Время.

– Ага, ну, лады. Благодарю, – сказал Алексей и открыл глаза.

– Вы получили ответ на свой запрос? – спросил я.

– Да, благодарю. Я совершенно не ожидал, что вы будете использовать такой интересный метод работы с образами, – ответил Алексей (он учится на коуча), – было интересно. Вроде я и так всё это понимал, но сейчас это знание глубже зашло.

6. БУДЬ СОБОЙ

Антонина была на дне рождения у своей подруги. Придумали, что каждый выбирает музыку, танцуя выходит и дарит имениннице подарок.

плохо. Мерзкое скребущее чувство в животе. И так часто – страх проявляться, страх быть отвергнутой.

Я предложил Антонине увидеть, кто же там мерзко скребёт у неё в животе. Там был огромный, злой, высокомерный чёрный кот.

Имя его было Вердикт. Он был внутренний судья определяющий, что сделано Антониной правильно, а что нет.

Антонина знакомилась с ним, общалась и постепенно кот стал гордым великолепным орлом. Он был полон внутреннего достоинства и ему не нужно было ничего никому доказывать.

Орёл говорил Антонине, чтобы она перестала постоянно играть роли рубахи-парня, базарной бабы, птички-поскакушки. Он был её сутью, более глубокой, чем все остальные.

– Я долго искала эту часть себя, – Антонина плакала и радовалась встрече, – раньше думала, что она плохая и старалась её не видеть.

После паузы, посвящённой радости от познания себя, Антонина вдруг, совершенно неожиданно, сказала: – Ещё я хочу большую собаку! С большими, умными глазами. Прини-

мающим взглядом. А вы знаете какой у вас взгляд?

Застигнутый врасплох этим вопросом, я ещё больше выпучил глаза и пробормотал: – Эээ... Принимающий!?! – я попытался ответить утвердительно, но помимо моей могучей воли, прозвучала вопросительная интонация.

– Может быть, но сейчас нет. Он у вас пронизывающий, безоценочный, видящий суть. Как у орла.

7. ЛУЧШАЯ ЧАСТЬ МЕНЯ

Ко мне на приём пришла девушка Маргарита, 24 года. Она не принимает своё имя. Маргарита начала говорить в год и уже тогда на вопрос: "Как тебя зовут?", она могла ответить: "Крокодил, который сейчас вас съест!"

Её на самом деле зовут Анжелика, но в 16 лет она пошла в паспортный стол с мамой и поменяла имя на Маргарита.

Она думала, что проблема на этом закончилась. Но недавно она крестилась, и батюшка нарёк её духовным именем Екатерина. Теперь у Маргариты неприятие этого имени.

Неприятие такое сильное, что Маргарита уже две ночи не спит, не ест, и заболела. Она обратилась ко мне за помощью. Попросила провести консультацию, как можно скорее и лично.

Так как кабинет я уже не успевал арендовать, то предложил провести консультацию в мобильном офисе – своей машине. Маргарита согласилась.

Я уже так консультировал: я спереди, клиент по диагонали сзади. Когда клиент закрывает глаза, для работы с внутренними образами, то я разворачиваюсь и смотрю на мимику клиента через зеркало заднего вида – очень удобно.

Мы начали консультацию. Через некоторое время, попробовав разные инструменты, я остановился на работе с субличностями.

Часть личности Маргариты, которая не принимает имя. Это был гневная противоположность, спокойной и тихой Маргариты. Она была красной от переполнявшей её ярости. Маргарите было страшно находиться рядом с ней.

Яростная часть сначала недоверяла и полыхала злобой. После нескольких фраз, в которых Маргарита выражала надежду на взаимопонимание и веру в прекрасную суть субличности, от ярости стал валить чёрный дым – как от сильного костра, который заливают водой.

Маргарита попросила показать ей, когда сформировалась яростная часть. Она увидела себя в 3-х летнем возрасте. Очень живая, подвижная, активная девочка, которой родители постоянно ставили в упрёк её активность, давили на чувство вины.

Маргарите пришлось спрятать свою активную суть. Теперь Маргарита обнимала своего внутреннего ребёнка и говорила себе маленькой самые тёплые и принимающие слова, которые лились из самого сердца: "Ты самая хорошая, ты классная такая, какая есть, я люблю тебя такой, какой тебя создал Бог".

– А почему родители мне говорят, что я неправильная? – Маргошечка доверчиво смотрела в глаза Маргариты.

– Они любят тебя и хотят тебе добра, но их не научили грамотно это делать. Это они от неумения проявлять свою любовь к тебе, – Маргарита гладила, сидевшую у неё на коленях Маргошечку, по голове и ласково улыбалась.

Мы вернулись к яростной части. У неё поднялся ком в горле. Представив чистое поле, Яростная часть выкричала весь сгусток оставшейся ярости. Теперь она светилась как золото и была с мечом, в доспехах

– Я буду защищать тебя, Маргарита, – сказала субличность.

– Ты моя лучшая часть, – сказала Марго восторженно глядя на лучезарную воительницу.

От этих слов ваш покорный слуга прослезился. Господи, сколько же боли можно доставить личности от неумения выражать свою любовь. О, дорогие учёные, пожалуйста, начните уже изучать и преподавать науку любви.

Первый раз в моей практике клиент был с сухими глазами, а я с мокрыми. Я переживал катарсис вместе с клиентом – это то, за что я люблю психотерапию.

После консультации мы долго сидели молча. Потом поговорили о том, что каждый из нас в детстве читал книгу о мимике, что психология классная штука. Духовное имя – Екатерина – уже так сильно не напрягало Маргариту.

– Я к нему привыкну, приму его. Это имя мне дал мой духовник, значит всё по плану Господа.

ГЛАВА 3. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ЖИЗНИ

8. УЗЛЫ ОБИД

В конце консультации Наталья рассказала мне интересную историю из своей жизни.

Мама воспитывала их с сестрой в строгости. Особенно досталось старшей сестре Арине. Мама могла поставить её в угол и забыть о ней. Так Арина всю ночь стояла в углу. Один раз Арина украла рубль и мать три дня не пускала её домой – приходилось ночевать под мостом.

Вот пришло время Вероники Сергеевны оставлять тело. Это было очень мучительно, почти агония. Её дочери были рядом. Наталья и Арина решили, что будут молиться за маму и рассказывать ей светлые истории из их совместной жизни.

Но вместо светлой истории Арина разрыдалась и стала вспоминать самые болезненные моменты, когда Вероника Сергеевна наказывала её. Наталья пыталась остановить Арину и успокоить маму, как могла.

Прошло полгода после похорон мамы. Арина пошла на новогодний корпоратив. Там, в конце вечеринки, к ней подошла техничка – баба Люся.

– Знаешь, дочка, – начала баба Люся, – я когда выпью, то начинаю духов видеть. Так вот, рядом с тобой стоит женщина.

Она описала Веронику Сергеевну и сказала, что та просит прощения у дочери, что она так её воспитывала, потому что по-другому не умела, что любит её и просит отпустить обиды.

– И что же мне делать? – обратилась Арина к бабе Любе. – Я бы и рада отпустить маму, но чувство обиды сильное, не могу убрать его.

Баба Люба сказала, что в их селе делали так: брали платок и вязали на нём узелки. Узелок вяжешь и обиду вспоминаешь. Потом этот платок с узелками надо бросит в проточную воду, в реку.

Когда Арина так сделала, то почувствовала облегчение. Она отпустила маму.

Вывод: наша карма – это и есть узлы обид. Пока мы обижаем кого-нибудь или сами обижаемся – мы так и будем вынуждены рождаться и умирать в материальном мире, вновь и вновь нанося раны друг другу.

Пожалуйста, давайте учиться жить так, чтобы быть источником только светлого и чистого, чтобы от нас шло только хорошее и доброе.

ГЛАВА 4. СТРАХИ, ФОБИИ

9. АРАХНОФОБИЯ

– Я дико боюсь пауков, просто адский ужас как, – начала Марина, – мне хочется понять, что же такое случилось со мной в прошлой жизни, что я их так боюсь.

Марина выглядела напряжённо. Так, как будто у меня тоже было восемь мохнатых лапок, и я решил спросить, что её беспокоит.

– Я переживаю, что вы будете работать с моим подсознанием. Вдруг вы там что-то откроете. Надо ли будет это как-то закрывать потом? Не случится ли с моей психикой что-то плохое? – озвучила свои опасения Марина.

– То, что мы подсветим вашим вниманием в подсознании, станет вашей сознательной частью, – я говорил уверенно и доброжелательно, – вы станете более осознанной. Разве это плохо? Вы поймёте почему вы боитесь пауков, и примете решение: бояться их дальше или это уже не имеет смысла.

Мои глаза блестели милотой и были как у агнца Божьего. Марина не смогла устоять, и расслабившись, выразила готовность идти в работу.

Я предложил Марине соприкоснуться с образом Бога внутри себя, а затем попросил её найти личность, с которой

ей было бы не так страшно идти в исследование её страха.

Неожиданно для меня, Марина, выбрала на роль защитника свою бабушку Надю: – Она мощная, – сказала Марина, с восхищением и любовью глядя на образ могучей, объёмами и духом, бабушки.

Я дал время Марине для общения с бабушкой Надей. Марина не успела попрощаться, когда Надежда уходила и сейчас поднялись эмоции от встречи.

– Марина, возьмите бабушку Надю за руку и вспомните тот страх, который возникает при виде пауков, – начал я путешествие в глубины Маринино подсознания, – идите в него, вглубь своего опыта.

– Фу, какая мерзость! – Марина скривилась от отвращения и отпрянула назад, – я вижу рыхлую землю. Из неё выползает паук и переходит на меня. Он двигает своими мохнатыми лапами по моему лицу.

Марина стала делать руками смахивающие движения и затрясла головой: – Помогите, я застряла на этой картинке. Что мне делать дальше?

– Переместитесь назад, до того момента, как перед вашими глазами оказалась рыхлая земля, – я пауков не боялся, поэтому мой голос был совершенно спокоен и собран.

20-летний Федя стоял на самом краю обрыва. Он был напуган и напряжён, его преследовал убийца. Маньяк уверенно шёл на жертву. Федя, пятясь назад, оступился и покатился с обрыва вниз.

Слишком крутой склон. Федор пытался уцепиться ногтями, подбородком, носом...

– Это, наверно, очень больно, – я сочувствуя решил проявиться.

– Да, очень. Очень натуральные ощущения, – Марина потёрла подушечкой большого пальца ногти на остальных пальцах.

– Я упал, и в чувстве глубокого сожаления и горечи, от того, что рано ухожу из жизни, умер. А паук вылез из норы и копошился на моём лице в последние минуты жизни, – Марина говорила от лица Феда.

– Я знаю этого маньяка. Это настоящий нацист, исчадие ада. Он, уважаемый человек в нашем посёлке. Мне бы никто не поверил, если бы я сказала, что он убийца.

– Марина, посмотрите внимательно на ваше тонкое тело, и вы увидите, что вас и убийцу связывает тонкая кармическая нить. В цвет какой эмоции она окрашена? И есть ли она? – кармические нити и цвет эмоции – я был сегодня явно в ударе.

– Да, тёмная тонкая нить. Она окрашена обидой, – Марина ни на миг не засомневалась в адекватности моего вопроса.

– Попросите Господа, чтобы он показал вам как разорвать эту нить. Если, конечно, это возможно, и вы этого хотите.

– Конечно, хочу, – быстро среагировала Марина и мысленно спросила, – Он хочет, чтобы я простила его. Я его прощаю.

– Ох, как-то легче стало, – через некоторую паузу добавила Марина, – нити больше нет. Я, вообще, больше не могу увидеть образ убийцы.

– Хорошо. А теперь вернёмся к пауку. Представьте, что душа паука стоит перед вами. Скажите ей, если вам отключается то, что я попрошу вас сейчас сказать, что вам неприятно, что она в теле паука ходит по вашему лицу в момент смерти, – опять импровизация – вроде должно сработать. Я мысленно молился, чтобы не напортачить.

– Да, она овальной формы. Светится. Когда я озвучила себя, паук вернулся к себе в норку.

– Теперь я в теле Феди. Чувствую глубокое сожаление и горечь от раннего ухода из жизни. Птички поют, а меня уже нет, – Марина сделала очень грустное лицо.

– А, вы можете в образе Марины подойти к Фёдору, обнять его и приободрить, сказав несколько тёплых слов. Например, что жизнь вечная, – так это у нас терапия прошлого воплощения. Я мысленно ставил себе круглую пятёрку.

Марина успокоила Фёдора, поблагодарила бабушку Надю, Господа Бога и открыла глаза.

– Давайте проверим вашу фобию, – предложил я. И, с согласия Марины, вывел на экран фото самых милых пауков, которые выдал мне гугл.

– Не страшно. Удивительно, – в голосе Марины сквозило неподдельное удивление. Ведь она всю жизнь панически боялась пауков, – что-то они у вас на фото подозрительно ми-

лые. Покажите страшных пауков, пожалуйста.

Я нашёл в интернете фото самых ужасных пауков, от вида которых даже я содрогнулся, и с замиранием сердца, продемонстрировал их Марине.

– Страшно, но терпимо. Паники нет, – констатировала Марина.

P.S. На следующий день Марина написала, что после консультации у неё снизился пульс до 63. Хотя 2 последних года он не снижался ниже 78. Пропало состояние постоянной тревоги. Она спокойно выдержала часовую истерику ребёнка. Увидела дома паука и совершенно не испугалась.

10. ЧУЖОЙ СТРАХ

Марине за 40 и 26 лет её мучают кошмары: покойники, кладбище, топь в болоте.

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.