

Надежда Маркова

практикующий психотерапевт,  
автор бестселлеров по семейным расстановкам



# В плену чуждой судьбы



ПРАКТИКА  
СИСТЕМНЫХ  
РАССТАНОВОК



Надежда Маркова

**В плену чужой судьбы. Практика  
системных расстановок**

ИГ "Весь"

2020

УДК 159.9  
ББК 88.6

**Маркова Н. Д.**

В плену чужой судьбы. Практика системных расстановок /  
Н. Д. Маркова — ИГ "Весь", 2020

ISBN 978-5-9573-3632-7

Судьба. Что это такое? Мы принимаем свою судьбу или боремся с ней, сопротивляемся ей или благодарим ее, отрекаемся от своей судьбы или смиряемся с ней. Но что делать тем, кто попадает в ловушку чужой судьбы? Мне жаль таких людей, они плывут по извилистым путям своих предков. Но более всего меня трогают немыслимые истории невинных, оказавшихся в плену чужой судьбы, попавших в ловушку семейных переплетений или ставших приютом для неприкаянных существ. И не важно, как они попали в этот водоворот: отказавшись от своего предназначения или движимые порывами слепой любви или потребностью быть причастными к своей семейной системе. Эти люди, стоя не на своем месте, не ощущают себя, не понимают, кто они. Они либо, забыв себя, проживают чью-то чужую жизнь, повторяют судьбу своих родственников, либо тонут в пучине чуждых страстей, событий, переплетений. Я не знаю лучшего способа, чем системная расстановка, где человек получает удивительный шанс воочию увидеть, чью судьбу повторяет, осознать это и стать свободным от данного наваждения. Как это происходит, а также примеры повторения чужих судеб описаны в историях в этой книге. Надежда Маркова

УДК 159.9  
ББК 88.6

ISBN 978-5-9573-3632-7

© Маркова Н. Д., 2020

© ИГ "Весь", 2020

## Содержание

От автора	8
Вступление	9
Когда судьба не судьба	10
Отказ от исполнения собственной судьбы	12
Подселение сущностей	14
Копирование семейных сценариев	16
Семейные переплетения	18
Конец ознакомительного фрагмента.	21

# Надежда Маркова

## В плену чужой судьбы. Практика системных расстановок

*Посвящается моим учителям, открывшим мне мир семейных расстановок.*

*С уважением и благодарностью*

*Берту Хеллингеру, Бертольду Ульсамеру, Гунхардту Веберу, Идрису Лаору, Марианне Франке Грикиш, Рут Аламанд, Михаилу Бурняшеву, Диане Дрекслер, Рике Рехберг, Свагито Р. Либермайстеру, Кристине Эссен, Михаэлю Блюмеништайну, Ласло Матиазовски, Олафу Якобсону, Джозелю Везеру*

© ОАО «Издательская группа «Весь», 2020

**Дорогой читатель!**



Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа – свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой – это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпри-

нимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о близких, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

*Искренне Ваши,  
Владелец Издательской группы «Весь»  
Пётр Лисовский*

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized capital 'P' followed by a series of loops and a final flourish.

## От автора



Судьба. Что это такое? Мы принимаем свою судьбу или боремся с нею, сопротивляемся ей или благодарим ее, отрекаемся от своей судьбы или смиряемся с нею. Но что делать тем, кто попадает в ловушку чужой судьбы?

Мне жаль таких людей, которые плывут по извилистым путям своих предков. Но более всего меня трогают немыслимые истории невинных, оказавшихся в плену чужой судьбы, попавших в ловушку семейных переплетений или ставших приютом для неприкаянных существ. И не важно, как они попали в этот водоворот: отказавшись от своего предназначения или движимые порывами слепой любви или потребностью быть причастными к своей семейной системе. Эти люди, стоя не на своем месте, не ощущают себя, не понимают, кто они. Они либо, забыв себя, проживают чью-то чужую жизнь, повторяют судьбу своих родственников, либо тонут в пучине чуждых страстей, событий, переплетений.

Я не знаю лучшего способа, чем семейная расстановка, где человек получает удивительный шанс воочию увидеть, чью судьбу повторяет, осознать это и стать свободным от данного наваждения.

Как это происходит, а также примеры повторения чужих судеб описаны в историях этой книги.

P. S. Все истории в этой книге имеют под собой реальную основу, но имена и фамилии участников в целях конфиденциальности изменены.



## Вступление

*...Если звезды зажигают —  
Значит — это кому-нибудь нужно?  
Владимир Маяковский*



Написав в 2010 году неожиданно для самой себя четыре книги серии «Волшебная сила расстановок» о своем опыте и понимании расстановочного процесса, я посчитала свою миссию в этом вопросе выполненной. Но с тех пор у меня осталась привычка записывать краткое содержание проделанной работы. Вначале для того, чтобы проанализировать открытия заместителей, свои интервенции и еще, наверное, для подстраховки, в случае предъявления клиентами претензий. Наслышана от коллег, что такие истории случаются, саму меня раза три подвергали критике и дотошно расспрашивали из-за подозрений и сомнений в правильности моих действий в расстановке.

За одиннадцать лет я провела более двух тысяч расстановок (честно — после двух тысяч я перестала их считать). Дело даже не в том, что можно запомнить, что ты говорил или делал в процессе, а скорее в том, что в какой-то момент я запретила себе помнить все всплывающие в расстановках истории, эмоции, страдания и переживания. Для того чтобы защитить себя от профессионального выгорания, я приняла решение работу оставлять на работе, ибо это лишь один, хотя и значительный, аспект моего бытия (есть еще семья, друзья, путешествия, книги, живопись, отдых и многое другое). Если я принесу себя в жертву своей деятельности, не значит ли это, что я впутана вновь в семейные переплетения или повторяю чью-то судьбу?

Но привычка записывать основные нюансы расстановочного процесса, свои сны до и после, инсайты и результаты клиентов у меня сохранилась. Есть у меня и другая привычка: очищать свое пространство от лишнего, ненужного, от того, что длительно не использовалось, не носилось, не употреблялось: от чистки шкафов с одеждой до файлов в компьютере и накопившихся бумаг. После того как я пробежала глазами свои четырехлетние записи расстановок, в последний момент моя рука не отважилась отправить их на свалку истории.

Мало того, как я сидела на полу в ворохе бумаг, так я себя там и нашла часа через полтора, с увлечением вспоминающую, проживающую, читающую свои записи давно минувших дней. Мне было интересно. Мысленно соавтор во мне уже делил имеющийся материал на две глобальные темы, одна из которых — влияние на человека чужой судьбы, а другая — последствия для потомков пресловутых «скелетов в шкафу». Конечно, учитывая нынешнюю ситуацию в стране, энергетический кризис, дороговизну издания и море ресурсов, которые еще надо вложить в компоновку, дизайн, редактирование и написание книги, мне проще было бы этот материал выбросить и обо всем забыть.

Но какая-то сила взяла меня в оборот, усадила за компьютер и настойчиво направляла, не давая есть и спать, до тех пор пока не были написаны две книги: «В плену чужой судьбы» и «Семейные тайны», — одну из которых вы и держите сейчас в руках. Мне тоже очень интересно знать: я сама написала эти книги или под воздействием чужой судьбы и воли? В любом случае, перефразировав поэта, с надеждой скажу: если пишутся книги — значит — это кому-нибудь нужно.

## Когда судьба не судьба

*Счастливее всех тот, кто зависит только от себя и в себе одном видит всех.*

**Марк Туллий Цицерон**



О судьбе мы уже говорили в книге «О чем молчат предки». В этой главе я хочу рассмотреть моменты попадания в русло чужой судьбы. И все же, кто кого выбирает: человек – судьбу или судьба – человека?

Каждый из нас не единожды в жизни задает себе вопрос: «Что такое судьба?» А если и не задает, то в особенные моменты своего жизненного пути неосознанно восклицает с радостью: «Это судьба!» Или, наоборот, произносит с огорчением: «Эх, не судьба!»

Что же такое – **судьба**? Конечно, это вопрос из разряда «пальцем в небо» – ответ нельзя потрогать, воочию увидеть, услышать или лицезреть в материальном воплощении. Мы можем только с мольбою взывать или настойчиво требовать четкого ответа, пытаясь достучаться до небес, догадываться, предполагать, но ответ будет у каждого свой.

Б. Хеллингер пишет:



*Я бы хотел сказать несколько слов о судьбе. Наша судьба для нас во многом предопределена нашими родителями и нашей родиной. Если мы находимся в созвучии со своей судьбой, с нашими особыми родителями, с нашим происхождением и местом нашего происхождения, если мы готовы занять там свое место – мы сильны.*

*Кто отвергает своих родителей – тот отвергает свою судьбу. Он становится слабым.*

Представим, что судьба – это некая программа, матрица, проект на «строительство» нашей жизни. В этот «проект» включены многие составляющие. Работа над ошибками прошлых воплощений, закладка фундамента на нынешнее, перечень задач и целей для личностного роста, духовного и эволюционного развития, которые надо выполнять при любых обстоятельствах и в любых условиях.

Для этого проекта нам выделяются жизненные ресурсы: здоровье, красота, таланты и способности, творческий потенциал, жизненная сила, устремленность и движущая энергия. Единственный минус в том, что этот план бытия в письменном, устном и никаком другом виде при рождении нам на руки не выдается, и инструкцию по применению себя мы не имеем. Оттого и мучаемся в неведении, как слепые котята, путем проб и ошибок на ощупь прокладывая свой путь в потоке жизненной реки. Часто слышим крики, шум и суету внешнего бытия,

не умея распознать за всем этим тихий шепот собственной интуиции или негромкий голос своей судьбы.

Может быть, поэтому мы так часто отклоняемся от русла своей судьбоносной реки и, заблудившись, попадаем в водовороты и заводи судьбы чужой. Ниже я приведу перечень «ловушек», в которые вольно или невольно может попасть каждый человек, не замечая, игнорируя или предавая собственную судьбу.

## Отказ от исполнения собственной судьбы

Случается практически с каждым человеком, если не в целом, то в некоторых аспектах бытия это бывает сплошь и рядом. Происходит, когда мы говорим «да» в то время, когда нам хочется кричать «нет». Или, наоборот, отрекаемся от чего-то при страстном желании согласиться. Например, по совету родителей, выходим замуж за обеспеченного бизнесмена в летах, а сами влюблены в славного, но без гроша в кармане однокурсника. Или устраиваемся на престижную работу в банке, в душе мечтая о карьере пианиста. Идем делать аборт, дабы люди не сказали, что в подоле принесла, выбрасываем в мусор свои стихи, боясь критики и осуждения. Молчим, когда нам хамят, обижают слабых, не проявляемся, не высовываемся, изо дня в день предавая себя, отказываясь от исполнения своей судьбы.

Лучше, чем в притче Амина Маалуфа «О тех, кто живет чужую судьбу», об этом и не скажешь. Здесь она приводится в сокращении, советуя найти и прочесть ее полный вариант:



*...Пожилый Ангел улыбнулся снисходительно и поправил очки в круглой оправе:*

*– У нас тут все записано, все учтено, опять же, все под строгим оком Сами Знаете Кого.*

*Вот тут написано: тридцать пять лет, домохозяйка, проще говоря – безработная, из увлечений – разве что кулинария. Милая такая картинка получается. Вышивания гладью только не хватает. Ну, вспоминайте, вспоминайте, чего на самом деле-то хотели?!*

*– Вспомнила. Стрелять хотела.*

*– В кого стрелять?! – изумился Ангел и покосился в книгу.*

*– В бегущую мишень. Ну, или в стационарную, без разницы... – Плакать я, как выяснилось, теперь не могла, зато туманное мое тело утратило свою радужность и пошло густыми серыми волнами. – Стеновой стрельбой хотела заниматься. Петь еще хотела. Давно это было...*

*– Подтверждаю, – Ангел ткнул пальцем в талмуд, – вы, дорогая моя, имели ко всему этому довольно приличные способности. Богом, между прочим, данные. От рождения! Куда дели все это? Где, я вас спрашиваю, дивиденды?!*

*– Я не знала, что должна... – прошелестела я в ответ.*

*– Врете, прекрасно знали! – Ангел снял очки, устало прищурился и потер переносицу. – Что ж вы все врете-то, вот напасть какая... Ладно, мадам, давайте заканчивать. Приступим к вашему распределению.*

Он достал большой бланк, расправил его поверх моей биографии и начал что-то строчить.

– Как вы все не понимаете, – в голосе Ангела слышалось отчаяние, – **нельзя, ну нельзя предавать себя на каждом шагу, эдак и умереть можно раньше смерти! А это, между прочим, и есть тот самый грех, которого вы все так боитесь!.. Все думаете – и так сойдет... Шутка ли – каждая третья душа не свою жизнь проживает! Ведь это страшная статистика! И у всех какие-то идиотские оправдания: то мама плакала, то папа сердился, то муж был против, то дождь в тот день пошел не вовремя, то – вообще смех! – денег не было. Хомо сапиенсы, называется, эректусы... Ну, все, готово, – Ангел раздраженно откинул перо, – попрошу встать для оглашения приговора. Передо мной встать, в смысле.**

Я перелетела через стол и замерла прямо перед Ангелом, всем своим видом выражая вину и раскаяние. Черт его знает, может, сработает.

– Не идентифицированная Душа по обвинению в непрожитой жизни признается виновной, – Ангел посмотрел на меня с суровой жалостью, – смягчающих обстоятельств, таких как: а) не ведала, что творила, б) была физически не в состоянии реализовать или в) не верила в существование Высшего разума – не выявлено. Назначается наказание в виде проживания одной и той же жизни до обнаружения себя настоящей. Пойдете в чистилище, будете проживать смоделированные ситуации, пока суд не признает вас прожившей свою жизнь.

Поэтому, дорогие мои, пока не дошло дело до чистилища, давайте проверим, свою ли мы жизнь проживаем?

## Подселение сущностей



Если бы в процессе семейных расстановок я не столкнулась с подселением сущности в клиентке, у меня бы не было оснований касаться этого вопроса. В том случае было очевидно, как дух умершего от алкоголя родственника «арендовал» тело молодой девушки, проживая через нее деструктивные паттерны своего поведения и личности. Об этом вы можете прочесть в главе «Верни мне мою душу».

О каком исполнении собственной судьбы может идти речь, если через тебя реализует потребности и желания своей внезапно оборвавшейся жизни дух другого человека? И здесь возникает множество вопросов: как, почему, каким образом это происходит и что представляют собой эти сущности?

Я не специалист в этой области, поэтому привожу здесь отрывок из статьи экстрасенса-биоэнергетика Станислава Кучеренко:



*Одержимость – есть получение энергоинформационной сущностью контроля над телом, сознанием, психикой, душой личности-носителя этой сущности.*

*Подселение – это паразитическое сосуществование деструктивной энергоинформационной сущности и личности-жертвы.*

*<...>*

*Что представляют собой эти сущности? Что может поселиться, «завестись» в человеке? Как, собственно, внутри личности человека появляется нечто чуждое, иное?*

*<...>*

*Во-первых, подобные сущности могут «влезать» сами – в состояниях затемнения или изменения сознания жертвы. Это состояния сильного наркотического и алкогольного опьянения, аффекты, нервные припадки, неконтролируемые и неправильно выполняемые медитативные, трансовые, гипнотические техники, «астральные полеты», потери сознания.*

*Во-вторых, но это будет касаться больше подселений сущностей из некротического поля – покойников, подобные подселения происходят по чуждой воле и желанию – с использованием методов черной магии, а также при сильной эмоциональной привязанности к умершему человеку.*

*В-третьих, вселяются в человека, когда тот одержим страстями: гневом, жестокостью, гордыней, унынием, агрессией и прочими.*

*<...>*

*Цель всех этих сущностей – вести душу человека к гибели, разрушая его личность, сознание, психику, характер. За душу человека идет борьба как за источник энергии.*

## Копирование семейных сценариев



Почему дети разведенных родителей делают все, чтобы остаться без партнера, дочери алкоголиков выходят замуж за потенциальных алкоголиков, а мужчины, в детстве подвергавшиеся насилию, впоследствии тоже поднимают руку на своих жен и детей? Уж им ли не знать всех невзгод родительской жизни и боли своих детских травм, а они повторяют судьбу своих родителей, словно под копирку, с точностью до мелочей – почему? Такую предрасположенность детей повторять жизненные события, судьбу своих родителей или других ближайших родственников называют *семейным сценарием*.

Понятие семейного сценария было введено в психологический оборот психиатром и психологом Эриком Берном. **Сценарий**, по Берну, – постоянно развертывающийся жизненный план, формирующийся в раннем детстве под влиянием родителей. Семейный сценарий содержит установленные традиции и ожидания для каждого члена семьи, которые успешно передаются из поколения в поколение. Получив предписание родителей, ребенок принимает психологические позиции и устанавливает роли, необходимые для осуществления своей *жизненной драмы*. Когда роли определены, человек, получивший сценарий, выбирает людей и манипулирует ими, чтобы присоединить их к списку действующих лиц.

Таким образом, сценарии действуют в течение всей жизни человека. Они основаны на решениях, принятых в детстве, и на родительском программировании. Особенностью сценария является его *неосознаваемость*. Действительно, для человека, угодившего в сценарий, речь не идет о какой-то игре – это его жизнь! Карл Густав Юнг писал, что, когда внутренняя *ситуация не осознается, она проявляется извне как судьба*.

Отличительной особенностью такой жизни является ее *драматичность, а порой и трагичность*. Маркером сценария является его *повторяемость*, что проявляется в *воспроизводимости жизни*, отношений как на уровне личной истории человека, так и на уровне истории других членов рода. В своей книге Эрик Берн приводит для примера множество жизненных историй, одна из которых меня особенно впечатлила.



*Игры, которые разыгрывают родители по поводу размера семьи. Например, Джинни была старшей из одиннадцати детей, и ее мать Нэнни жаловалась, что по крайней мере пятеро из детей нежелательные. Естественно предположить, что Джинни будет запрограммирована на шесть детей, но это не так. Она запрограммирована иметь одиннадцать детей и жаловаться, что пятеро из них – нежелательные. Она запрограммирована в более позднем возрасте играть в игры «Ну вот, опять я...», «Поторопилась» и «Фригидная женщина», как и ее мать. В сущности, этот пример можно использовать как тест на психологическую грамотность. На вопрос*



*«У женщины одиннадцать детей, и она жалуется, что пятеро из них нежеланные, сколько детей, вероятно, будет у ее старшей дочери?» сценарный аналитик ответит: «Одиннадцать». Те, кто отвечают «шесть», с трудом могут понимать и предсказывать человеческое поведение, потому что считают, что важнейшие поведенческие решения, как и самое обычное поведение, «рационально» мотивированы. Но на самом деле это не так. Эти решения обычно принимаются в соответствии с родительским программированием, заложенным в сценарий.*

Вот так человек и оказывается в оковах чужих представлений, слепо следует им, забывая о собственных желаниях, потребностях и мечтах.

## Семейные переплетения



Это понятие введено в психологию Бертом Хеллингером. Семейные переплетения – это незавершенные процессы прошлого в семье (или расширенной семье, называемой родом), которые неосознанно вовлекают ныне живущих членов в то, что было давно. Так проявляется закон уравнивания системы. По этому закону потомки призваны завершить незавершенное их предками: прожить что-то за кого-то, оплакать, догоревать, доделать. И человек оказывается переплетенным с судьбами предков, в своеобразной подсознательной ловушке. Сам того не осознавая, он живет не свою жизнь, решает не свои жизненные задачи. Семейное переплетение можно распознать: если ситуация, которую вы проживаете, не имеет объяснения с точки зрения здравого смысла и логики реальной жизни. Например:

- красивый и достойный человек живет в одиночестве, не находя себе пары;
- человек умен, умеет просчитывать любые варианты, много работает, но постоянно все теряет, его начинания терпят крах, денег никогда не хватает;
- человек знает, что пить (курить, употреблять наркотики, объедаться и т. п.) вредно, и все равно делает это в подсознательном стремлении к смерти.

Причины этого лежат в незавершенных в прошлом процессах семьи или рода. Например, **в роду кто-то не был прощен, кто-то был исключен из семейной системы** или совершил преступления, и тогда потомки должны завершить незаконченное и уравновесить систему. Таким образом, происходит втягивание человека в матрицу чужой судьбы. Повторение чужой судьбы может быть тотальным по всем статьям и направлениям, а может касаться только отдельных аспектов, например, чувств. Такие чувства называют перенятыми. Семейные переплетения для удобства восприятия можно подразделить на несколько видов или форм.

Формы переплетения:

- идентификация;
- следование;
- замещение;
- искупление вины;
- перенятые чувства;
- парентификация;
- триангуляция.

Кратко рассмотрим каждую из перечисленных форм семейных переплетений.

### Идентификация

К идентификации относятся проявления себя через паттерны поведения, которые человек выражает, а с помощью семейной расстановки обнаруживает чувства, качества, жизнен-

ные ситуации и образ жизни кого-то другого из предков. Таким образом, идентификация – это форма самоотчуждения, в рамках которой идентифицированный бессознательно и более или менее ярко выраженно сливается с кем-то другим, повторяет аспекты его судьбы, вне зависимости от собственной воли и желаний. Объясняется это присущим системе «органом равновесия», который берет на службу кого-то из вошедших в систему позже, чтобы «воскресить» в семье некое системное нарушение (исключение, несправедливость, неуважение и т. д.), чтобы для него было найдено решение. В этой книге и других моих книгах приводится ряд примеров, когда потомок (сын, дочь, внук или правнучка) зеркально отражает своей жизнью судьбу другого, вычеркнутого из семейной системы представителя рода.

### **Следование**

Если кто-то из более ранних членов системы слишком рано умер вследствие болезни, несчастного случая, преступления, войны и т. д., то у кого-то из более поздних членов системы может возникнуть тенденция последовать за ним в смерть. Человек говорит: «Я последую за тобой» или «Я последую за тобой в смерть». Эта тенденция следования может проявляться напрямую, например, в попытках самоубийства, а также в значительной готовности стать жертвой насилия, несчастного случая или в склонности к ведению рискованного образа жизни (выбор опасных профессий или видов спорта – каскадеры, спасатели МЧС, гонщики, альпинисты). Косвенно тенденции следования проявляются в повышенном травматизме, попадании в аварийные ситуации или болезнях.

### **Замещение**

Если кто-то из родственников, в первую очередь один из родителей, стремится последовать за другим членом системы в смерть, болезнь или вину, то у его ребенка может возникнуть тенденция сделать это вместо него или взять на себя ношу этого родителя. То есть встать на его место, заменить его в этом движении: «Я сделаю это вместо тебя», «Лучше я, чем ты» или «Я искуплю твою вину», – как бы говорит ребенок. Он берет на себя тяжесть судьбы своего отца или матери в надежде, что благодаря такому акту солидарности родитель исцелится, будет меньше страдать или останется в живых. В результате такой человек терпит фиаско. Его устремленность сделать что-то за другого коверкает его судьбу, но для того, кого он стремится спасти, его жертва бесполезна.

### **Искупление вины**

«Без вины виноватый». Поговорка как нельзя лучше подходит именно к этой системной динамике. Здесь имеется в виду стремление потомка искупить чужую вину вместо другого человека. Например, за отца, мать или более далекого предка. В случае динамики искупления вины действует представление, что собственным страданием можно предотвратить чужое. Либо что страдание или собственная смерть может стать платой, компенсацией за что-то. Это детское магическое представление. Вина (как и другие чувства) бывает двух видов: личная и системная, то есть перенятая. Это чувство может передаваться ребенку через многие поколения и, как чужое чувство, оно не поддается анализу и контролю. Чем больше вины чувствует человек, тем более суровым может последовать наказание. Примеры из практики вы найдете на страницах этой книги. Динамика искупления вины полностью захватывает нас, мы отсоединены от собственных переживаний и от своих личных жизненных задач.

## Перенятые чувства

Перед системными чувствами мы бессильны. После вспышки гнева или ревности мы с удивлением разводим руками, говоря: «Это на меня не похоже», «Я был не в себе», «Что на меня нашло?», «Меня понесло», «Меня как будто подменили», «Мне это не свойственно». Берт Хеллингер доказал, что часть чувств, которые мы испытываем, принадлежит не нам, а нашим предкам – родителям, нашим бабушкам и дедушкам, другим членам системы. Прежде всего это запрещенные обществом чувства, чувства, на которые наложены табу нашей культурой, социумом, убеждениями.

Чаще всего это чувства заблокированные, вытесненные, до конца не прожитые нашими прародителями. Ибо в XX веке в нашей стране проявлять чувства было некогда или небезопасно.

Перенятые чувства хранятся в памяти рода, как заряженное ружье на стене, призванное рано или поздно выстрелить, и проявляются у нас или наших детей и внуков. Эти вытесненные предками эмоции и переживания врываются неожиданно в нашу жизнь вспышками ярости, гнева, обиды или вины, сражают наповал своей необузданной силой и всегда не соответствуют причине, породившей их. Результат – проживание чужой жизни, чужих забот и обязанностей и полное забвение себя и своего предназначения.

## Парентификация

Ребенок оказывается в позиции, в которой он становится родителем для одного из своих родителей. Если, например, мать рано потеряла свою мать или ее не приняла, то часто она ведет себя по отношению к дочери так, как будто та – ее мать и может дать ей то, чего ей не хватает. Тогда в расстановке ребенок часто стоит за этим родителем. И здесь ребенок не может быть ребенком из-за динамики парентификации (от англ. *parent* – «родитель»). Парентификация – нарушение базового порядка, когда ребенок чувствует себя больше, чем родитель, стремится заместить своему родителю кого-то из его родителей и как результат – проживание чужой жизни, чужих забот и обязанностей и полное забвение себя и своего предназначения.

## Триангуляция

Триангуляция (от англ. *triangle* – «треугольник») проявляется в том, что ребенок передвигается вверх по иерархии системы и встает рядом с родителями (или между ними), часто при этом возникает подобие любовного треугольника. В этом случае страдают и партнерские отношения родителей, и ребенок, который в такой позиции не может получать через родителей энергию рода. Вследствие использования ребенка в качестве союзника одного родителя против другого он не только вовлекается в круг полномочий, иметь которые ему не положено, но и ставится на такую позицию в системе, которую он как представитель неродительского поколения занимать не может и не имеет права. В качестве мнимо равноправного помощника одного из родителей функционально ребенок стоит на родительской ступени и таким образом лишается возможности быть ребенком. Подробнее о парентификации и триангуляции с примерами из практики вы можете прочитать в моей книге «Мамочка, пожалуйста».

## **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.