



Надежда Маркова

# Мамочка, пожалуйста...

Надежда Маркова

## За пределами одинокости



Сем  
М  
Ис



## Волшебная сила семейных расстановок

Надежда Маркова

практикующий психотерапевт,  
автор бестселлеров по семейным расстановкам

Возрождение

# силы рода



ПРАКТИКА  
СИСТЕМНЫХ  
РАССТАНОВОК

**НАДЕЖДА МАРКОВА  
МАМОЧКА, ПОЖАЛУЙСТА  
ЗА ПРЕДЕЛАМИ ОДИНОЧЕСТВА  
ВОЗРОЖДЕНИЕ СИЛЫ РОДА**



Волшебная сила семейных расстановок

Надежда Маркова

**Возрождение силы рода. Практика  
системных расстановок +  
За пределами одиночества  
+ Мамочка, пожалуйста...  
Семейные расстановки –  
метод Берта Хеллингера**

ИГ "Весь"

2023

УДК 978-5-9443-5660-4  
ББК 88.6

**Маркова Н. Д.**

Возрождение силы рода. Практика системных расстановок +  
За пределами одиночества + Мамочка, пожалуйста... Семейные  
расстановки – метод Берта Хеллингера / Н. Д. Маркова — ИГ  
"Весь", 2023 — (Волшебная сила семейных расстановок)

ISBN 979-5-9443-9653-1

Надежда Маркова – психотерапевт с богатым опытом работы, автор  
бестселлеров по системным расстановкам. Сборник состоит из книг:  
Возрождение силы рода. Практика системных расстановок. За пределами  
одиночества. Мамочка, пожалуйста... Семейные расстановки – метод Берта  
Хеллингера.

УДК 978-5-9443-5660-4

ББК 88.6

ISBN 979-5-9443-9653-1

© Маркова Н. Д., 2023

© ИГ "Весь", 2023

## Содержание

Возрождение силы рода	6
От автора	8
Вступление	9
Скованные одной цепью...	10
Как найти своих предков	14
Как искать родственников за границей	16
Перечень задаваемых вопросов	17
I. Детство – ранняя юность	17
II. Юность – зрелость	18
Как составить генограмму	20
Что дает работа с генограммой	26
Ключ к изменению поведенческих программ	28
Семейные расстановки и ритуалы	31
Линия предков	32
Поклон	32
Лечь рядом с мертвыми	33
Ритуал возврата	33
Ряд предков	33
Ритуал обретения силы	34
Знакомство с родом	34
Возрождение мужской силы	34
Возрождение женственности	35
Ритуалы Марианны Франке-Грикш[1]	35
Ритуал расставания с родительской семьей	35
Ритуал духовного развода с супругом	35
Восстановление связи с родителями	36
Прощание с умершим	36
Протокол разрешения симбиотического нарушения по И. Лаору[2]	36
Ритуал благословения	38
Коридор предков[3]	39
Сила источника	39
Конец ознакомительного фрагмента.	41

**Надежда Маркова**  
**Возрождение силы рода. Практика**  
**системных расстановок. За**  
**пределами одиночества. Мамочка,**  
**пожалуйста... Семейные расстановки**  
**– метод Берта Хеллингера**



© Маркова Н., 2023

© ОАО «Издательская группа «Весь», 2023



## **Возрождение силы рода**

*Посвящается моему роду с любовью и благодарностью*





## От автора

Род – это мощная энергия, которой пронизана вся наша жизнь, от ее истоков до последнего вздоха. И вместе с тем **Род** – это сила, о которой современный человек забыл, от которой отсекся в суете повседневности.

Двадцатый век огнем и мечом войн, революций, репрессий, массовых переселений, голодомора разрубил вековые связи, отсек многих из нас от живительного источника родовой силы и мудрости. Без наших корней, без единения с предками мы зависли между небом и землей, мы не чувствуем почвы под ногами, дышим вполвздоха, живем вполсилы, любим вполсердца.

Как же вернуться к корням нашего рода, возратить силу предков, предназначенную нам по праву рождения, и передать ее дальше будущим поколениям, нашим детям и внукам?

В этой книге вы найдете ответы на вопрос, как восстановить прерванный поток родовой энергии. Здесь собраны лучшие техники, мысли, молитвы, медитации на эту тему. Воспользуйтесь своим шансом!



## Вступление

Что мы знаем о своих корнях? Что я знаю о своих предках, об их крепости или талантах? Как воскресить это в памяти своего тела, в мыслях, в желании воссоединиться с их потоком и черпать их мощь, прыть, силищу, древнюю красоту, устремленность духа, душевную мягкость и благодать, радость существования?

Мой род, мои корни, их истоки – куда, в какие земли, какие дали уходят? Беглые крепостные или смелые, бравые казаки, осевшие в украинских степях? Бабушка и ее родители были из России. Золотошвейка, рукодельница, умница. И прадед – могучий мужик, краснодеревщик, весельчак и балагур. Прабабушка принесла в жертву себя, свой дом и жизнь, чтобы спасти жизнь внуков, не быть обузой. Дедушка и его пращуры – с Украины, сеятели, пастухи, коневоды. Родители отца, подкинувшие его младенцем в приют. Жестоко? Но был голодный 33-й год. Жестокость их спасла жизнь папе, а значит, и мне, и моим сестрам, и нашим детям и внукам!

Мой род. Как познать, восстановить, воскресить тебя из небытия, из беспамятства, из вод быстротечного времени? Как воскресить силу и целостность, не зная своих корней, не имея почвы под ногами, не ведая, на что и на кого опереться? Но знаю я вас или нет, разведая, найду, познаю или опущу руки перед стеной неизвестности, я хочу, чтобы вы знали: я чту вас, я с уважением отношусь к вашей жизни и к вашим судьбам. Я верю, что вы сейчас смотрите с небес на меня, на всех нас, живущих. Вы поддерживаете меня в нелегкие моменты жизни. Даете подсказки и наставления. Ваш опыт, талант и устремленность к свету проявляются во мне через генную память, зов сердца и жгучее желание познания мира сего и его тайн, устремленности к творчеству. Мой род, мои предки, мои прародители, эта книга – мои песни памяти вам, памятник вашему существованию и вашему свету во мне.

Я с любовью оставляю все бури и тяготы вашей судьбы вам. Я глубоко уважаю ваш выбор прожить свою жизнь так, как вы прожили ее. Я принимаю вас такими, какие вы есть. Я открываю свое сердце для всего моего рода, для всех кровных родственников, предков по материнской и отцовской линиям. Я чту и помню всех, кто поддерживал мой род: приемных родителей, матерей, воспитавших моих родителей, позволяя им передать жизнь дальше.

Светлая вам память! Божественной вам защиты, любви и благословения.

## Скованные одной цепью...

Все мы приходим в этот мир по одному, и так же по одному все мы из этого мира уходим. Но это одиночество только кажущееся. Одним из важнейших законов существования, открытых Бертом Хеллингером, является *закон принадлежности*.

Каждый из нас, осознаём мы это или нет, желаем того или нет, является потомком своего рода, членом семьи своих предков, элементом собственной семейной системы.

Человек – лишь звено в цепочке поколений. Передать своим детям и внукам можно не только какие-либо материальные ценности, но и бесценный, веками наработанный опыт и силу Рода. Практически в любой традиции вы найдете подтверждение тому, что судьба человека во многом определяется программой рода. Да и ученые сделали открытие, что здоровье людей на 80 процентов зависит от наследственности.



*Если воспитание и заботу человек может получить не от родных людей, материальные ценности и жизненный опыт зарабатывает сам в течение своей жизни, то сила Рода (составляющая личной силы человека) – это то, что получить невозможно больше нигде, кроме как в своей семье.*

Примерно половину всего в нашей жизни мы получаем от рода: наше тело, набор генов, здоровье, повторяющиеся жизненные ситуации, открытые или закрытые дороги и даже партнеров по жизни к нам подталкивают невидимые предки. Все это можно исследовать и откорректировать, чтобы имеющиеся родовые программы и переплетения не передавать дальше своим потомкам. Умение осознать и принять свои корни – это важная часть работы с Родом. Включаются родовые защиты, дается поддержка рода вам и вашим близким.

Вся совокупность черт внешности и генетических составляющих передана нам нашими предками. Это есть в нашей генной памяти, в клетках нашего тела, в крови. Мы несем в наших генах память. По этой причине мы и отрабатываем те или иные родовые программы, проигрываем незавершенные жизненные ситуации, повторяя сценарии наших прародителей.

Генами определяется не только физическое здоровье, но и многие линии судьбы. Считается, что на жизнь человека непосредственно влияют семь колен рода. Именно поэтому так важно понять, что в себе хранит память рода. Только вдумайтесь! В течение прошедших 200 лет 126 человек жили, любили, как-то действовали, чтобы вы могли появиться на свет.

Поэтому важно помнить и безоценочно принимать всех и каждого членов своего рода. Принадлежность к семейной системе – один из очень значимых факторов, дающий человеку огромный жизненный ресурс, чувство защищенности, повышающий уверенность, определяющий успешность и эффективность его жизни.

Человек, по каким-то причинам оторванный от своей семейной системы, напоминает дерево без корней. Он часто чувствует себя одиноким, не может быть достаточно гармоничным, успешным, уверенным в себе и своем будущем. Такого человека можно сравнить с деревом, выращенным в технике бонсай, которая испокон веков используется японцами. За 400 лет такое дерево достигает в высоту 15 сантиметров. А все потому, что ему постоянно обрезают корни. Так и люди с отрезанными родовыми корнями, не получив подпитки, любви и силы рода

в достаточной степени, не имеют возможности для роста, не могут наполниться этой энергией и, как следствие, не способны передать эту энергию дальше – своим детям и внукам.

По этой причине в семьях высокопоставленных особ: императоров, королей, аристократов – всегда велись книги учета всех представителей рода, и до сегодняшнего дня почитается за честь знать корни своей семейной истории – родословную.

Одна из преподавательниц обучающей программы по семейным расстановкам, которую я проходила, Рика Рехберг, является немецкой принцессой. Да, самая настоящая принцесса, представительница древней аристократической фамилии. Она получила в наследство книги, которые вели ее предки, и знание о своей родословной до двадцать восьмого колена. При этом не каждый из нас может похвастаться знанием своей родословной хотя бы до седьмого колена. Информация обрывается чаще всего на прабабушках и прадедушках. Этот информационный голод является результатом исторических катаклизмов XX века: войн, революций, репрессий, голодоморов. Чтобы спасти жизнь себе и своим детям, иногда было безопасней стереть из памяти свое происхождение, фамилию, знание предков. Поэтому и живем мы как Иваны, не помнящие родства, без роду и племени – скудно, бедно, завистливо, бездушно, бездуховно, зарясь на чужое добро, чужих жен-мужей, даже на чужую страну и чужую жизнь. Выхолощенные, обесточенные, больные, жадные, нищие духом.

Что же делать человеку, ставшему жертвой времени ли, собственной ли философии или несовершенства мироздания? Для начала нужно воскресить в памяти свой род, своих прародителей, свои родовые корни. Как и что надо для этого сделать, с чего начать, какими путями идти? Ответы на эти вопросы вы найдете в этой книге. Главное – желание и понимание важности знания своих корней.

Поэтому еще раз повторяю: поиск своих корней, знание и почитание каждого представителя своего рода придает потомкам особый ресурс – жизненную силу, любовь Рода. А это и поддержка, и здоровье, и мудрость, и способность к выживанию, и удачливость, и творческие задатки, и таланты, и многое другое.

Каждый ребенок рождается на свет благодаря своим родителям. В нем соединяются два огромных потока жизненной силы – это род матери и род отца. И в случае, если мы принимаем и уважаем своих родителей такими, какие они есть, мы получаем сто процентов силы от этих двух родов. Если же кто-то из родителей по каким-то причинам нами не принят, отвергнут, осужден, то мы тем самым лишаемся половины жизненной силы – силы своего рода. Если человек не принимает отца, то ему недостает 50 процентов мужской силы, а если не принимает мать – то 50 процентов женской силы. Вследствие этого прерывается поток любви, и у человека могут возникать те или иные жизненные проблемы и затруднения. Это все равно что всю жизнь прыгать на одной ноге или пытаться летать на одном крыле – устанешь, споткнешься, упадешь! А что уж говорить о тех, кто обижен, кто отталкивает от себя обоих родителей, гневается на них?

Миссия родителей – дать ребенку самое ценное – подарить жизнь. Свою жизнь каждый из нас не смог бы ни купить ни за какие деньги, ни достать взамен ни на какие блага мира, ни получить никаким иным образом от кого-либо из живущих на Земле.

Даже если бы кто-то из родителей был немного другим, то родился бы кто-то очень похожий на вас, но это были бы уже не вы, а совсем другой человек! Глубинное осознание этого факта обычно помогает принять своих родителей. Принять их без оценок, идеализации и детской мечты об их совершенстве. Наши родители, так же как и мы, – всего лишь люди, только люди.



*«Чем меньше вы понимаете своих близких, тем больше у вас проблем», – утверждает немецкий психолог Маргарет Барт.*

Для того чтобы восстановить прерванный поток любви к одному из родителей или обоим, обрести радостное, окрыляющее чувство принадлежности к своей семейной системе, своему роду, своему «родовому дереву», наиболее эффективным является использование метода семейных расстановок. Согласно философии Берта Хеллингера, каждый человек является частью определенной семейно-родовой системы, как звено в общей цепи семейно-родовой структуры.

Будучи частью целого, человек включен в некоторое системное семейно-родовое сосуществование, оказывающее значительное влияние на всю его жизнь, взаимодействие с внешним миром, на судьбу. Внутри каждой семейно-родовой системы действуют определенные законы и закономерности, согласно которым система выживает, существует и развивается. Берт Хеллингер называл эти законы *порядками любви*. Один из важнейших законов семейной системы – закон принадлежности, с которого мы начали эту главу.

Каждый человек является членом системы и имеет полное право на принадлежность к ней. Никто не может быть исключен из нее из-за поступков, жизненных принципов, поведения и черт характера. Для системы нет плохих и хороших людей. Система одинаково помнит всех, кто ей принадлежит (или принадлежал), и четко определяет место любого ее члена. Каждый человек важен для системы – без него не родились бы его дети, и все в роду было бы по-другому. Если кто-то из членов системы по каким-то причинам был исключен из нее: забыт, очернен, сознательно или по неведению вычеркнут, – то кто-то из потомков этой семейной системы может повторять его судьбу, ощущать его чувства, жить его жизнью. То есть заменять исключенного человека, даже если это произойдет через несколько поколений. Это объясняется стремлением системы к порядку, возмещению и целостности.

Любая система стремится к устойчивости и выживанию. В семейной системе незавершенные процессы прошлого неосознанно вовлекают ныне живущих ее членов в то, что было давно. Так действует закон уравнивания системы, подчиняясь которому, потомки должны завершить дела, незавершенные их предками: «доделать», «догоревать», «допеть», «допрожить» что-то и за кого-то. Если в семье кто-либо был забыт и лишен своего права принадлежать системе (дедушка, пропавший без вести на войне, абортированный или рано умерший ребенок, преступник, репрессированный или убитый родственник), это чревато следующим. Кто-то другой из семейной системы, обычно самый юный и незащищенный, занимает его место и будет жить, как он, напоминая своей жизнью, чувствами, поведением об исключенном из семьи предке. Происходит переплетение, проекция или замещение судеб, то есть кто-то из ныне живущих потомков исключенного будет связан (переплетен) с ним и его судьбой. И этот потомок может иметь нелегкую судьбу, с трудом осознавать свое «Я», свои действия, свои потребности и желания (следствие – неадекватное поведение), жить за другого, болеть за другого (следствие – рак, шизофрения), есть за другого (следствие – избыточный вес), работать за другого (следствие – трудовоголизм), суетиться, не умея расслабиться (следствие – гиперактивность), и т. д.

Таким образом, ничего не подозревающий человек оказывается в переплетении с судьбами своих предков, о которых он, скорее всего, ничего не знает. Сам того не осознавая, он проживает не свою жизнь, испытывает не свои, а перенятые чувства, решает не свои, а чужие

жизненные задачи. Для исцеления от семейно-родового сплетения и освобождения человека от пут чужой судьбы в первую очередь необходимо восстановить право принадлежности к семье исключенных из нее членов, то есть снова принять их в систему, восстановив тем самым целостность, порядок, гармонию рода и прерванный поток жизненной энергии и любви.

Помочь в воссоздании семейной истории и порядка в семейной системе позволяет *генограмма* – графическая запись информации о семье, схематичное изображение нескольких поколений семьи. Иногда генограмму называют «геносоциогамма». Ее составление и исследование является одним из методов психотерапевтической коррекции семейных взаимоотношений. Генограмма является увлекательной техникой познания себя через изучение истории своих предков. Она позволяет наладить контакт со всеми членами своей семьи и рода в целом, увидеть и осознать свою позицию в семейной системе. При составлении генограммы могут обнаружиться исключенные из системы, осужденные, изгнанные или забытые предки. Восстановление контактов с ними через семейную расстановку, молитву или медитацию позволит избежать переплетений с ними жизнью потомков.

О том, как более точно составить генограмму своего рода, читайте в следующих главах.

## Как найти своих предков

За годы советской власти, перестройки, в нынешнее время во многих семьях постсоветского пространства связи с предками были утрачены, разрушены. Семейные ценности выбивались из сознания народа постулатами типа: «*Раньше думай о Родине, а потом о себе*». К сожалению, большинство из нас и сегодня не осознает важности единения со своими предками, игнорирует семейно-родовые связи. А заслуга предков заключается не только в том, что они дали нам жизнь физическую, но и в том, что из поколения в поколение своими поступками, мыслями и эмоциями они формировали для нас некое энергоинформационное поле – память рода. В ней содержится опыт наших предков. Она закодирована в нас на генетическом уровне и имеет огромное влияние на качество нашей жизни.



*Здоровье и благополучие во многом зависят от семейного эгрегора – памяти рода.*

Если наши действия будут соответствовать устремлениям, содержащимся в родовом эгрегоре, если мы будем исполнять заповеди предков и свято чтить традиции, то обретем *родовое сознание* (совместное знание с Родом). То есть сможем пользоваться общеродовой памятью и всем, что в ней накоплено. Такие действия наши предки называли здравомыслием, потому что, подключившись к своему родовому эгрегору, мы действуем по правилу, то есть правильно.

Разумеется, хорошо знать, кто ты и откуда пришел. Но, к сожалению, большинство из нас давно разорвали эту связь и не помнят своих корней.

В последнее время наблюдается другая тенденция: многие люди начинают интересоваться своими корнями, происхождением семьи. Жаль, что знания большинства (и я – не исключение) ограничиваются краткой информацией о прадедушках или прабабушках. Тем не менее узнать историю своей семьи нужно, важно и возможно. Как же выяснить свою родословную?

**1. Факты.** К фактам относится информация, которая точно известна и проверяема, например: дата рождения, фамилия, имя, отчество, место жительства, место работы, должность и т. п. Факты обладают самой высокой степенью достоверности. Для их выяснения следует по возможности опросить:

- ⇒ своих родственников;
- ⇒ их друзей;
- ⇒ знакомых;
- ⇒ соседей;
- ⇒ крестных;
- ⇒ сослуживцев, которые могут что-то знать.

Перечень задаваемых вопросов вы найдете далее.

**2. Мифы и легенды.** Во многих семьях рассказы, истории, мифы и легенды о предках передаются из поколения в поколение. Один из ярких, запомнившихся мне примеров: прапрадед выкрал чеченскую княжну против ее воли. С тех пор все женщины в роду обладают строптивым характером и ведут себя так, словно за что-то мстят мужчинам.

**3. Семейные ценности (артефакты).** Любые предметы, которые передаются по наследству, из поколения в поколение. Предметы, которые передают потомкам память о

предке, обладавшим ими. Например, это могут быть семейные драгоценности, посуда, предметы быта, старинные часы, ордена, медали, оружие, фотографии, письма, дневники, рецепты блюд, документы, книги, срезанные детские локоны, бирки из роддома – в каждой семье что-то свое. Например, в моей сохранилась резная скамья из красного дерева, сделанная руками моего прадеда, вышитые рушники прабабушки, медаль моей тети, маминой сестры.

**4. Воспоминания.** Мы многое знаем и храним до поры до времени в своей памяти полученную в детстве информацию. Нам нужно только ее вспомнить. Это могут быть как ваши личные воспоминания о каких-либо событиях, происходивших с членами семьи, так и воспоминания ваших близких, например, какие-то зрительные образы или любимая мелодия детства, или ощущение блаженства, запах свежескошенного сена, вкус парного молока, бабушкины блины или что-то еще, что всплывает в памяти и о чем можно рассказать.

**5. Предположения и домыслы.** Каждый из нас может иметь или формировать какие-то представления о своих предках. Например, если вы знаете, что кто-то из предков был золотодобытчиком, путешественником или купцом, то можно почитать о том, как жили представители такого рода занятий в исторической литературе. По возможности рекомендуется посетить музей, посмотреть на быт того времени и составить мнение о том, как приблизительно жили ваши предки.

**6. Найдите свою фамилию в одном из словарей фамилий.** Это не поможет узнать вашу конкретную родословную, но укажет, в каком направлении двигаться. Например, в подобных источниках может содержаться информация о том, в каком географическом районе появилась фамилия, имеет она иностранное или русское происхождение, в каком социальном слое распространена. Это сузит круг вашего поиска.

**7. Нужную информацию можно получить в ЗАГСах.** Здесь хранятся недостающие сведения, о людях, живших в XX веке (рождения, смерти и их причины, браки, усыновления, перемена ФИО, национальность). При этом информацию из ЗАГСа вправе получить только человек, о котором сделана запись, а после его смерти – родственники или по нотариально заверенному разрешению кого-то из них. Учтите, что необходимо указать причину запроса, и она должна быть обоснованной, поскольку генеалогические исследования многими работниками официальных учреждений воспринимаются в штыки.

**8. Еще один источник – военкоматы,** где хранятся сведения о людях, проходивших военную службу, а если вы не знаете конкретного отделения, то можно обратиться в городской комиссариат.

**9. Изучите аспект истории семьи,** связанный с участием в военных действиях. В частности, начните изучение «Книги памяти» – сравнительно полного собрания имен погибших и пропавших без вести в период Великой Отечественной войны. Ее можно найти в музеях, крупных библиотеках и в интернете в оцифрованном виде.

**10. Зайдите на сайт общества «Мемориал».** На странице поиска введите фамилию, имя и отчество вашего родственника, предположительно участвовавшего в Великой Отечественной войне. В качестве ответа система выдаст список имен погибших и пропавших без вести солдат. В этом списке вы можете уточнить год рождения и смерти своего родственника, а также место рождения, что поможет конкретизировать поиск.

**11. Если вам известны имена прадедов,** которые по возрасту могли участвовать в Первой мировой войне, найдите в библиотеке подшивки военных журналов того периода, например «Русский инвалид». В них также публиковались списки погибших и пропавших без вести.

**12. После того как вы выяснили, где географически жили ваши предки, начните поиск в архиве** соответствующей области или города. Это может быть информация генеалогического характера для исследования истории своего рода, сведения социально-правового характера для подтверждения трудового стажа, зарплаты при оформлении пенсии, информация об учебе в вузе, службе в рядах Советской армии, участии в партизанском или подпольном дви-



жении в годы Великой Отечественной войны, о репатриации в Германию в период оккупации, а также биографические данные о человеке. К примеру, личное дело студента или уголовное дело репрессированного и многое другое. Информацию о погибших и пропавших без вести на войне родственниках можно также найти в архивах.

Трудность заключается в том, что в архив вас не допустят, если вы не имеете отношения к исследовательскому институту или не учитесь на факультете истории. Но вы можете заказать в архиве справку или выписку из интересующих вас документов. Ряд архивов оказывают платную помощь тем, кто занимается поиском родословной, например, это консультации по вопросу, к каким документам обращаться.

## **Как искать родственников за границей**

Лучше всего это делать через интернет. Или через генеалогические сообщества, которых имеется великое множество по всему миру. В среднем обращения в архивы соседних государств стоят от 30 до 50 долларов и выполняются в течение полугода-года, но, например, Литовский государственный исторический архив выдает запросы (о записях в метрических книгах) бесплатно и за несколько дней.

Разыскивая иммигрантов, придется перепроверить все варианты написания фамилий, даже сокращенные или откровенно нелепые, учитывая не только транскрипцию, но и транслитерацию (когда буквы пишут по правилам, а не по произношению). Чтобы узнать об этом подробнее, надо смотреть соответствующие ГОСТы и положения.

При этом учтите, что эмигранты в Германии могли полностью менять имена и фамилии. Поэтому часто угадать, как человек записал свою фамилию, вообще невозможно. Легче всего искать по фамилии через *white pages*, *e-mail search* и *people search*. Отправьте письмо-запрос на полученный адрес. Обычно отвечают не менее 30 процентов иностранцев. Некоторые из них даже могут по своей инициативе помочь в поиске.

Если вы ищете человека в США, смотрите портовые списки прибытия *Customs Passenger Lists (с 1891 по 1957 – Immigration Passenger Lists)*, они есть и в онлайн доступе, и в архивах. При этом учтите возможные ошибки в данных или занижение возраста детей (проезд малышей был дешевле). Многие документы хранятся в Национальном архиве США, Библиотеке Конгресса, в Архиве русской восточно-европейской истории и культуры при Колумбийском университете, Библиотеке Гуверовского института войны, революции и мира, Библиотеке Гарвардского и других университетов, Музее русской культуры в Сан-Франциско и в иных подобных местах.

Также в 30-х годах вне СССР было создано 14 музеев и 10 архивов, организованных эмигрантами. Крупнейшие из них находятся в Праге, Белграде, Харбине, Париже, Амстердаме. Зарубежные коллеги отвечают на электронные запросы без специальных заявок и долгой мороки.

Для жителей бывшего СССР ценным источником может оказаться Всероссийская книга памяти.

## Перечень задаваемых вопросов

В поиске информации о жизни предков большую роль играют беседы со старшими родственниками, их друзьями, партнерами, сослуживцами, соседями. Здесь приводится подробный перечень тем и вопросов, которые стоит затронуть при такой беседе. Было бы хорошо, но не обязательно, вооружиться перед таким разговором записывающим устройством: диктофоном, видеокамерой, айфоном. Ручка и бумага тоже подойдут.

Итак, *примерный перечень тем, которые можно обсудить*.

### I. Детство – ранняя юность

#### Блок «Семья»

1. С кем жили (родители, бабушки-дедушки, братья-сестры, дяди-тети, вообще родичи, ощущение семьи и близких). Были ли приемные дети, родители, сводные братья и сестры.

2. Кто чем занимался: профессии, переезды к месту работы, домашние дела. Если люди помнят, спросите о сословии предков, о собственности до революции.

3. Кто что любил/не любил, взаимоотношения, конфликты, примирения, разрывы отношений (про конфликты и разрывы специально не спрашивайте, но отслеживайте эти моменты, вопросы задавайте по ходу беседы аккуратно). Разводы и повторные браки, внебрачные дети (раз узнавайте аккуратно). Кто был особенно близок.

4. Кто умер рано (в том числе младенцы, абортированные дети). Вообще потери. Состояние здоровья, в том числе психического, наследственные болезни, несчастные случаи.

5. Праздники (как отмечали). Вообще значимые события (что казалось значимым).

6. Семейная память о социальных событиях (и отношение к ним), которые повлияли на семью: Первая мировая война, революция, Гражданская война, коллективизация, индустриализация, Отечественная война, репрессии, оккупация, всеобщее, гонения за религиозность, отрицательное отношение к богатству и собственности и пр. Изменение уклада жизни.

7. Военное и послевоенное детство.

8. Семейные реликвии – что сохранилось (иконы, часы, вышивка, старые фото, документы, награды, украшения, игрушки и пр.).

*P. S.* Часто дети репрессированных, если они смогли реализоваться (вступить в партию, сделать карьеру и пр.), отрицают факт репрессий. Нередко отрицают наличие второй семьи, детей, любовных связей, особенно во время войны. Кроме того, порой события искажаются в памяти, и все нужно проверять.

#### Блок «Место детства»

1. Где жили (населенный пункт, улица, соседи).

2. Чем известно место. История места.

3. Как освоено место: где гуляли, ходили (дороги, лес/горы, водоемы, сады, пастбища). Кладбища, заброшенные церкви.

4. Какие-то особые, «секретные» места.

#### Блок «Быт»

1. Что ели/пили, где добывали пропитание, где брали воду. Карточная система. Голод 1920-х гг., голод 1932–1933 гг., голод 1946–1947 гг. Вообще достаточность питания.

2. Одежда, обувь, где добывали (шили, делали сами и пр.).

3. Деревенские приспособления в быту.

4. Как распределялось пространство дома: кто где спал, где ели, где хранили одежду, где делали уроки, было ли электричество.

5. Домашние животные (особенно важно для деревенских жителей).

#### **Блок «Занятия»**

1. Домашние обязанности, работа в колхозах.
2. Учеба (школа/училище – где находились; учителя, одноклассники, любимые предметы).
3. Пионеры, комсомольцы; общественная нагрузка.
4. Спорт.
5. Каникулы.

#### **Блок «Отношения со сверстниками»**

1. Друзья/враги.
2. Ссоры, драки, примирения, игры.

## **II. Юность – зрелость**

#### **Блок «Учеба и профессия, занятия»**

1. Получение образования (почему выбрали то или иное учебное заведение, нужно ли было уезжать из дома).
2. Нарушение/поддержание семейных традиций в профессиональной сфере.
3. Расставание с домом, жизнь на новом месте (если был переезд), новые друзья, обязанности, встречи, путешествия.
4. Служба в армии.
5. Круг чтения, интересов, хобби.
6. Участие в значимых для страны событиях (освоение целины, БАМ, другие стройки и пр.).
7. Спорт.

#### **Блок «Семья»**

1. Создание собственной семьи. Дети.
2. Отношения с родителями, связи с другими родственниками, переписка.
3. Жилье (жилищные условия, бараки/«коммуналки», получение квартиры, покупка участка земли, строительство дачи).
4. Быт, изменения быта (отмена карточек, покупка машины, холодильника, стиральной машины, телевизора).
5. Деньги и денежные реформы.
6. Отпуск (как и где проводили).
7. Выезды за границу.
8. Медицина.
9. Семейные традиции. Сохранение семейных реликвий, семейного архива.
10. Реабилитация репрессированных родственников.

#### **Блок «Место работы, карьера»**

1. Места работы, профессиональные достижения/провалы.
2. Смена мест работы. Служивцы. Начальники/подчиненные.
3. Влияние политики партии, происхождения на карьеру.
4. Награды, звания.

5. Выезды за границу по работе. Общение с иностранными партнерами.

**Блок «Общество»**

1. Отношение к Сталину, Хрущеву, Брежневу, КГБ, диссидентам.
2. Социальные ценности.
3. События: как воспринимали полет в космос, субботники, праздники (1 Мая, 7 Ноября) и пр. Чувство общности.
4. Перестройка. Отношение к новой власти.

**Блок «Война»**

1. Участие членов семьи в войнах (в т. ч. в Афганской).
  2. Сохранение в семье памяти о войне (письма, награды, фотографии). Передача материалов в музеи и пр.
  3. Пропавшие без вести, раненые, инвалиды.
  4. Поиск предков, участвовавших в войнах.
- В ходе беседы желательно уточнять имена, даты, названия населенных пунктов, названия учреждений/колхозов, номера войсковых частей и прочее.

## Как составить генограмму

Один из семейных терапевтов первого поколения М. Боуэн в 1978 году разработал метод построения генограммы, с помощью которой человек может схематично отобразить всех людей, составляющих историческое прошлое и настоящее своей семьи.

Иногда генограмму называют «геносоциограмма». Методика «Геносоциограмма» разработана и описана А. А. Шутценбергер. Слово «геносоциограмма» происходит от слов «генеалогия» и «социометрия». Методика «Геносоциограмма» базируется на технике «Генограмма» и также используется для анализа семейной истории, паттернов взаимоотношений, переходящих из поколения в поколение, и событий, предшествующих тому или иному кризису семьи. Ее отличие от «Генограммы» заключается в фокусировке на мегасистемном уровне функционирования семейной системы. При работе по данному методу психотерапевт обращает особое внимание на ситуацию в социуме в то время, когда в семье происходили те или иные события. В ходе работы над геносоциограммой отмечаются такие социальные катаклизмы, как война, голод, спад производства, изменение политического строя, гонения на отдельные народы и национальности и др.

*Генограмма* – это семейная карта или история, в которой для описания отношений, главных событий и динамики семьи в разных поколениях используется специальная символика. Ее можно составить самостоятельно либо с помощью семейного консультанта. Профессионалы в областях медицины и ментального здоровья часто применяют генограммы для выявления источников душевных и физических болезней, таких как депрессия, шизофрения, дезориентация, рак, а также других генетических заболеваний.

**1. Определите свою причину создания генограммы.** Конкретно поставленная цель поможет вам сосредоточиться на интересующем вас виде семейной информации. Также необходимо решить, между кем и для кого вы составляете диаграмму – ведь иногда раскрытая информация может оказаться слишком чувствительной и неприятной для некоторых членов семьи, что обязательно следует учесть в общем контексте.

⇒ Генограмма может быть сосредоточена на ряде проблем, в том числе таких, как злоупотребление различными препаратами, душевные и физические болезни, физическое насилие.

⇒ Генограмма может обеспечить медицинских работников визуальной документацией, в которой отслеживается история ментальной или телесной проблемы, передающейся через весь ваш род.

**2. Решите, сколько поколений вы собираетесь представить в вашей генограмме.** Это даст ясное представление о том, куда вам нужно будет обратиться, чтобы получить информацию, которая войдет в диаграмму, о возрасте людей и их географическом местоположении.

⇒ Не забывайте, что вы можете пользоваться электронной почтой, *Skype* и другими устройствами коммуникации для связи со всеми членами семьи, если у вас нет возможности или желания путешествовать, чтобы поговорить с ними лично.

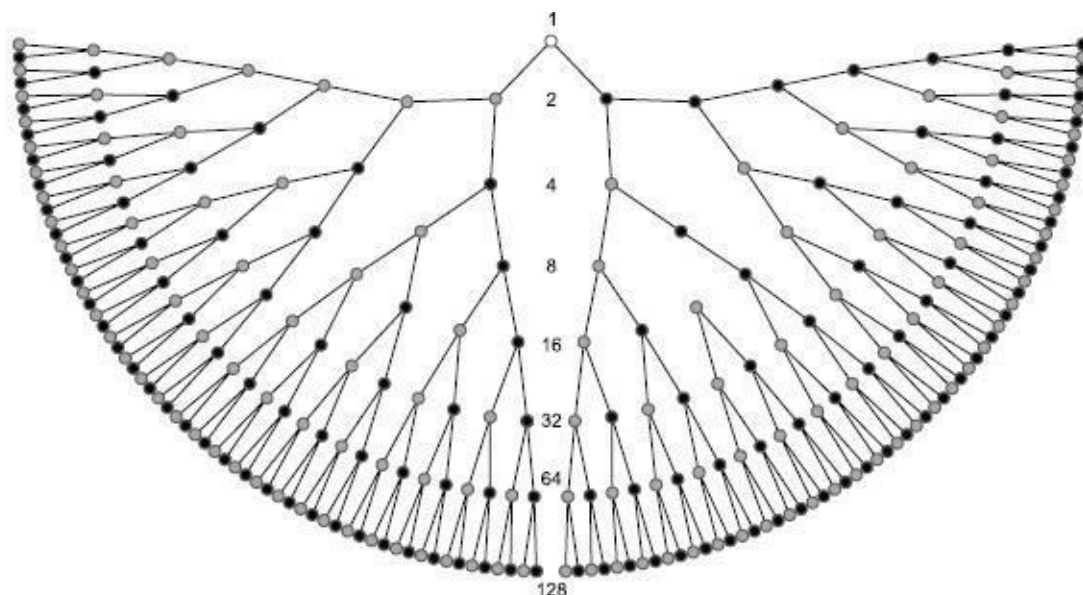
**3. Исследуйте свою семейную историю.** Сначала запишите все, что знаете вы сами. Когда исчерпаете собственные знания, начните расспрашивать членов семьи. Задайте вопросы о семейных отношениях и существенных событиях. Делайте записи, примите все сказанное к сведению.

⇒ Будьте внимательны, ведь эти обсуждения, возможно, могут оказаться трудными для некоторых членов семьи.

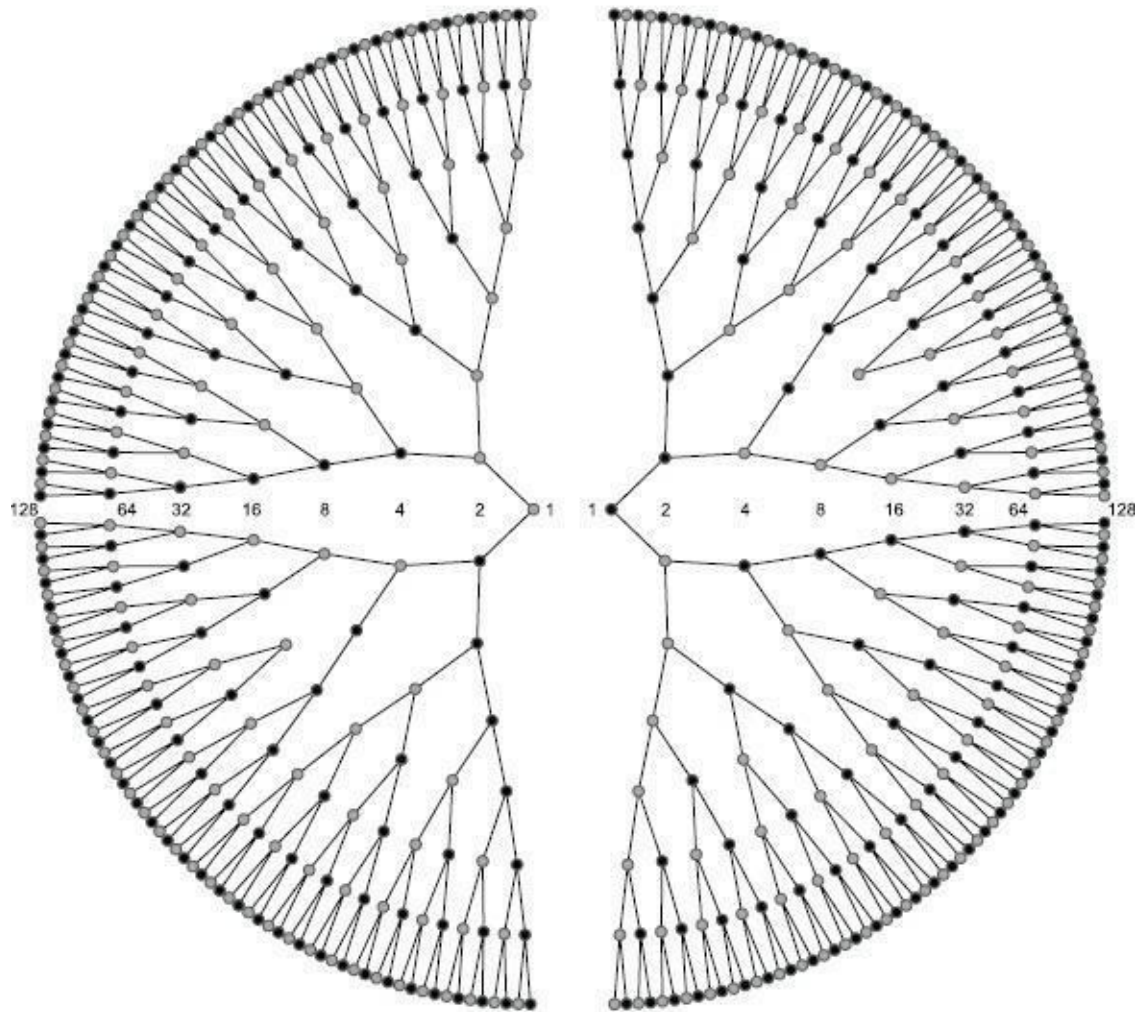
⇒ Будьте готовы выслушать уйму историй. Истории являются наилучшим способом запомнить и сохранить информацию. Поощряйте рассказчиков, слушайте внимательно, открыто задавайте вопросы, которые мотивируют раскрытие большей информации.

Возможно, вы сможете найти информацию через интернет или в семейных книгах. Однако вы должны быть уверены в том, что эта информация точная, достоверная. Если вы решили использовать данные способы, то вам придется перепроверять информацию, полученную из разных источников и при общении с людьми.

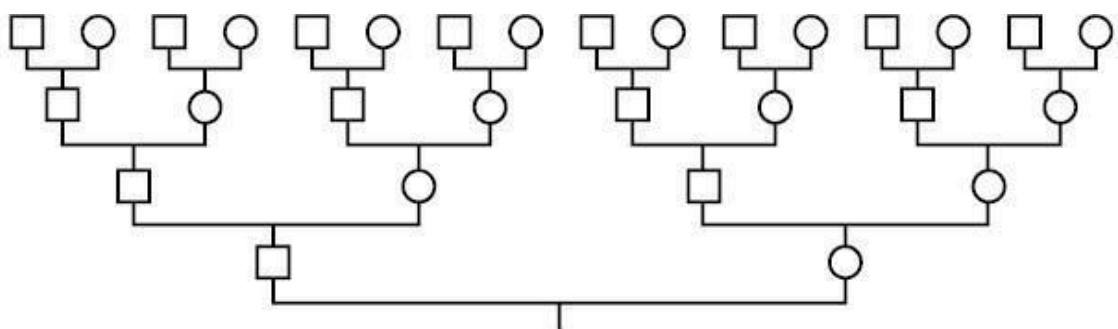
**4. Сделайте проект своей генограммы.** Шаблоны для создания генограмм общедоступны. Вы можете сделать это онлайн или собственноручно. Можете также приобрести программы, написанные специально для создания генограмм. Например:



Так выглядит генограмма для семейной пары:



Или:



**5. Используйте специальные символы для создания генограммы, чтобы представить членов семьи и их отношения, как нормальные, так и неблагополучные. Символы служат визуальным индикатором информации, которую вы собрали с помощью интервью. Вы можете растянуть стандартные символы вручную или использовать пункты «Растянуть» и «Форма» в программе подготовки текстов.**





⇒ Мужчины обозначаются квадратом. Индицируя брак, поместите мужской символ влево.

⇒ Женщины обозначаются кругом. Индицируя брак, поместите женский символ вправо.

⇒ Единственная горизонталь показывает брак и ответвление из двух линий.

⇒ Старший ребенок находится ниже и левее от его семьи, тогда как самый младший должен быть снизу и справа.

⇒ Другие доступные символы помогают вам описывать такие семейные события, как, например, беременность или ее прерывание, болезни и смерти. Есть даже специальный алмазный символ для обозначения питомцев.

#### 6. Кто из членов семьи должен быть включен в генограмму.

⇒ Родные и сводные братья и сестры.

⇒ Мать, отец, первые партнеры родителей.

⇒ Родные дяди и тети.

⇒ Предыдущие и нынешние партнеры, мужа (жены).

⇒ Дети (родные, приемные, усыновленные, абортированные).

⇒ Бабушки, дедушки (иногда их братья или сестры, если у них выдалась особенно тяжелая судьба).

⇒ Прабабушки и прадедушки (иногда до пятого-седьмого колена), если случились особенно тяжелые события внутри семьи.

⇒ Интегрированные в систему лица (няни, кормилицы, человек, оказавший большое влияние на жизнь семьи, например, оставивший наследство).

7. Для удобства отображения информации и ее хранения полезно заводить для каждого члена семьи **генеалогическую карточку**. В нее можно занести следующую информацию:

1. Фамилия (для замужних женщин указать девичью).
2. Имя, отчество (если менялись, то указать, какие были).
3. Дата и место рождения.
4. Дата и место смерти (если человек похоронен в другом месте, указать также местонахождение могилы).
5. Национальность.
6. ФИО отца.
7. ФИО матери.
8. Место или места жительства (с указанием дат).
9. Имена и даты рождения братьев и сестер.
10. Образование, какие заведения окончил/окончила.
11. Место (места) работы, службы, должности.
12. Участие в войнах (где, каких).
13. Награды, звания.
14. ФИО жены/мужа.
15. ФИО детей, их даты рождения.
16. Вероисповедание, принадлежность к сословию (до 1917 г.).
17. Хобби.
18. Дополнительная информация: как описывали человека, характер, поступки, отношения.
19. Источники информации: документы, письма, фотографии, воспоминания, интервьюирование.
20. Дата заполнения.

Эту карточку можно постоянно дополнять появляющейся новой информацией. В качестве дополнения к семейным датам вы можете добавить в картотеку описание важнейших мировых событий или событий в стране, регионе, так или иначе связанных с семейной историей.

**8. Составьте диаграмму, основанную на семейных взаимоотношениях, начинающихся с самого старшего поколения, которое вы хотите представить.** Например, вы можете решить начать генограмму с ваших дедушек и бабушек или даже с прадедушек и прабабушек. Генограмма может отображать разнообразие семейных отношений, а также разные виды заболеваний.

⇒ Генограмма включает в себя символы, которые указывают на семейные взаимоотношения, например, на конфликт, близость, отчужденность и т. п. Эмоциональные отношения также имеют специфические значки, что помогает сохранять смысловой поток генограммы. Есть также символы, которые обозначают сексуальные и физические злоупотребления, а также душевные расстройства и телесные недуги.



### **Советы**

- Факты и события, входящие в диаграмму, могут быть неприятны для некоторых членов семьи или восприниматься ими как нежелательные. Поэтому будьте деликатны при оповещении своих близких о результатах и выводах генограммы.
- Составление генограммы может стать превосходным школьным заданием. Ученики могут сделать геносоциограммы своих семей, а это очень увлекательное, полезное и укрепляющее семейные узы занятие. Помимо этого, школьники могут выбрать известную личность и исследовать историю ее семьи и семейные отношения, пользуясь информацией из Интернета.
- Всегда сохраняйте конфиденциальность членов семьи, когда делитесь вашей генограммой с людьми, не входящими в вашу семью.

## Что дает работа с генограммой

Итак, предположим, что генограмма составлена. Что можно вынести из нее, чему научиться, какой вывод сделать?

Самое ценное в проделанной работе – это осознание того, что ваш труд в составлении генограммы – казалось бы, простое графическое изображение карты предков в виде квадратов и кружочков, поиски фактов и взаимосвязей – поднимает пласты энергии, открывает для вас поле родовой мудрости, дает возможность соприкоснуться с ним и черпать из него информацию, любовь и жизненные ресурсы. Работа с генограммой помогает ощутить себя не одиноким беззащитным странником в стремительном потоке жизни, почувствовать контакт с мощью и глубинной мудростью своих предков.

Первое, на что нужно обратить внимание, – **все ли включены в систему семьи или есть те, кого забыли упомянуть или намеренно захотели исключить?**

Обычно к таким исключенным относятся:

- ⇒ бывшие партнеры (с глаз долой – из сердца вон);
- ⇒ проблемные члены рода (наркоманы, алкоголики, физически и психически нездоровые люди, преступники, изгои, сбежавшие и др.);
- ⇒ абортированные, внебрачные, рано умершие дети, выкидыши;
- ⇒ умершие раньше времени родственники.

Как неоднократно подчеркивает в своих выступлениях и книгах Берт Хеллингер, важно понимать, что те, кого мы исключаем из семейной системы, особенно сильно влияют на остальных. Как правило, это отражается на самых слабых и невинных – на детях, на их неадекватном или отклоняющемся от нормы поведении (агрессии, депрессии, страхах, болезнях, несчастных случаях).

Второе, что можно проследить в генограмме, – **повторение событий и судеб в роду.**

Например, уход из жизни мужчин в том возрасте, когда на войне пропал без вести прадед. Мой папа рос в детском приюте. Не потому ли меня на четыре года отдали в школу-интернат при живых родителях? И еще: у моей мамы, у моей родной сестры и двух сестер от второго брака отца – у всех по двое детей.

Также в генограмме можно увидеть **повторение семейных сценариев из поколения в поколение.**

Например, если бабушка и мама разошлись с мужьями, то внука будет делать все, чтобы тоже получить развод. Я, так же как и моя мама, разошлась с мужем, оставшись одна с ребенком. Или, скажем, мужчины в роду моего клиента страдают из-за измен своих жен, повторяя судьбу своего предка, жена которого сбежала с цыганом.

Среди прочего стоит **особое внимание уделить совпадению дат и цифр.**

Часто они раскрывают суть проблемы. На эту тему есть множество примеров в книге А. Шутценбергер «Синдром предков». А из моей генограммы видно, что у меня была клиническая смерть в 29 лет. В этом же возрасте умерла моя бабушка.

Анализируя собственную генограмму, необходимо учитывать следующее: как одна семья не похожа на другую, так и похожие внешне проблемы могут иметь абсолютно разные причины. Например, страх потери ребенка в одной семье является перенятым от прабабушки, сын которой умер в раннем возрасте. А у другой женщины перекликается со страхом собственной смерти, так как ее мать хотела сделать аборт.

Генограмма может помочь каждому из нас посмотреть на себя и свою семью под другим углом. Лучше понять происходящее в нашей семейной системе, осознать причины возникающих семейных конфликтов, часто повторяющихся ситуаций, выявить те неэффективные модели, которые мешают добиваться желаемого, и потому легче справляться с ними, преодо-

леть кризисы взаимоотношений, обрести новый уровень любви и гармонии. Важно помнить: если родители вовремя разрешают семейно-родовые сложности, то их последствия не отражаются на детях и их судьбе.

Другой важнейшей стороной работы с генограммой рода является ощущение принадлежности к семейно-родовой системе, получение защиты от нее, радость осознания и принятия своих корней, своей крови. И тогда открываются великие сокровища Рода: включаются родовые защиты, дается помощь рода вам и вашим близким, выравниваются отношения в семье и с родственниками, приходит внутренняя гармония, и вы даже физически начинаете ощущать мощь и поддержку ваших предков.

## Ключ к изменению поведенческих программ

Как же обезопасить себя от повторения чужих судеб, родительских сценариев, изменить уже встроенные в нас семейно-родовые программы?

В качестве основного инструмента для изменения поведенческих моделей прошлого в методе работы с родом используются *аффирмации* – утверждения человека о своей жизни. Аффирмация представляет собой желание, выраженное в форме настоящего времени, будто оно реально осуществляется в вашей жизни.

На основании выводов, сделанных в результате построения **генограммы**, проанализировав все причинно-следственные связи между вами и вашими предками, вы получаете возможность или самостоятельно составить психогенетические аффирмации, или обратиться за помощью к специалисту по психогенетике (основателями психогенетики или генофизики являются Джозел и Чемпион Тойч).

Аффирмации помогают нам отказаться от каких-то нежелательных убеждений, ложных семейных законов, моделей поведения, лежащих в основе тех штампов, которые в силу определенных обстоятельств связались со значимыми для нас людьми и которым мы неосознанно следовали, воспроизводя таким образом в своей жизни чужой сценарий.

На основе **анализа генограммы** составляются аффирмации, состоящие из двух частей. В первой части отрицается отождествление (не различие), которое лежит в основе переноса в свою жизнь нежелательного состояния и поведения, убеждения. Важно понимать, что это не отвержение, не отказ от отношений, а отрицание повторения. Например, аффирмация начинается со слов: «*Я (имя) – не мой отец (имя)*».

Во второй части утверждается отождествление с собой, со своим мировоззрением и желаемым положением вещей. Например:

♦ *Я (имя) раскрываю и реализовываю свой уникальный потенциал. Я реализовываю свое природное право быть самим/самой собой. Я достигаю огромных успехов во благо себя, своих близких и всего человечества.*

Или:

♦ *Я – не бабушка (имя), не мама (имя) или не дедушка (имя), не папа (имя) и т. д. (определяется на основе анализа генограммы); я не теряю отношения, не виню себя и т. д.*

Во второй части утверждается отождествление с собой, со своим разумом и желаемое состояние. Например:

♦ *Я (имя) доверяю своему разуму и разумной жизни, поэтому позволяю себе любить себя, иметь гармоничные отношения, основанные на сотрудничестве, взаимопонимании, признании равных прав и т. д. Я (имя) доверяю разуму других, поэтому предоставляю им право развивать свои способности, возможности и таланты и т. д.*

Я приведу несколько примеров аффирмаций, затрагивающих самые распространенные паттерны поведения и повторение чужих сценариев жизни. Возможно, они станут для вас подспорьем в составлении собственных аффирмаций.

♦ *Я (имя) – не моя мама (имя), поэтому я могу родить ребенка, сохранить мужа и счастье своей семьи.*

(Если есть страх родить ребенка, так как отец бросил мать, узнав об ее беременности.)

♦ *Я (имя) – не мой дед (имя) и не моя бабушка (имя), поэтому я свободен/свободна от потерь, сохраняю и приумножаю свое имущество и живу в постоянном материальном достатке.*

(Когда в роду было раскулачивание, потеря имущества, депортация и т. п.)

♦ *Теперь я (имя) точно знаю, что я – не моя мама (имя), не моя бабушка (имя) и не другие женщины моего рода, поэтому я никогда не потеряю тех, кого я люблю, и тех, кто мне дорог.*

(Если женщины рода из поколения в поколение теряют мужчин.)

♦ *Я (имя) уверена, что моя сестра (имя) не занимает мое место в жизни. Я занимаю собственное место, и жизнь сполна посылает мне процветание, счастье и любовь.*

(Ревность первого ребенка ко второму.)

♦ *Я (имя) свободен/свободна от вины и ответственности за скандалы между родителями. Моя чистая душа привлекает в мою жизнь партнера с такой же чистой и прекрасной душой, ценящего меня и мои чувства.*

(Страх отношений из-за конфликтов между родителями.)

♦ *Я (имя), в отличие от женщин моего рода (имена), свободна от необходимости жертвовать чем бы то ни было. Я полностью реализовываю свои таланты и способности, открываясь навстречу своей счастливой судьбе.*

♦ *Я (имя), в отличие от моих мамы (имя) и папы (имя), имею счастливую семью. Господь и Дух предков благословляют меня на достойные отношения с любимым и любящим мужчиной.*

(Если у родителей были несчастливые отношения.)

**Джоэл Тойч:** *«Когда я поступаю в соответствии со своими желаниями и целями, окружающие ценят и уважают меня еще больше».*

Создайте собственную аффирмацию, затрагивающую волнующую вас тему, семейный сценарий или системное переплетение. Уделите достаточно времени работе над ней. Вы можете писать аффирмации по 10–25 раз утром и вечером и впоследствии проговаривать минимум от 21 до 40 дней. Многим это кажется нереальным и ненужным. Повторили аффирмацию несколько раз и радостно развели руками: «Не работает!» – и вновь отдались инерции своей проблемы. Друзья мои, аффирмации действуют, но для эффективного результата необходимы время и терпение. Если вы 30–40–50 или более лет твердили вслух и про себя, днем и ночью: «Я такая несчастная» или «Я – бедный», «У меня нет сил», – то от поверхностного, неосознанного лепетания железобетонно укоренившаяся программа никуда не денется.

**Джоэл Тойч** предлагала своим ученикам особое упражнение, чтобы приучиться концентрироваться на хорошем:



*Представь, что справа от тебя растут розы, а слева – сорняки. Каждый раз, когда ты сосредотачиваешься на своих болезнях или представляешь неприятности, ты топчешь розы и поливаешь сорную траву. И наоборот. Держи в голове этот образ, и у тебя не возникнет проблем с выбором правильных мыслей.*

Нужно с энтузиазмом, настойчиво и систематически заменять старые убеждения новыми. Делать это желательно наедине с собой, в хорошем расположении духа, с верой и оптимизмом. И только завершив работу над одной аффирмацией, следует составлять следующую и работать над ней. Творческая работа по трансформации себя, своих мыслей, эмоциональных и поведенческих паттернов, в том числе и постоянное повторение аффирмаций, позволяет свежим взглядом оценить любую ситуацию, формирует новое самосознание, которое меняет модель поведения, что, в свою очередь, изменяет качество жизни человека и его общение с окружающими в лучшую сторону.



Анализ генограммы и работа с аффирмациями дают ощущение единения со своим родом, а значит, опору и уверенность в себе, помогают определить свое жизненное предназначение, осознать право выбора и свою миссию, открывают возможности для самореализации человека и достижения успеха.

При этом следует помнить, что любое привычное состояние обладает инерцией, поэтому проявления поведения из вашего прошлого могут периодически напоминать о себе, как бы искушая вернуться на старый путь, в опостылевшее, но такое знакомое болото.

Для того чтобы не свернуть с намеченного пути, необходимо составить индивидуальный план саморазвития, разработать вехи и порядок переобучения и, постепенно, но целенаправленно следуя им, приближаться к желаемому состоянию. Состоянию свободы, полета, творческого вдохновения и счастья.



*Р. S. «Почему, – спросил ученик учителя через годы работы с генетическим кодом, – я до сих пор не справляюсь с эмоциями? Ведь мы столько с этим работали!»*

*Учитель улыбнулся ласково и грустно: «За одну жизнь невозможно отработать все, – ответил он. – Наша задача – успеть как можно больше. Ведь мы в бесконечном путешествии через Бесконечность...»*

## Семейные расстановки и ритуалы

Итак, вы решили заняться раскопками истории своей семьи и составить свое генеалогическое древо. Но что делать тем людям, которые не знают своих родителей, своих родных и близких, которые выросли в детских приютах, воспитывались в детских домах и интернатах? А тем, фамилию которых из «лучших побуждений» изменили в младенчестве приемные отцы и матери, изменили место жительства, увезли в другие города, а иногда и заморские страны? Что делать детям и внукам родителей-сирот или тем, родственники которых рано ушли в мир иной, не оставив о себе никакой информации? А если попросту были сожжены или затоплены архивы, утеряны документы во времена массовых гонений, репрессий, переселений целых народов?



*Работа с семейно-родовой системой может осуществляться даже тогда, и особенно тогда, когда человек не знал своих родителей, не видел обоих или одного из родителей, если корни утеряны. Это нужно, чтобы открыть чистый и гармоничный путь своим потомкам.*

Никогда не надо отчаиваться. Нужно верить, что Вселенная добра к нам и особенно в последние десятилетия ниспослала на Землю великое множество методов и духовных практик, с помощью которых можно приобщиться к своей семейно-родовой системе, ощутить силу рода, получить необходимую информацию и прикоснуться к истокам родительской любви и безграничной мудрости предков. Узнать больше о своей родовой системе и почувствовать вашу взаимосвязь с родными могут помочь такие направления психотерапии, как скульптура семьи, психодрама, реконструкция семьи, реинкарнационная терапия, осознанное сновидение, шаманские практики, магический театр, семейные расстановки.

У каждого из вас есть возможность ознакомиться с этими методами и практиками в интернете или прочитать соответствующую литературу, выбрать для себя понравившееся направление и отыскать в своем населенном пункте профессионала в данной области, способного помочь вам в воссоздании образа своей семьи, своей родовой системы.

Я являюсь специалистом в области семейных системных расстановок, поэтому на этих страницах более подробно расскажу о возможностях этого направления психотерапии. Многое здесь зависит от клиента и его запроса. То есть важно определиться, что наиболее значимо и ценно для вас на этом этапе жизни. Приведу в качестве примера некоторые темы запросов для расстановки с использованием ритуала:

- ⇒ *Я не знаю своих родителей, так как выросла в детдоме, хочу встретиться с ними.*
- ⇒ *Я – сирота, хочу впервые в жизни ощутить присутствие и силу своего рода.*
- ⇒ *Я никогда не видела своего отца и хочу с ним увидеться, обнять и простить.*
- ⇒ *Когда бабушка, которая воспитала меня, умирала, я так и не успела с ней попрощаться.*
- ⇒ *Прошло много лет, а я все еще не могу принять смерть моей мамы.*
- ⇒ *Я чувствую себя слабым без силы и поддержки мужчин моего рода.*
- ⇒ *Мне не хватает жизненных ресурсов для реализации и достижения целей.*
- ⇒ *У меня есть ощущение, что я не имею права на жизнь. Откуда оно ко мне пришло?*
- ⇒ *Все женщины в моем роду разводятся. Я хочу изменить этот сценарий.*

- ⇒ *Мне нужна поддержка женщин моего рода.*
- ⇒ *Как найти свое правильное место в роду.*
- ⇒ *У мамы и бабушки было много аборт. Теперь у меня нет детей.*
- ⇒ *Я хочу почувствовать присутствие и поддержку всех предков моего рода.*
- ⇒ *Я чувствую, что часть моей души находится не со мной.*

Ритуальные расстановки проводятся по запросу человека, как и обычные расстановки, в формате:

- ⇒ групповом, с участием других людей;
- ⇒ индивидуальном, с предметами, вещами силы, построением круга предков или кругов силы.

Такие расстановки могут проводиться в просторном помещении или на природе, желательно в местах силы.

После прохождения ритуала человек достаточно быстро адаптируется к новым состояниям и почти сразу вписывается в жизнь и событийный ряд, применяя новые возможности и реализуя свои потребности и стремления.

На страницах этой книги я приведу примеры **ритуалов по взаимодействию с родом и предками** клиента. Многие из них хорошо известны практикующим расстановщикам, некоторые стали доступными не так давно, ряд ритуалов открылись мне в ходе расстановочной работы и оказались очень действенными.

## Линия предков

Это известный ритуал, часто используемый Бертом Хеллингером и его последователями в ходе обучающих семинаров и конференций. Мастер выстраивает в линию один за другим до десяти представителей предков. Цель – увидеть, в каком поколении произошла травма (убийство, болезнь и т. д.) или кто из предков находится в переплетении с клиентом. По возможности нужно развязать этот гордиев узел, передав ответственность в руки «автора» произошедшего события или драматической ситуации, и таким образом освободить клиента от пут слепой любви.

## Поклон

Клиент склоняется перед своими родителями. Он склоняется перед судьбой своей семьи и теми, кто эту судьбу несет. «Склониться» – это больше, чем просто поклон. В глубоком поклоне, часто до самой земли, человек отказывается от самонадеянности и прежде всего в отношениях с отцом или матерью. Такой поклон нужен, когда человек упорно не принимает любовь к родителям, бросает им тяжкие упреки, если он, возможно, давал волю рукам или донес на них.

Поклон становится решением проблемы и в том случае, если человек из-за любви или высокомерия ставит себя выше родителей и потому в душе, а иногда и в действительности, их потерял. Поклон восстанавливает изначальную разницу между родителями и ребенком и часто становится предпосылкой к возобновлению течения потока любви. Иногда это вызывает у человека слезы, в которых растворяется самонадеянность, а порой и страх, гнев, вина.

Когда человек выпрямляется после поклона, к нему возвращаются сила и мужество, чтобы занять подобающее место в семейных отношениях и продолжить движение в любви. Поклон – это всеобъемлющий акт уважения, почтения и отказа от чужого. Выполняя его, человек отдает дань кому-то из своих предков и его судьбе. Он соглашается с тем, что судьба другого родственника привнесла в его жизнь, и возвращает тому его судьбу. Склониться – значит позволить чему-то закончиться так, чтобы со временем прекратилось это влияние.

## Лечь рядом с мертвыми

Если кто-то в системе умер, и нужно посмотреть, какое влияние оказывает его смерть на семью, можно развернуть заместителя умершего человека лицом наружу и вывести на несколько шагов от семьи. Или можно попросить его выйти за дверь.

Если кто-то умер плохой смертью или если чью-то смерть не восприняли и не отдали ей должное, то можно попросить заместителя этого умершего лечь на пол (обычно на спину). Чаще всего это вызывает очень сильную реакцию в расстановке, поскольку в данном случае смерть познается вместе через то влияние, которое она оказывает.

У кого-то из членов системы может появиться желание лечь рядом с «мертвым», или «мертвый» может захотеть, чтобы его еще раз обняли, или умирающая мать еще раз обнимет ребенка, или живые склонятся перед мертвыми. Поскольку нередко бывает так, что живые не попрощались с мертвыми, то таким образом восполняется этот пробел.

Когда человека просят лечь рядом с кем-то «мертвым», то подобным образом выражают уважение тяге к смерти и часто проявляющейся потребности живых быть рядом с мертвыми. И нередко можно наблюдать, что живые хотят вернуть умерших в свою жизнь. А лежа рядом с «мертвыми», они очень быстро понимают, что это невозможно и что умершие люди этого тоже не хотят.

## Ритуал возврата

Б. Хеллингер разделил чувства на четыре категории: *первичные, вторичные, перенятые, метачувства*.

В ритуале возврата речь идет о перенятых чувствах. Это чувства, которые мы часто испытываем, но которые не совсем соответствуют ситуации.

Например, беспричинное чувство вины, тревоги, страха, одиночества может быть перенятым и достаться нам по наследству от наших родителей или более дальних родственников. Происходит в том случае, если родители или родственники вытеснили эти чувства, не осознав их в полной мере. Смысл ритуала заключается в том, чтобы в символической форме передать их истинному владельцу. После этого ритуала облегчение испытывает как сам клиент, так и тот, кому вернулись принадлежащие ему по праву чувства.

Ритуал возврата можно проводить не только для работы с перенятыми чувствами. Возвращать можно и нужно все чужое, взятое на себя в порывах детской слепой любви: болезнь, одиночество, бездетность, устремленность в смерть, потери, несчастье, чужую судьбу.

## Ряд предков

Иногда, несмотря на найденное в расстановке решение, кажется, что у клиента на его месте по-прежнему нет энергии. Тогда за ним можно поставить его родителей. Так он получает возможность ощутить их силу, вобрать ее в себя, почувствовать, что она его несет и держит.

Если силы родителей недостаточно, то за ними можно поставить их родителей и т. д. – пока не потечет поток силы. Если родители расстались, то во время проведения ритуала их ставят вместе, а после – снова по отдельности. Мужчина особенно чувствует поток силы, стоя в ряду мужчин, женщина – в ряду женщин.

Находясь в ряду своих предков, человек не только ощущает прочную основу и поддержку, которую дают ему родители, род, большая душа, – он проникается силой от осознания того, что теперь он – взрослый.

И если работа была направлена на травматические детские переживания и потребности ребенка, то наряду с потоком любви через этот ритуал к человеку приходит и то, что дает ему опору и устойчивость. У многих во время этого ритуала открывается взгляд на перспективы. Нашу жизнь питает не только «источник», но и «разница», которая тянет нас вперед.

## Ритуал обретения силы

За клиентом ставят заместителей от трех до семи поколений предков. Вокруг них выстраивается достаточное число прапрапрапредков, составляющих большой внешний круг. Предкам во внешнем круге дают поручение поддерживать (физически или взглядом, прикосновением, улыбкой, раскачиванием, как в детстве) тех, кто находится в центре круга, – тех, кому особенно нелегко. В первую очередь – клиента, его маму с папой, других обессиленных потомков. Благодаря заботе и поддержке восстанавливается равновесие в системе и исцеляется прерванное движение любви.

## Знакомство с родом

Если мы не знаем свой род или не знакомы с одной из его ветвей, материнской или отцовской, можно сделать ритуальную расстановку *«Встреча с родом или знакомство с родителями»*. Перед началом расстановки мы с клиентом обращаемся к расстановочному полю своими словами, например, так: *«Поле силы, знаний и мудрости, открой нам информацию о моих предках по отцовской линии до седьмого колена»*. Если человек – сирота, совсем не знавший своих родителей, для него достаточно в первый сеанс расставить только маму и папу. В следующий раз, когда буря эмоций после первой расстановки уляжется, можно расставить одну из родовых ветвей до четвертого колена. Я не советую сразу делать развернутую расстановку на весь род, так как можно не вынести большого количества сведений, чувств и переживаний.

Каждому из предков стоит высказать любые возникшие в процессе ритуала слова: горечи, сожаления, любви, принятия, благодарности. Также можно задать любой вопрос, попросить совета или благословения, поклониться.

## Возрождение мужской силы

В наш век тотальной безотцовщины, когда мальчиков воспитывали в основном мамы, бабушки, тети, воспитательницы в детском саду и учительницы в школе, выросшему отроку практически нереально почувствовать себя мужественным, действовать по-мужски, принимать решения и брать ответственность за свою жизнь на себя. Поэтому так много вокруг нас неудачников, до старости маменькиных сынков, алкоголиков и наркоманов.

В этом ритуале ставим за клиентом его предков по отцовской линии до третьего-четвертого колена (при наличии большого числа мужчин на расстановке – больше). Клиент стоит лицом к этой шеренге мужчин, встречаясь взглядом с каждым из них, пока не почувствует мощное притяжение и поддерживающую силу одного из предков. У этого предка он может попросить поддержки и мужской силы своего рода. Энергия от этого предка передается через руки заместителей, положенные друг другу на плечи: от одного представителя предка к другому и в итоге – клиенту. Клиент стоит столько, сколько ему понадобится, чтобы принять поток мужской энергии рода. Затем он снова разворачивается лицом к линии предков и с поклоном говорит всем, а при желании каждому: *«Благодарю вас/тебя за мужскую силу рода, которую вы/ты мне дали/дал»*. Если есть сын, можно добавить: *«Я передам ее дальше своему сыну»*.

Если мужской род по какой-то причине выхолощен и слаб, мы с любовью и благодарностью принимаем всех предков такими, какие они есть, а также то, что они могут передать

своему потомку. Но для достижения нашей цели можно поставить в расстановку одну из больших фигур, обладающую силой, решительностью, мужественностью: Геракла, Зевса, Спартака, мифического, сказочного героя или киногероя, близкого по духу клиенту, и попросить его передать силу и достоинство. Как правило, эффект от такой расстановки очень велик.

## **Возрождение женственности**

Сегодня многие женщины страдают от пресыщения мужскими энергиями, недостатка женственности, гибкости, мягкости, неумения строить отношения с мужчинами. При проведении ритуала за такой клиенткой выстраиваются женщины по материнской линии, по возможности до седьмого колена. Находим из ряда женщин ту, которая обладала необходимыми качествами. Прародительницу, которая была и красивой, и здоровой, и богатой, удачливой в миру и счастливой в семейной жизни. От этой женщины через положенные заместительницами друг другу на плечи руки передается энергия женской силы нашей клиентке, их прапраправнучке. Наполнившись энергией женственности (или женской силой), клиентка делает шаг вперед и поклоном благодарит своих предков по женской линии.

Бывает и так, что женское русло словно пересушено, у всех женщин рода были несчастливые судьбы. Тогда я выстраиваю еще одну линию: из женщин по отцовской линии, начиная с папиной мамы – бабушки клиентки. И чаще всего женщины отцовского рода наполняют клиентку живительной энергией женственности.

В некоторых случаях я ставлю большую фигуру Вселенской Матери, наделяя ее всеми качествами любящей, мудрой и сильной своей слабостью женщины. И от нее клиентка получает необходимую энергию сполна как от первоисточника.

## **Ритуалы Марианны Франке-Грикш<sup>1</sup>**

### **Ритуал расставания с родительской семьей**

Ребенок должен позвонить родителям и попросить пригласить его в гости. Он должен получить именно официальное приглашение от них. На встрече ребенок, глядя родителям в глаза, должен сказать: *«Сегодня для меня особенный день и особенная встреча. Я хочу поблагодарить вас за жизнь. Я навсегда останусь вашим сыном. Пожалуйста, благословите меня»*.

Именно такой короткий ритуал.

В данном случае согласие – это значит, что ребенок согласен со всеми теми условиями, в которых он вырос. Он говорит этому «ДА». Все, что было. Это требует зрелости. До этого по-настоящему родители не могут благословить ребенка.

В этом маленьком ритуале заключено всё. Его никогда не поздно сделать. Даже с умершими родителями. Без него ребенок не получает настоящей свободы в своей жизни.

### **Ритуал духовного развода с супругом**

Бывших супругов по отдельности просят максимально полно и развернуто написать ответы на следующие вопросы:

1. За что я тебе благодарен? Что было волшебством в наших отношениях?
2. В чем ты мне еще должен? Чем ты мне еще обязан?
3. Что я тебе еще должен? И что еще я тебе причинил?

---

<sup>1</sup> Ритуалы были даны на семинаре, который проходил в Минске. – Примеч. авт.

Ответы на эти вопросы супруги пишут по отдельности в спокойной обстановке. Потом они вместе приходят к терапевту. Он устанавливает следующие правила.

Супруги по очереди читают все, что они написали. Добавлять что-то от себя нельзя. Возражать, отвечать и обсуждать написанное также нельзя. В этом они дают обещание друг другу. Потом один из них читает ответ на вопрос № 1. Когда он заканчивает, другой партнер читает ответ на вопрос № 1. Потом первый читает ответ на вопрос № 2. И так далее, пока они не прочтут все.

После ритуала партнеры дают друг другу обещание больше никогда не говорить об их браке друг с другом. На этом их отношения заканчиваются. Они больше ничего не обсуждают и просто уносят все услышанное в своем сердце.

## **Восстановление связи с родителями**

Новая форма жертвования детьми – женщина создает новую семью, а ребенка отдает на воспитание бабушке. Любовь течет через тело. И тогда можно расслабиться.



### **Упражнение**

*Освободить правую руку от одежды до плеча. Согнуть ее в локте на уровне лица. Уткнуться носом и губами в сгиб локтя. Закрыть глаза.*

*Посидеть так минут пять. Почувствовать, как это умиротворяет.*

*Таким образом можно почувствовать себя снова рядом с мамой.*

Когда снова нашел свою душу – заботы размягчаются. Посмотри – где ты снова можешь найти свою душу. Где ты снова можешь стать цельным. Своих родителей мы несем в себе. Если мы чувствуем от них одобрение, то мы несем это дальше в наш брак.

Молодая пара должна получить у родителей с поклоном благословление на брак. Это можно сделать даже после женитьбы.

Если ребенок хочет общаться с отцом, а отец не хочет, тогда ребенок может попросить свою мать, чтобы она поспособствовала восстановлению контакта между ними.

## **Прощание с умершим**

Сначала мы злимся. И готовы рвать на себе волосы. Потом наступает апатия. А потом человек в какой-то момент говорит: «ДА». И соглашается со совершившимся.

Полная фраза звучит так: «ДА, я прощаюсь с тобой. И беру твою силу».

В начале сессии клиента нужно попросить опереться на спинку стула и выдохнуть. Так он расслабится и ему будет легче прочувствовать свои эмоции.

## **Протокол разрешения симбиотического нарушения по И. Лаору<sup>2</sup>**

---

<sup>2</sup> Этот протокол выдавался всем участникам обучающей программы в университете Samadeva, Страсбург. – Примеч. авт.



Протокол «симбиотического нарушения» проводится тогда, когда в интервью с клиентом или в самой расстановке выявляется связь между тремя членами семейной системы. Например, между клиентом, его матерью и бабушкой (на месте бабушки может стоять брат или сестра мамы, не рожденный ребенок, первая сильная любовь мамы или любой другой член семейной системы, на которого смотрит мать – куда уходит мамина энергия).

После первого интервью мы переставляем троих представителей так, чтобы они видели друг друга.

I. Проводится тест между внучкой (фокусом) и бабушкой (третьим представителем). Маму просят смотреть на все это доброжелательно. Нужно попросить внучку посмотреть на бабушку и на то, как она стоит (на ее стопы). Затем просим бабушку сделать шаг в сторону, а внучку встать на место бабушки. Спрашиваем внучку: *«Теперь, когда ты стоишь на этом месте, кажется ли тебе это место знакомым?»* Если внучка говорит: «Да», мы переходим к разотождествлению.

II. Мы ставим перед внучкой (фокусом) преграду (палку) и говорим ей: *«Это значит, что это место не твое. На этом месте ты смотришь на мир через глаза своей бабушки и проживаешь не свою жизнь, а жизнь бабушки. Ты хочешь остаться здесь или хочешь прожить свою жизнь?»* (Варианты: *«Я тебе предлагаю развернуться к своей жизни. Хочешь ли ты вернуться в собственную жизнь? Как только ты перешагнешь через эту палку, ты вернешься в свою жизнь. Давай!»*) Если внучка согласна, мы просим ее сделать три шага через преграду, а бабушку – встать на свое место. Внучку просим повернуться лицом к бабушке, и когда внучка увидит бабушку, убираем преграду и спрашиваем, что изменилось для нее (при необходимости переформулируем и просим сказать это напрямую бабушке). Затем спрашиваем, что изменилось для бабушки (так же говорим это внучке напрямую, после переформулирования, если это необходимо). Просим внучку сказать бабушке: *«Дорогая бабушка, со мной случилось что-то странное, я принимала себя за тебя. Но теперь я вижу, что ты – это ты, а я – это я. Твоя жизнь – это твоя жизнь, моя жизнь – это моя жизнь. У тебя твоя судьба – у меня моя судьба. Я уважаю твою судьбу»*. (Если на месте бабушки стоит не рожденный или рано умерший ребенок, то фразу «Твоя жизнь» пропускаем.) Мы спрашиваем: *«Что меняется, когда вы это говорите?»* Также переформулируем при необходимости и просим сказать это бабушке напрямую...

Иногда внучка не может или не хочет войти в свою жизнь, тогда ее нужно уговаривать. Можно сказать: *«Оставаясь на этом месте, ты всегда будешь нести этот груз и передашь его своим детям и внукам»*. Если это не помогает, мы можем спросить у бабушки, что она об этом думает. Можно попросить внучку попробовать сделать шаг вперед и, если ей не понравится, то всегда можно вернуться назад. После уговоров внучка, как правило, всегда входит в свою жизнь и протокол продолжается.

III. После этих слов мы даем внучке что-то тяжелое в руки (груз) и просим сказать, обращаясь к бабушке: *«Дорогая бабушка, у меня есть что-то, что мне не принадлежит. Могу ли я отдать это тебе с большим уважением? Можешь ли ты это взять?»* Мы предлагаем внучке положить груз к ногам бабушки, чтобы он коснулся ног бабушки. (Как правило, бабушка соглашается и берет этот груз.) Бабушке говорим: *«Возьми это, приложи к груди и почувствуй, это – твое?»* Если бабушка говорит: «Да», мы можем предложить бабушке сказать: «Да, это мое, и я разберусь с этим сама», и мы просим поставить его рядом с собой. Если бабушка говорит: «Нет», мы говорим бабушке: *«Вы можете найти место, куда это положить, и тот, кому это принадлежит, займется этим»*.

Если бабушка говорит: *«Мало, это не все»*, мы даем в руки фокуса что-то еще и предлагаем также поставить у ног, и бабушка поднимает эту часть груза, и повторяем ритуал (непозволительно, чтобы расстановщик или фокус просто напрямую добавили груз бабушке).

Обращаясь к фокусу, а потом к бабушке, спрашиваем: *«Что для вас меняется?»* или *«Как вы себя чувствуете?»* При необходимости переформулируем фразы и просим сказать их напрямую.

#### IV. Возвращение энергии.

Мы просим внучку сказать бабушке: *«Дорогая бабушка, стоя на твоём месте (или: когда я принимала себя за тебя), я оставила в тебе много энергии и теперь мне её не хватает для моей собственной жизни. Можешь ли ты мне её вернуть?»* Как правило, бабушка соглашается. Если бабушка уже умерла, она подходит к внучке, складывает обе ладони в трубочку, прикладывает к груди внучки и трижды вдыхает с силой. Затем внучка склоняет голову, и бабушка так же вдыхает в темечко три раза (иногда нужно больше, пока внучка не почувствует наполнение энергией). Внучка благодарит бабушку. Если бабушка жива, тогда внучка подходит к ней. После передачи энергии мы спрашиваем, что изменилось для внучки и для бабушки. Затем мы поворачиваем фокус к маме и спрашиваем: *«Теперь, когда ты смотришь на маму, что изменилось?»* Возможен обмен фразами.

И этот протокол повторяется между мамой и дочкой. Иногда после работы между внучкой и бабушкой мама не видит ещё свою дочь, ей очень плохо и тяжело. Или что-то подсказывает нам, что нужно сделать протокол между мамой и её матерью (бабушкой), и только после этого сделать протокол между мамой и дочкой. В конце можно попросить фокус и маму поклониться вместе бабушке.

Можно использовать фразы: *«И мы оставляем этот процесс двигаться дальше», «У тебя есть время, чтобы стать самой собой», «Мои проблемы я оставляю себе, потому что для этого у меня достаточно сил»...*

В четвертой части – передача энергии. ВСЕГДА заместители, которые представляют умерших членов семейной системы (третий представитель (бабушка и все другие) или мама) при передаче энергии подходят к фокусу. Если третий член семьи или мама живы, то фокус подходит к ним!

### Ритуал благословения

В наше время люди в большинстве случаев не знают этого обряда и живут без благословения родителей. Кроме того, многое делается вопреки советам предков, а то и вовсе осенено их проклятиями. Может быть, и наши родители не получили благословения от своих родителей. И им самим нужна помощь и поддержка рода.

У человека, лишённого родительского благословения, перекрывается доступ к энергиям рода, и ему значительно труднее справиться с определёнными жизненными ситуациями.

Суть благословения заключается в том, что мать создаёт вокруг ребенка своеобразный защитный кокон, который не позволяет ему попадать в неприятности и направляет все действия, на которые благословила мать, в правильное русло. Благословение действует даже на больших расстояниях. Считается, что человек, которого благословила мать, становится неуязвимым.

Благодаря обряду благословения никогда не прерывалась связь поколений. Благословляли родители, бабушки и дедушки своих потомков на свершение каких-либо дел, на создание семьи.

**В расстановку ритуала благословения** нужно поставить не заместителя, а самого клиента. Потом его родителей, бабушек и дедушек. Клиент/клиентка с поклоном обращается к ним и просит: *«Благословите меня на замужество/женитьбу с любимым/любимой (имя)»*. Родители и родственники по очереди, а иногда все вместе, отвечают: *«Я тебя благословляю»*.

Если речь идет о новом деле, бизнесе, деньгах и финансовом благополучии, к участвующим в расстановке можно добавить успешных, состоятельных, преуспевающих родичей. И

у них тоже попросить благословения, предваряя просьбу словами: *«Я уважаю вашу жизнь, вашу судьбу, ваше умение успешно действовать, преуспевать. Я ценю ваш вклад и ваш опыт и прошу вас передать мне ваши знания и способности. Благословите меня на успешный бизнес (самореализацию, открытие талантов)»*.

Если дело касается исцеления от болезней, от безбрачия, бездетности, лучше просить благословение у всех и у каждого из своих предков до седьмого колена.

### **Коридор предков<sup>3</sup>**

*На следующий день после этого сна я попросил участников моей группы присоединиться ко мне в ритуале. Я попросил их стать друг напротив друга в два ряда. Я объяснил им, что все будут проходить по очереди через этот людской коридор. Проходя по коридору, каждый будет смотреть на людей, стоящих по сторонам, как на своих предков. Те, кто стоит в этих двух рядах, будут смотреть на проходящих, как на своих потомков. Дойдя до конца, каждый участник присоединится к одному из двух рядов и будет представлять кого-то из предков для тех, кто теперь будет проходить мимо них. Таким образом, каждый участник группы получит возможность пройти через коридор предков и постоять рядом с ними.*

*Когда объяснения были завершены и все стояли на своих местах, я научил их петь песню из моего любимого сна и объяснил ее значение. Друг за другом они шли по коридору предков. Когда первый начал свое путешествие, потекли первые слезы. Вместе мы пели и плакали. Большинство людей шли прямо, некоторые согнулись, и одного или двух несли. И, как это было в моем сне, на время проведения этого ритуала мы слились в единое целое с предками. Молитвы стали слезами, слезы стали молитвами. Мы плакали нашими слезами и слезами наших предков. Слезы еврейских предков и слезы немецких предков смешались и стали едиными. И для каждого из присутствующих что-то соединилось в этот день. (Даан Ван Кампенхаут)*

### **Сила источника**

Этот ритуал, протокол которого приводится здесь, я прошла на семинаре в университете «Самодева» Идриса Лаора во Франции. Я проводила его не раз в своих клиентских группах по расстановкам и убедилась в его эффективности и глубине. Хочу добавить, что этим мастером разработано множество ритуалов на единение с предками и получение силы рода. Они приводятся в протоколах и записаны на дисках университета «Самодева». В целях сохранения прав автора я их здесь не привожу. Но диски приобрести советую.

Ритуал «Сила источника» проводится в случае, когда у клиента возникает чувство, что он отрезан от силы предков. Тогда мы можем соединиться с тем местом, где была прервана связь. В результате работы связь восстанавливается и сила начинает свободно циркулировать.

Клиент, зная свою проблему, мысленно соединяется с ней. Из присутствующих он выбирает представителя силы источника и встает напротив. Представитель силы источника говорит: *«Я – источник силы предков. Между мной и тобой находятся предки, и чтобы подойти к силе источника, тебе нужно пройти через них»*.

Ведущий спрашивает у клиента: *«Сколько предков стоят между тобой и источником силы? Назови число»*. Затем предлагается выбрать названное число мужчин и женщин и поставить их перед источником силы. Клиент встает напротив предков и устанавливает с ними контакт взглядом, смотрит на источник силы рода.

Клиент смотрит на первого предка и говорит: *«Дорогой предок, я – один из твоих потомков. Меня зовут (имя). В моей жизни есть трудности и мне не хватает сил, чтобы преодо-*

---

<sup>3</sup> Даан Ван Кампенхаут.

*леть их. Словно я отрезан от источника силы по моей линии. Ты находишься между источником и мной. Можешь ли ты помочь мне пройти к источнику силы, сделав шаг в сторону?»*

Поблагодарите предка и сделайте шаг вперед, подойдите к другому предку и т. д. Если предок не может отойти, нужно поклониться ему, если и после этого предок не в состоянии отойти, скажите ему: *«Я сделаю эту работу и для себя, и для тебя, продвигаясь к источнику силы. Я знаю, что благодаря тебе я могу пройти к источнику силы»*. Предки разворачиваются и смотрят на потомка.

Клиент встает перед источником силы и спрашивает: *«Могу ли я пройти дальше, чтобы достичь тебя?»*

Затем говорит: *«Я знаю, что ты – источник всей силы моего рода и вся сила идет от тебя. Можешь ли ты дать мне этой силы?»*

Ведущий говорит: *«Источник передает эту силу так, как он хочет, и клиент может получить ее, встав так, как он чувствует, что это надо сделать»*.

Ведущий: *«Таким образом прерванная сила соединяется и доходит до маленькой девочки (мальчика)»*. Когда почувствуете, что достаточно восполнились, можете вернуться в свою жизнь, сказав: *«Спасибо за силу*

## **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.