



Надежда Маркова
практикующий психотерапевт,
автор бестселлеров по семейным расстановкам

Семейные ТАЙНЫ

Станислав Савинков

СЕМЕЙНОЕ ВОСПИТАНИЕ И РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА

Книга для родителей и педагогов



10 ПРАВИЛ
ОТ СЕМЕЙНОГО ПСИХОЛОГА,
КОТОРЫЕ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ
КАЖДЫЙ



ПРАКТИКА
СИСТЕМНЫХ
РАССТАНОВОК

СЕМЕЙНЫЕ ТАЙНЫ СЕМЕЙНОЕ ВОСПИТАНИЕ



**Надежда Дмитриевна Маркова
Станислав Николаевич Савинков
Семейные тайны: Практика
системных расстановок.
Семейное воспитание
и развитие личности
ребенка: Книга для
родителей и педагогов**

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69835483

Семейные тайны: Практика системных расстановок. Семейное воспитание и развитие личности ребенка: Книга для родителей и педагогов / Надежда Маркова, Станислав Савинков: Весь; Санкт-

Петербург; 2023

ISBN 978-5-9443-5632-1

Аннотация

Семейные тайны. Практика системных расстановок

Надежда Маркова – психотерапевт с богатым опытом работы, автор бестселлеров по системным расстановкам. В книге она рассказывает, какие последствия для потомков могут быть,

если скрывать от родственников тайны, которые относятся к истории вашего рода и, в случае раскрытия, могут запятнать образ семьи. Скрывают «позорные» смерти: убийство или самоубийство, смерти от криминальных абортов, алкоголизма, наркотической зависимости. Не предаются огласке бесплодие, развод, разорение, подлые поступки, нелады с законом, дурная наследственность. Умалчиваются брошенные, абортированные, незаконнорожденные и приемные дети, измена, предательство любого рода, насилие со стороны родственников. Цель всех тайн – сберечь семейные ценности, сохранить доброе имя, а то и жизнь, облегчить имеющееся положение. Но со временем то, что скрывалось для защиты семьи, в итоге может ее разрушить. Люди испытывают муки совести, переживают, болеют, страдают из-за того, что в их семейной истории был эпизод, за который они не могут простить самих себя. И если совершившие скрытое уносят тайну с собой в могилу, то расплачиваются за это другие. Их дети или внуки неосознанно берут на себя искупление чужой вины. Помочь исцелить семейно-родовую систему может метод системных расстановок. В этой книге вы увидите на примере жизненных историй клиентов автора и проведенных для них расстановочных сессий, как тайны ныне живущих или уже умерших родственников влияют на нашу жизнь и судьбу наших детей и внуков. Вы узнаете, что безопаснее для вас и рода – открыться или скрывать тайну, как не стать заложником секретного заговора молчания, как нейтрализовать разрушающие последствия тайны и очистить род от влияния далекого прошлого семьи. В приложении представлены разрешающие фразы, облегчающие психоэмоциональное состояние, к ним можно обращаться вне контекста расстановок.

Семейное воспитание и развитие личности ребенка. Книга для родителей и педагогов

Станислав Савинков – детский и семейный практикующий психолог с многолетним стажем психотерапевтической работы. Он решил поделиться своим опытом, поскольку знает, с какими проблемами чаще всего сталкиваются родители в воспитании детей. Автор дает всю необходимую информацию, чтобы процесс воспитания протекал максимально легко, эффективно и гармонично. Базовые знания по педагогике и психологии, подробное описание этапов развития ребенка от младенчества до совершеннолетия. Вы поймете, почему дети поступают так или иначе в зависимости от возраста, как с ними общаться и выстраивать доверительные отношения, основанные на любви и принятии, даже в самые проблемные возрастные периоды, во что играть, какие методики развития выбрать, как правильно ругать, как разговаривать на сложные темы. Вы узнаете, как помочь ребенку пройти этапы социализации от детского сада до окончания школы и поступления в вуз; максимально безболезненно пережить кризисы раннего возраста, справиться с проблемами подросткового периода, уверенно вступить во взрослую жизнь, не бояться трудностей самостоятельной жизни. В книге представлено множество наглядных примеров из консультативной практики автора. Также вы прочитаете о 10 правилах семейного воспитания, которые помогут родителям решать проблемы в общении с детьми и оставаться объективными и спокойными даже в самых трудных ситуациях.

Содержание

Надежда Маркова	10
От автора	14
Вступление	16
О тайне замолвите слово	19
Ангел на игле	24
Причины наркомании	29
О чем мы молчим	38
Мама, не плачь!	41
Тайна в наследство	65
Конец ознакомительного фрагмента.	66

**Надежда Маркова,
Станислав Савинков
Семейные тайны:
Практика системных
расстановок. Семейное
воспитание и развитие
личности ребенка: Книга
для родителей и педагогов**



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

Искренне Ваш,

Владелец Издательской группы «Весь»



Пётр Лисовский



© Оформление. ООО «Издательская группа «Весь», 2023

Надежда Маркова
Семейные тайны. Практика
системных расстановок

Надежда Маркова

практикующий психотерапевт,
автор бестселлеров по семейным расстановкам

Семейные

ТАЙНЫ



Посвящается всем, кто в течение многих лет оказывал мне помощь в расстановках, – всем ангелам света, преумножающим в мире добро, гармонию и любовь

Алла Нисилевич, Анна Холод, Андрей Самофал, Люба Бибко, Алла Дитлашок, Ева Артемьева, Эля Павлова, Анна Бондаренко, Наталья Шмелева, Евгений Краснощек, Евгения Колоскова, Наталья Жуберняк, Людмила Иванова, Алена Осичко, Алексей Ременской, Алена Мельник, Ольга Мельник, Кондрусина Лена, Любовь Агеева, Марина Анимуцкая, Ольга Артеменко, Вера Барбанова, Анатолий Барбанов, Дмитрий Главацкий, Катя Главацкая, Летта Кельт, Анна Трофимова, Ольга Костюченко, Наталия Князева, Александр Горбунов, Алексей Воронин, Лена Баимачкова, Вероника Довгалева, Инна Долготер, Виктория Роджеро, Виктория Светлова, Валерия Виноградова, Виктория Гусева, Елена Дюльгер, Ирина Александрова, Ольга Малевицкая, Елена Калугина, Ольга Ременская, Евгения Колоскова, Елена Николаева, Лидия Цуран, Наталия Лоза, Наталья Макаренко, Надежда Малуха, Ольга Лысенко, Оксана Малиневская, Оксана Корнева, Александра Самсонова, Леонид Шепталов, Анна Дружинина, Альбина Рачина, Карина Кашиенцова, Ольга Барановская, Екатерина Петрова, Елена Потапова, Александра Самсонова, Александра Калугина, Светлана Цуркан, Ольга Малевицкая, Светлана Орлова, Елена Смагина, Наталья Степанченко, Суюмбика Козак, Ольга Пажина, Тарас Пажин, Виктория Фадеева, Ольга Филлипова, Ирина Чер-

вацию, Антонина Ческидова, Анна Чумаченко, Анна Шумилина, Юлия Грязнова, Анна Бондаренко, Дарья Гамаюнова, Юлия Григорьева, Екатерина Андреева, Ольга Гритчина, Екатерина Болотова, Алла Сологуб, Павел Сологуб, Анжела Лебедева, Виталий Семин, Галина Коломиец, Оксана Комарова, Александр Гроховецкий, Виктория Гроховецкая, Наталья Думанская, Ирина Дронова, Елена Кравцова, Евгений Пронина, Максим Пронин, Инна Маркина, Ирина Леонтьева, Анна Логинова, Евгения Подвысоцкая, Лариса Кравченко, Денис Коган, Ольга Коган, Зинаида Мельник, Ольга Матусевич, Марина Ремиз, Светлана Самофал, Сергей Семенов, Любовь Семенова, Юлия Урманова, Сергей Цимбалюк, Ирина Инститорова, Александр Цуркан, Екатерина Чистая, Светлана Чеботова, Нина Белозерова, Валентина Казаченко, Ирина Инстарова, Ольга Завьялова, Наталья Голубкова, Наталья Голомага, Марго Мураховская, Михаил Простаков, Марина Плеве, Ирина Маламонова, Оксана Тимошенко, Наталья Петриман, Татьяна Пружина, Елена Христич, Анна Хльцова, Александр Цуркан, Александра Шевчук, Анастасия Малярчук-Демерджи, Алла Кучер, Людмила Королева, Ирина Саитова, Марина Буряк, Гарик Кочерян, Анна Дудник, Жанна Бочковская, Надежда Дмитрик, Светлана Дробязко, Инна Романова, Оксана Малюта, Наталья Ильченко, Инесса Карнаух, Ксения Добровольская, Лариса Кушнарева, Ольга Король, Марина Козлова, Татьяна Палагута, Людмила Перова, Марина Крайтор, Лиана Кол-

такова, Наталья Карнаух, Елена Мех, Вера Михеева, Алексей Неверовский, Мария Ермолаева, Наталия Аленина, Анна Охлопкова, Сергей Паньков, Татьяна Проноза, Раиса Решетко, Светлана Вербер, Ирина Бучковская, Светлана Бучковская, Анна Тарова, Бианна Сергеева, Татьяна Николаенко, Римма Трайберг, Эвелина Тройберг, Татьяна Серебрякова, Татьяна Дудка, Татьяна Боровец, Игорь Титаренко, Татьяна Афанасьева, Светлана Демерджи, Татьяна Корбан, Наталья Урсуленко, Наталия Нехлюдова, Анастасия Христинич, Александр Хороших, Ирина Чернявицук, Константин Шестаковский, Яна Егорова, Анжела Грузилевич, Алла Прозоровская и многие другие.

От автора

Семейные тайны – это такая территория, вторжение на которую чревато непредсказуемыми последствиями. Ведь если кто-то что-то скрывает от своих родных и от чужих людей, значит, не все так чисто, честно и безоблачно. Жизнь предков, события в роду, семейные отношения порой сокрыты за плотной завесой таинственности, приоткрыв которую, можно лицом к лицу столкнуться с чьей-то непереносимой болью, чувством стыда или вины.

И люди годами и десятилетиями скрывают свои тайны от посторонних глаз. Почти в каждой семье хранится пресловутый «скелет в шкафу». В прошлом каждого человека есть моменты, которые хочется забыть, стереть, вычеркнуть из жизни, исправить, «переписать на чистовик».

Но жизнь – это не школьное сочинение, которое можно переписывать начисто снова и снова. Мы можем сожалеть, можем искренне раскаиваться в содеянном, в своих поступках, грехах и ошибках, но, увы, нам не дано исправить их последствия.

Каково же влияние семейно-родовых тайн на будущие поколения, к каким последствиям они приводят? Что безопаснее: открыться или скрывать тайну, продолжая хранить ее за семью печатями? В книге «Семейные тайны» практикующий психотерапевт, мастер в области семейных расстановок На-

дежда Маркова на примере жизненных историй своих клиентов, на пережитом вместе с ними опыте показывает, какое воздействие оказывают семейные тайны на нашу жизнь и судьбу наших детей и внуков.

Вступление

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

В. 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 несколько раз подвергали критике из-за подозрений и сомнений в правильности моих действий в расстановке.

За одиннадцать лет я провела более двух тысяч расстановок (честно говоря, через семь лет практики я перестала их считать). Дело даже не в том, что можно запомнить, что ты говорила или делала 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 от 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. Пробежав глазами свои четырехлетние записи расстановок, в последний момент я 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 – «Семейные тайны» и «В плену чужой судьбы», 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.

О тайне замолвите слово

*Пусть твой правый глаз не знает о том, что
видел левый.*

С. Кржижановский

Тайна на то и тайна, что о ней не говорят. Ее прячут, как пресловутый скелет в шкафу, скрывают от посторонних глаз. Но рано или поздно все тайное становится явным. Оно прорывается сквозь непрочные заслоны. Флюиды таинственности витают в воздухе, даже если сами тайны хранятся за семью печатями.

Ведь мы знаем и чувствуем, когда нас любят, несмотря на то что нам не говорят: «Я тебя люблю». Нас любят, когда говорят: «Береги себя», «Ты устала, я сделаю это вместо тебя», «Оденься, на улице холодно», «Приходи, я буду рад тебя видеть», — когда подхватывают тяжелую сумку, укрывают ночью, приносят горячий чай или поддерживают под руку. Или наоборот. Мы ощущаем всеми фибрами своей души, что нелюбимы, когда слышим: «Отойди, мне не до тебя», «Замолчи, надоел», «Уйди с глаз моих», «Отстань от меня», «Да на кого ты похож, посмотри на себя в зеркало!» — когда отталкивают, не целуют, не обнимают, не интересуются нами.

По этой же аналогии мы распознаем все невысказанное и тайное. Особенно в детстве. Как говорила классик француз-

ского психоанализа Франсуаза Дольто: «**Лишь дети и собаки знают о семье всё**».

Например, в раннем возрасте у меня часто возникала мысль о родителях: «Я им не родная. Наверное, они взяли меня из детдома». Став психотерапевтом, я столкнулась с тем, что такие умозаключения делали в детстве многие мои клиенты. Многие, но не все. Я начала интересоваться этим, задавая вопросы таким клиентам, и вскоре обнаружила, что в анамнезе их семей, так же, как и в моей, были тайны усыновления, или их воспитывали неродные родители. Вернее, один из родителей и отчим или мачеха. Моего отца в тридцать третьем году подкинули в детский приют. Это были годы голодомора на Украине. Его взяли на воспитание приемные родители. Маму после смерти ее матери, ее братьев и сестер от двух до десяти лет воспитывала бабушка Вера. О том, что трое из моих бабушек и дедушек мне неродные, и папа мой из детдома, я узнала достаточно поздно. А системная память о детском доме у меня, так же, как и у моих клиентов, проявлялась в моих мыслях о неродных родителях...

Дети действительно все знают. Они своим незамыленным шестым чувством безошибочно определяют правду. Так, маленькая Аллочка из книги «Ошибки аиста», удочеренная приемными родителями с момента рождения, больше всего любила смотреть не мультики и сказки, а передачу «Жди меня» и телепрограммы об усыновлении детей. Нина из главы «Совпадения» с раннего возраста догадывалась, что ее мама

– не мама, только потому что та ее стеснялась, никогда не обнимала и не целовала, хотя внешне и материально старалась компенсировать приемной дочери этот пробел. Мальчик Алеша, которого на прием привела моя знакомая Альбина, всегда как вкопанный останавливается возле плакатов с социальной рекламой об уличных детях и долго стоит, рассматривая их со слезами на глазах. Альбина с мужем взяли его на воспитание в восьмимесячном возрасте, когда его родители – дальние родственники ее мужа – погибли в автокатастрофе.

Еще одна моя клиентка Люба вышла замуж за вдовца с младенцем, жена которого умерла при родах. Малышку на правах школьной подруги и утешительницы Любовь нянчит с того момента, как ребенка привезли из роддома. Девочка называет Любу мамой, они ладят и любят друг друга. Удивляет Любу только то, что девочка захлеб читает и обожает сказки... про злых мачех: «Морозко», «Золушка», «Белоснежка и семь гномов» и им подобные.

В этих и еще во множестве других случаев из моей практики, не приведенных здесь в качестве примера, ни приемные родители, ни родные мама и папа правду детям об их происхождении не открывали, но дети эту тайну знают, словно считывают ее из окружающего пространства.

Секреты от детей скрыть невозможно. Их выдают необычное, тревожное поведение родителей или родственников, уклончивые фразы, ускользающий взгляд, перемены мими-

ки и голоса, бледность или румянец стыда на лице при «неудобных» вопросах. Дети на уровне шестого чувства воспринимают то, что от них хотят утаить. Хранимый в тайне семейный секрет по-разному влияет на их жизнь и судьбу. Они выбирают странные, неприемлемые для социума увлечения, чувствуют беспокойство и неуверенность, заводят свои тайны, обманывают, могут стать зависимыми и раздражительными по поводу и без.

В советские времена, откуда многие из нас родом, история семьи, с одной стороны, часто преподносилась в выгодном ракурсе, приукрашивалась. С другой стороны, замалчивались опасные для выживания в обществе факты, а вместе с ними подавлялись стыд и страхи арестов, переселений, черных воронок, ссылок и лагерей, других жестких воздействий и несправедливостей. Другими словами, если в роду кто-либо или что-либо исключается (человек, семья, факты или семейные истории), если кем-то из предков утаивается какая-то значимая, порой неприглядная, болезненная или шокирующая информация, то она обязательно находит своего адресата. И это будет кто-то из будущих потомков в следующем поколении, через поколение, а то и через два – три. Франсуаза Дольто полагает, что «все, что замалчивается в первом поколении, второе носит в своем теле». В истории многих семей таким образом хранится и передается из поколения в поколение наследство с отравленными шипами, о которые рано или поздно можно пораниться. Важно осо-

знать, что пока тайна тщательно скрывается, она сохраняет свою разрушительную деструктивную силу.

Ангел на игле

Светлана давно живет в Санкт-Петербурге, но каждые три месяца приезжает в Одессу к стареньким родителям. В один из своих приездов она попала на расстановки. Так и посещает их теперь в каждый свой приезд.

Холеная, роскошная блондинка, состоятельная и очень сдержанная, на волне всеобщей доверительности и искренности группы Светлана решилась на расстановку. В нескольких фразах изложить свою проблему она не могла. Ее запрос превратился в горестную исповедь матери.

Еву она родила поздно, уже далеко за тридцать. Девочка росла смышленным, резвым, любознательным ребенком и была похожа на ангела. Мраморное, в ореоле вьющихся колечками волос личико, огромные карие с золотыми искорками глаза, длинные кукольные ресницы. Она была очень деятельной и целеустремленной. Всего, чего ей хотелось, она достигала без труда. В девятнадцать лет девушка попала в Америку по программе обмена студентами.

По приезду дочери даже занятая с головой мать заметила, что Ева изменилась. Но в чем именно это выразалось, она не могла определить.

– И вот однажды, – дрогнувшим голосом продолжает повествование Света, – я невзначай открываю дверь ее комнаты и застываю в столбняке. Моя Ева, мой ангел, сидит у стола

напротив окна. В завитках ее пышных легких волос золотится солнце, а она тычет иглой шприца в тоненькую голубую вену на руке. Увидев меня, она даже не смутилась. Проплакав весь день и всю ночь, я отошла от первого шока и начала бить во все колокола. Вот уже три года мы с ней посещаем группы зависимых и созависимых в реабилитационном центре «12 ступеней». Она ходит на личную терапию к психологу, неоднократно лежала в различных наркологических центрах. Ничего не помогает. Максимум ее воздержания – это один месяц. Единственный плюс от колоссальной работы, которую мы провели: Ева стала откровеннее со мной, и мы стали ближе друг к другу. Но когда я веду ее в кино или по магазинам, ловлю себя на мысли, что стесняюсь своей дочери. Ее худенькие ручки сплошь исколоты так, что голубые дорожки вен превратились в коричневые, словно покрытые коростой струпья.

Беда еще в том, что парень, с которым она встречается, тоже наркоман. Сейчас она живет у него, и оба колются. Несмотря на это, в институте она – лучшая студентка, перфекционистка и идет на красный диплом. Окончит институт, а дальше что? На мое беспокойство реагирует бесстрастно: «Ма, не парься. В Америке полно зависимых. Живут и работают. Им государство еще и лекарства выдает. Мы тоже с Гошей в Америку вернемся». Иногда я смотрю на нее как на чужую. Чувств нет, сил нет, слез больше нет. Иногда, признаюсь, мелькает мысль: «За что мне такое горе, лучше

бы она умерла». Пугаюсь собственных мыслей и с новыми силами пытаюсь ее спасти. Нам говорят в «Ступенях»: «Отпустите своих детей. Они имеют право на свой выбор. Это их жизнь». Но как? И почему это случилось именно с моей девочкой?

Это горькое, выкрикнутое фальцетом, отчаянное «почему?» и было главным запросом расстановки.

Расстановка была нелегкой, длинной и многоступенчатой. Не стану ее описывать. Расскажу только о том, что всплыло на поверхность расстановки неожиданно и в самом ее конце. Так что и решение вопроса мы отложили до следующего раза.

Светлана вышла замуж по любви. Надо сказать, что девушкой она была влюбчивой, любила много и страстно, каждый раз – как последний. С мужем они жили весело, дружно, душа в душу. Но когда молоденькая жена с румянцем радости сказала супругу о том, что беременна, он этого восторга не разделил. Наоборот, расстроился и потребовал сделать аборт. Любящая, покорная, доверчивая, привыкшая слушаться раньше отца с матерью, потом – мужа, Света, обескураженная и растерянная, пошла в больницу как овца на заклание. Срок беременности был большой, аборт был ужасным и морально, и физически. Она потеряла много крови. После этого на мужа спокойно смотреть не могла. Женщина вспоминала больничное ведро, полное окровавленных частей убитого сыночка, и впадала в истерику. Тело мучи-

тельно и судорожно сжималось. Она начала испытывать к человеку, вчера еще любимому всем сердцем, отвращение. Они разошлись. Бывший муж быстро утешился, вскоре женился, родил двух сыновей. Светлана до сих пор в недоумении, что принудило мужа заставить ее сделать этот аборт. Сердце ее плачет по неродившемуся сыну всю жизнь, до сегодняшнего дня.

У Светланы отбоя от мужчин не было, но долгие годы она оставалась одна. Роман ворвался в ее жизнь как стихийное бедствие. Он был в разводе с женой, но жил с ней почему-то под одной крышей. Ухаживал за Светой он страстно и напористо, как это делают восточные мужчины, завоевывал комплиментами, подарками, цветами. Брал приступом, как штурмуют крепость. И Светлана сдалась, хоть и не испытывала к ухажеру каких бы то ни было теплых чувств. «Мне было легче дать, чем не дать», – с горькой иронией объясняет она их контакт.

С первой ночи женщина забеременела. Она была в растерянности, хотя ей было далеко за тридцать, она крепко стояла на ногах, имела свой бизнес, да и родители постоянно поддерживали ее. Роман ребенку обрадовался, сказал простецки: «Рожай, а то в старуху превратишься, так и не родив. Фамилию ребенку дам, заботиться буду».

Светлана родила девочку. Когда пришло время регистрировать дитя в загсе, Роман не пришел. Света фыркнула, обиделась, поехала домой. На телефонные звонки Романа не от-

вечала и уехала к родителям в Одессу. Дома зарегистрировала дочь на фамилию своего бывшего мужа. Как выяснилось позднее, Роман застрял в московских пробках, а мобильных телефонов тогда еще не было. Он опоздал всего на несколько минут. Мужчина, безуспешно поискав в Москве исчезнувшую Свету, опустил руки. Со временем помирился со своей женой. У них тоже родилась дочь.

Светлана вырастила девочку, разрываясь между ею, бизнесом и попытками устроить свою личную жизнь. Она по-своему любит Еву, но эта любовь не может сравниться ни с ее теплыми, нежными чувствами к своим родителям, ни с огромной любовью-болью к сыну. Ева чувствует это, она тоскует по любви, как распускающийся цветочек по солнцу. Об отце девочка ничего не знает, вернее, имеет запутанную, противоречивую информацию, которую ей впрыскивает мать, сдаваясь под натиском вопросов и интереса дочери. Ева несколько раз просила познакомить ее с отцом, но Светлана оттягивает этот момент. Она завралась, запуталась, заигралась.

С Романом по возвращении в Москву отношения возобновились на почве взаимных деловых интересов. На каком-то этапе жизни он познакомил ее со своей женой. Они стали дружить. Теперь Светлане страшно неудобно, стыдно перед этой женщиной и ее дочкой, что она может причинить им боль, раскретив тайну отцовства Романа, свою связь с ним.

– А своей дочери причинять боль тебе удобно? – прерываю я взволнованную исповедь Светланы.

Она смотрит на меня широко раскрытыми глазами и внутренне реагирует, как поезд, налетевший на полном ходу на красный свет. Наконец, усилием воли справившись с шоком осознания, Светлана произносит побелевшими губами:

– Надя, я уже несколько лет хожу на расстановки. Я прочитала всего Хеллингера и твои книги, я неоднократно слышала эту информацию и никогда, ни разу не соотнесла ее со своей жизнью и наркоманией своей дочери. Ведь это я исключила отца из жизни Евы. Ведь это из-за недостатка его энергии Ева стала зависимой. Боже, я только сейчас поняла, что я наделала!

Светлана закрыла лицо обеими руками, опустила на стул и горестно зарыдала. Уходила она, несмотря на пролитые горькие слезы, успокоенная.

– Спасибо, Надя, спасибо всем. Ответ на свое «почему» я нашла. Теперь мне надо двигаться дальше, чтобы выбраться из ловушки, в которую я сама себя и свою девочку загнала.

Причины наркомании

Действительно, как часто, не зная законов и закономерностей, довлеющих внутри семейных систем, мы попадаем в ловушку безвыходных ситуаций и семейно-родовых переплетений.

Прозрение Светланы было верным, хотя и запоздалым. Одной из основных причин возникновения зависимого поведения (наркомании, алкоголизма, курения и т. д.) является отсутствие или непроявленность отца, его энергии в жизни ребенка. Хеллинггер говорит об этом так:

Человек может стать зависимым от наркотиков в тех случаях, если мать дала ему понять: то, что дает ему отец, ничего не стоит, и он должен брать все только от нее. Тогда ребенок мстит матери тем, что берет от нее так много, что это его разрушает. Значит, пристрастие к наркотикам является мстью ребенка матери за то, что она препятствует ему принимать что-либо от отца.

Светлана не только не любила отца Евы, она относилась к нему с презрительным высокомерием. Используя его как донора для зачатия ребенка, о котором мечтала и который мог не родиться из-за возрастных ограничений, она, сославшись на обиду, навсегда порвала с ним отношения, чем отрезала дочь от отца. На просьбы девочки познакомить ее с папой она раздражалась и отвечала отказом.

– Зачем ей отец?! Разве недостаточно того, что я ей даю? Ведь я за двоих стараюсь, из кожи вон лезу, чтобы обеспечить все потребности девочки: и одежда, и обувь, и быт, и обучение, – часто думала, а иногда с упреком говорила Светлана.

Да ведь ни одна даже самая любящая мать не может дать ребенку двойную порцию любви и за себя, и за партнера – отца ребенка. И мы это внутри себя понимаем, потому и стараемся компенсировать любовь отсутствующего родителя материальными благами, сверхзаботой, подарками. Но живую любовь этим восполнить невозможно. Как нельзя возместить отсутствие воды в организме излишним потреблением твердой пищи. Так можно заработать только несварение желудка. И любовь из материальных благ не выкристаллизовывается. И человек живет с постоянным ощущением нехватки чего-то важного, необходимого для жизни, испытывая жажду недостающей любви. И начинает утолять ее алкоголем, наркотиками, игроманией и другими суррогатами. И в итоге погибает.

Помимо этого, Светлана зарегистрировала дочь, дав ей фамилию своего первого мужа – убийцы их первенца. Это тоже внесло путаницу и надлом в состояние Евы, ибо любая тайна, обман или недосказанность считаются на уровне нашего подсознания и вносят в нашу жизнь тревогу и ощущение опасности.

И в случае с отцом Евы, и в случае с первым мужем Светлана поступила высокомерно, без должного уважения и без учета их потребностей. Не согласовав этого ни с одним из них, не посоветовавшись, она решила судьбу их отцовства. К сожалению, в последнее время женщины поступают так все

чаще и чаще. Берт Хеллингер так говорит об этом:

Значение мужчины в современном западном обществе уменьшается. Женщины все чаще испытывают к ним презрение, поэтому увеличивается число наркоманов. Это и есть та цена, которую приходится платить за то, что женщины как бы лишают мужчин их значимости в обществе.

Выход один. Нужно уменьшить чувство собственной важности, исцелиться от обид и осуждения, научиться уважать мужчин, мужей, братьев, отцов своих детей. Найти те крупницы, черты характера и поведения, за которые вы можете ценить мужчину. И тогда, как часто говорят в расстановках Берта: «Мать должна сказать сыну: “Я люблю твоего отца, и если ты станешь таким, как он, я ничего не имею против”». Только тогда у ребенка отпадает желание неотвратимо и слепо идти за слабым или отсутствующим отцом. У него появится возможность выбора: следовать или не следовать за ним, быть таким же, как отец, в его несовершенствах и зависимостях, или оставаться самим собой.

Следующей динамикой, которая, как показала расстановка, привела Еву к употреблению наркотиков, что само по себе является скрытым способом самоубийства, было движение «я *уйду* вместо тебя» и «я *уйду* вслед за тобой». Чув-

ствуя тоску матери по старшему абортированному брату и ее стремление искупить свою вину собственной смертью и имея глубинную связь и любовь к неродившемуся сиблингу, душа Евы постоянно устремлялась к смерти – по законам слепой любви она верила, что может, умерев, спасти мать и воскресить брата. Кроме того, заместительница Евы чувствовала такую вину за страшную смерть малыша, перенятую от матери, такой удушающий стыд за собственное существование («Он умер, и я не имею права на жизнь!»), что это не могло не повлечь за собой наказание в виде исколотых вен, изуродованных рук, ног и медленного систематического убиения себя.

Угрожающее жизни пристрастие к наркотикам (например, кто-то принимает очень сильные наркотические средства, такие как героин) – это иногда замаскированная попытка самоубийства. Часто такой человек подчиняется динамике знакомых нам элементов из семейно-системных переплетений: «я *следую за тобой*» или «*лучше я, чем ты*», иногда также «я *умру вместе с тобой*» или «я *умру вместо тебя*».

Только распутав этот узел семейного переплетения, мы можем надеяться на улучшение самочувствия и душевного состояния Евы. Но можем ли мы рассчитывать на полное исцеление девушки? Нет. Почему? Да потому, что, по моему предчувствию, перечисленные динамики не являются единственными, влияющими на ее жизнь. На это еще необходимо будет посмотреть, но охватить все в одной расстановке

невозможно.

У Светланы была тетя, сестра матери, которую угнали во время войны в Германию и которая, скорее всего, была там замучена. Как она умерла, где похоронена, никто не знает и никогда не интересовался. Тогда ей было семнадцать лет, так же, как и Еве, когда она начала употреблять наркотики.

В семье первого мужа Светланы родственник, молодой парень, выбросился из окна и после долгих мучений от боли из-за множественных переломов и травм умер. Первый муж Светы не является отцом Евы, но ей дали его фамилию, чем вписали девочку в чуждую ей семейную систему. Не для того ли, чтобы искупить, исцелить семейные переплетения этого рода? А каковы переплетения и ситуации в семье ее родного отца? Об этом не знает никто, но печаль в том, что и знать Светлана об этом не хочет.

Вопросов много. Чтобы исключить все подозрения, нужно смотреть, есть ли связь между Евой и этими людьми. А для этого нужно не только время, но терпение и желание всех. И сможем ли мы тогда исключить все причины и поводы для наркологической либо другой зависимости Евы? Хотелось бы верить, что да. Но помимо системных переплетений на нас влияет еще и физиология нашего зачатия, внутриутробного развития и рождения. Время от времени я провожу со своими клиентами тренинг «Родиться заново», анализируя их истории рождения, состояния в момент перепроживания всех перинатальных матриц рождения. И можно прий-

ти к выводу, что на нашу предрасположенность к алкогольной, химической зависимости может влиять:

- *семейный сценарий родительской семьи, наличие в ней алкоголиков и наркоманов.*

Чтобы остановить тягу к зависимости из верности пьющему родителю Б. Хеллингер предлагает сделать такое упражнение.

Представьте себе, что ваша мать лежит здесь, на полу. Теперь лягте рядом с пьяной матерью и смотрите на нее с любовью.

Я пробовала делать это упражнение. Я мысленно леглась рядом с мертвецки пьяным отцом, которого ужасно боялась. И была поражена тому, как сквозь муку страха, жалости, отвращения и боли из сердца хлынул поток любви, принятия и благодарности.

- *опьянение родителей в момент зачатия ребенка ;*

А случается такое сплошь и рядом, так как во время свадьбы молодые люди под крики «горько» нередко пьют наравне с гостями. А как же не выпить за свое счастье?

- *применение матерью фармацевтических препаратов в ходе беременности;*

- *использование лекарственных средств для сохранения беременности и в ходе родов с целью их стимуляции, а также в первые часы появления ребенка на свет.*

Организм младенца, приученный к дозам алкоголя, химических и лекарственных средств, впитавший эти средства буквально с молоком матери, начинает воспринимать их как неотъемлемую часть самого себя и при их отсутствии чувствует нехватку чего-то важного в своем существовании и развитии.

Реально ли такому человеку исцелиться от подобной зависимости? Скорее всего, наоборот. Отсутствие компонентов зависимости может приводить к нервным срывам, депрессии, озлобленности.

Только высокая степень осознанности, устремленность к высоким идеалам, нахождение других смыслов жизни, развитие силы духа могут изменить жизнь и судьбу этого человека. И я лично встречала таких людей на своем пути.

Что касается Евы и ее матери, то с точки зрения физиологии ни одна из перечисленных причин их не касалась. Но... из дальнейшего общения со Светланой я узнала, что пять лет своей жизни, до самого декретного отпуска, она проработала в лаборатории крупного химического предприятия (!), вдыхая опасные испарения веществ практически всей таблицы Менделеева.

И что теперь делать? У меня еще нет такого обширного практического опыта, но смею надеяться, что этим людям может помочь *RPT*¹ (терапия отправных точек рождения). И

¹ *RPT*-терапия (англ. *Reference Point Therapy*) – терапия отправных (ключевых) точек; или (англ. *Rapid Personal Transformation*) – быстрые личностные измене-

конечно, молитва матери о своем ребенке – одна из самых сильных молитв на Земле.

ния. Методика создана австралийцами Саймоном и Иветтой Роуз в 2009 году. Нацелена на быстрое избавление от любых психологических проблем и травм за счет работы с источником проблемы. – *Примеч. ред.*

О чем мы молчим

*Тот, кто рассказывает что-либо женщине
при условии сохранения строжайшей тайны, –
обыкновенный садист.*

Марсель Ашар

Как мы знаем, в XX веке перекраивалась не только территория страны, переписывалась история государства, но и люди были вынуждены «перекрашивать» себя под новую власть и требования нового социалистического строя. Что-то в семейно-родовых системах под воздействием жестокого времени рушилось, ломалось. Люди были вынуждены исправлять свою биографию, семейную историю, вероисповедание, происхождение, национальность и принадлежность. Истина приукрашивалась, правда коверкалась, явное становилось тайным. Тайна хранилась годами и десятилетиями. То, что надо было скрывать, часто изменялось: жены «врагов народа» меняли фамилии себе и детям, выходили замуж, переезжали на новые места проживания, сжигая все документы, письма и фотографии. Дворянское и другие непролетарские сословия превращались в мещан и крестьян. Евреи во времена погромов, немцы во времена обеих войн и другие гонимые национальности становились русскими. В течение нескольких поколений люди иногда не догадывались, кто есть кто, и жили под вымышленными именами или именами

других людей. Это история.

Но часто семейные тайны связаны и с внутриродовыми событиями, с неприглядными, стыдными, неприемлемыми для общества и морали действиями кого-то из членов семьи. Тайной становится все, что может запятнать образ семьи. Скрываются в тайне «позорные» смерти: убийство или самоубийство, смерти от криминальных абортов, алкоголизма, наркотической зависимости. Стыдятся тех, кто сажал, служил, допрашивал, издевался в тюрьмах. Сторонятся тех, кто казнил, расстреливал, раскулачивал, был предателем или полицаем. Не предаются огласке бесплодие, развод, разорение, некрасивые поступки, нелады с законом, дурная наследственность. Умалчиваются внебрачные, брошенные, абортированные, незаконнорожденные и приемные дети, измена, предательство любого рода, существование второй семьи, нестандартная сексуальность, семейное насилие и инцест.

Цель всех тайн сберечь семейные ценности, сохранить доброе имя, а то и жизнь, облегчить имеющееся положение, они предназначены для защиты семьи. Но в итоге они ее и разрушают, то есть происходит обратный эффект. Люди испытывают муки совести, переживают, болеют, страдают из-за того, что в их семейной истории был эпизод, за который они не могут простить самих себя, а не то что смотреть людям в глаза. И если совершившие скрытое уносят тайну с собой в могилу, то расплачиваются за это другие. Их дети или внуки неосознанно берут на себя искупление чужой вины.

И поэтому так важно восстановить по крупицам этапы жизни своей семьи, найти повторяющиеся события, исцелить с помощью расстановок семейные переплетения, постараться раскрыть тайны и секреты, попросить прощения за причиненную вашими предками боль и допущенную по отношению к кому-то несправедливость. А еще – посмотреть, что из семейного наследства вы хотите взять с собой в свое будущее, а что, оплавав, похоронить или просто положить в семейный архив памяти с принятием, любовью и смирением.

Но и каждому из нас нужно крепко задуматься, что или кого мы исключили из своей жизни, о чем умолчали, что и от кого утаили. Нам необходимо освободиться от собственных тайн, по возможности открыв свой секрет тем, кто зависит от него, или исповедаться, искренне раскаявшись с сожалением о содеянном поступке, грехе, деянии. А лучше, если еще есть такая возможность, исправить свои ошибки, рассказать правду и восстановить попранную некогда справедливость. К сожалению, в наших словах, ошибках и поступках мы можем раскаяться, но зачастую мы уже ничего не можем исправить. Мы не в состоянии остановить их действие, мы не можем изменять последствия содеянного. Но разгаданная, открытая, «обезвреженная» тайна уже никогда не станет миной замедленного действия, которая способна больно ранить, а иногда и разорвать в клочья судьбы наших потомков.

Мама, не плачь!

Они всегда и всюду ходили вдвоем: на тренинги, на расстановки, на выставки и в театр. Мать и дочь. Худая, нервная, с колючим взглядом мать и высокая, с пышными формами молодого тела, тонкой талией, с кротким взглядом огромных глаз златокудрая дочь. Рита и Яна. Глядя на их неразлучность, вспоминаю строчки стихотворения Николая Доризо:

Две старушки, мать и дочь,
Седенькие, маленькие.
Не поймешь – где мать, где дочь,
Обе стали старенькие...

– Яна – копия меня в молодости, – жеманно поджимая губы, говорила Рита, – это она из меня все соки высосала, пусть теперь кормит.

Эти безапелляционные фразы девушка слышала с детства и смиренно несла на себе клеймо виновницы всех материнских бед. Раз мать пожертвовала своим здоровьем, красотой и молодостью ради нее, то теперь ее очередь принести свою жизнь в жертву матери.

Но Рита понимала, что, даже если она съест дочь, сыта она будет недолго. А вот если она пристроит дочь в хорошие руки, то есть выдаст ее замуж за богатого, твердо стоящего на этой земле человека, то будет хорошо и ей, и дочери. Этим и

была озабочена ее деятельная натура в момент нашего первого знакомства.

Несмотря на то что Яне было всего восемнадцать лет и она только перешла на второй курс института, мать пристроила ее на работу в компанию, занимающуюся международными перевозками. Хозяином фирмы был, как говорят в Одессе, «наш человек», который давно уехал на постоянное место жительства в Израиль. Он организовал сеть своих компаний по всему югу Украины и подолгу жил здесь, чтобы поддерживать огонь в разгорающемся костре бизнеса. Дома его ждала жена – подруга детства, дети были взрослыми и уже свили свои гнезда.

Увидев свежую, как спелый персик, зардевшуюся нежным румянцем при встрече с ним девушку, Иосиф Семенович ожил. Он будто в один миг разменял в обменнике свои шестьдесят на два по тридцать. Как молодой жеребец, начал принохливаться и бить копытом вокруг молоденькой практикантки. Через месяц он дал ей должность главного бухгалтера и повез на стажировку в Турцию. Стажировка закончилась беременностью Яны, о чем неопытная девушка сообщила матери, только когда ребенок уже зашевелился. Иосиф Семенович повел себя двойственно. Сначала он очень обрадовался. Стать отцом в шестьдесят с хвостиком льстило его самолюбию. Покоряла и нежная трепетность юной красавицы. Но, с другой стороны, она не была еврейкой, а в его положении это уже было червоточинкой. Дома ждала родная

каждой клеточкой тела жена, пусть и в возрасте, но удобная и комфортная, как разношенная обувь. Да и как смотреть в глаза детям, у которых свои дети были в возрасте Яны?

Поэтому все планы и надежды Риты рухнули. Жениться босс на ее дочери не собирался. Но обещал обеспечить Яне и ребенку достойное существование, если девушка благоразумно будет хранить тайну отцовства.

Рита рвала и метала, ведь ее в этом обеспечении не учитывали. Яна смиренно согласилась. Она не пылала страстью к шефу, ее должность оставалась при ней, позволяя вести безбедное существование и без подачек стареющего любовника. Она расцвела в беременности, словно майская роза, привлекая на свой аромат рой поклонников. Теперь ей хотелось любви, и она мечтала выйти замуж за лучшего из мужчин, то есть за принца на белом коне.

Родился мальчик, большой и красивый. Рита и Яна по очереди несли круглосуточную вахту возле быстро растущего, орущего малыша. Когда малыш в полгодика заболел воспалением легких и температура зашкаливала за сорок, Рита уговорила Яну крестить дитя. Яна сопротивлялась до последнего, ибо Иосиф хотел воспитывать сына в еврейских традициях. Но, как только сын выздоровел, она под натиском матери крестила его. Однако странное дело: сразу после крещения на ребенка обрушилась лавина болезней. Яна жила в страхе за жизнь ребенка, но более всего она боялась, что Иосиф узнает об этом и лишит ребенка светлого израильского бу-

дущего, а ее – нынешнего содержания матери и ребенка.

Мать и дочь надолго пропали из поля моего зрения и пришли на расстановки, когда мальчику шел четвертый год. Ребенок рос резвым, здоровым, смышленным, но не разговаривал. Это и послужило причиной их визита.

Расстановка

Яна и Рита сильно волновались и на вопрос, кто будет заказывать расстановку, хором ответили: «Я». Рита очень изменилась, она стала мягче и гибче, словно сама пережила беременность и рождение ребенка.

Рассказав по очереди всю вышеприведенную историю, они просили меня найти причину молчания ребенка, ибо все бабки – гадалки, экстрасенсы – только несли бред, а врачи разводили руками, не находя физиологических отклонений и причин немоты у мальчика. Это было хорошей новостью, и мы начали расстановку.

Я попросила Яну поставить заместителей себя, отца ребенка и маленького Сени. Мальчик вначале тесно прижимался к матери, а потом как-то внутренне передернулся и перешел к отцу. Мать растерянно смотрела вслед сыну, а отец с любовью обнял ребенка, но при этом все время озирался.

– Я горд своим отцовством, мне дорог сын, но я чувствую себя перед кем-то виноватым. Я переживаю как школьник, чтобы меня не застучали на горячем.

Помня рассказ клиенток, я поставила в расстановку жену

престарелого любовника. Женщина явно имела власть над мужем. Она держалась с достоинством. Жена только глянула в сторону мужа, и он тут же оставил ребенка и пошел по направлению к ней. Если бы у него был хвост, то он бы сейчас преданно им вилял. Заместитель сына в недоумении смотрел вслед удаляющемуся отцу, в глазах заблестели слезы. Заместитель матери сделала шаг к сыну. Тот, не оглядываясь, вздрогнул и сжался.

– Я ее очень люблю, но за ней чувствуется шлейф страха, ожидание какой-то беды. С отцом я в безопасности. Но он ушел, и я теперь в шоке.

Первым моим желанием было поставить заместителя пугающей ситуации, беды, о которой говорил сын. Я посмотрела на клиенток и увидела, что из глаз Риты, всегда так артистично и надменно ухмыляющейся, текли слезы. На мой вопрос, о чем она плачет, женщина ответила, что ей страшно увидеть нечто, чего она не хочет видеть.

– Вы знаете, о чем речь?

– Нет, не уверена, что знаю точно... Но в моей семье, по ощущению, случилось нечто, о чем не принято говорить. Но что именно – это загадка, тайна тайн.

Я тоже была озадачена, хотя уже становилось ясным, что если в семье есть страшная тайна, то ребенок может молчать, наделенный негласным посланием семьи эту тайну скрывать.

Чтобы найти безопасное место для маленького Сени, я вернулась к отцу и его жене. Здесь тоже была тайна. Иосиф

Семенович скрыл от супруги, что имеет сына на стороне, и явно очень боялся быть разоблаченным. Может, нам будет достаточно развязать этот узел, чтобы ребенок заговорил?

Я развернула заместителей мужа и жены лицом друг к другу. До этого они стояли, как влюбленные – рука в руке, плечом к плечу. Но в новой позиции муж скучился, начал переминаться с ноги на ногу и не мог поднять глаз на женщину.

– Мне так стыдно, что я готов провалиться сквозь землю. Она для меня самый дорогой человек на свете, и я перед ней очень виноват, – сказал заместитель мужа.

– Скажи ей об этом, глядя в глаза, – попросила я его.

Волнуясь и запинаясь, он повторил эту фразу уже адресно и вдруг схватился за сердце.

– Наверное, я – стерва, – сказала мне заместительница жены, – но у меня к нему очень нежные чувства. – Мне главное, чтобы он был жив и здоров.

– Печет, больно, – мужчина тяжело задышал и растерянно посмотрел на меня.

– Сойдите с этого места, посмотрите мне в глаза, почувствуйте себя здесь и сейчас, в этом помещении, – я отвела заместителя на два шага назад и вопросительно посмотрела на Яну.

– У него был инфаркт, когда родился Сеня, и с тех пор он не выезжает за пределы Израиля.

На новом месте мужчине стало легче.

– Вы можете продолжить? – спросила я его с надеждой. – Вы – заместитель здорового Иосифа Семеновича.

Заместитель улыбнулся и согласно кивнул.

– Я очень виноват перед тобой, – сказал он жене, – я тебе изменил, но не предал. Ты навсегда останешься моей женой и любимой женщиной. Мне очень жаль, что я причиняю тебе боль. Пожалуйста, прими меня с моими грехами – таким, какой я есть.

Женщина молча смотрела на блудного мужа, но смотрела по-доброму, без тени осуждения.

– Это мой сын, – ободренный доброжелательностью жены, сказал мужчина.

Жена кивнула головой и тихо сказала:

– Это твой сын. Я счастлива, что ты остался со мной и что ты жив.

– Я тебя вижу, – немного погодя, добавила она, глядя на заместителя мальчика. Тот подошел к отцу и взял его за руку.

Всем полегчало. На одну тайну стало меньше. Может быть, для разрешения вопроса о молчании мальчика этого и было достаточно, но меня беспокоила заместительница матери, которая смотрела то на сына, то на его отца чуть не плача.

– Я испытываю чувство вины и сильной неловкости, словно обманула и сына, и этого мужчину.

При этих словах заместитель мальчика спрятался за спину

отца и оттуда опасливо поглядывал на мать.

«Да, – подумала я, – малым мы не обошлись. По-моему, все только начинается». Я посмотрела на Яну. Она сидела пунцовая и как будто вжалась в кресло.

– Яна, ты знаешь, о чем речь?

– Да, я уже немного рассказывала вам. Мы крестили Сенечку, когда он заболел воспалением легких. А Иосиф – ортодоксальный еврей. Он не раз недвусмысленно намекал мне, что будет обеспечивать нас и поставит сына на ноги, если я буду уважать его веру и принципы. И теперь я живу в страхе, что он узнает о крещении мальчика и откажется от него. Я даже крестильный крестик выбросила. Каждый раз, когда говорю с Иосифом или получаю денежные переводы, испытываю невыносимые угрызения совести.

Ее заместительница согласно кивала:

– Да, это именно то, что я чувствую – вину и угрызения совести. А еще я очень злюсь на этого мужчину.

– Скажи ему об этом – сможешь сказать? – спросила я заместительницу Яны.

Та долго силилась, но была не в состоянии даже поднять на мужчину глаза, даже слово вымолвить. Глядя на ее потуги, заместитель сына вышел из-за спины отца, подошел к матери, опустился на землю и обнял ее колени. Я внутренне ахнула. Это было очень символично. Сын молчал из солидарности и любви к матери! Я развернулась в сторону Яны и показала на сценку отношений ее и ее сына.

– Понимаешь, о чем это, Яна?

– Да, – но, помолчав, в отчаянии добавила: – Что же мне делать?

– Я не даю советов. Ты просила в расстановке найти причину молчания ребенка. Мы с заместителями сделали для тебя все, что могли. Принимать решение, как действовать, – это уже твоя задача. Можешь сейчас встать в расстановку на место своего заместителя. Возможно, здесь придет ясность.

Яна посмотрела на меня с сомнением, но в расстановку стала. Голова ее была гордо поднята, руки сжаты в кулаки. Через минуту она стояла, словно парализованная, открывала и закрывала рот, хватала ртом воздух, но так ничего и не сказала, даже не смогла посмотреть в глаза заместителю Иосифа. Заместитель сына сидел у ее ног, и на его лице зеркально отражались все тщетные усилия матери. Мы словно оказались в энергии стоячей воды.

Мне захотелось, чтобы все поскорее завершилось. Так я иногда реагирую на непереносимость некоторых ситуаций. Видно, и меня накрыло это покрывало семейной тайны. Но надо было как-то «выплывать».

Я, как за соломинку, ухватила за сжатые кулаки Яны. Чаще всего это расшифровывается в расстановках как явная или неосознанная злость.

– Яна, когда ты встала на расстановку перед мужчиной, у тебя начали сжиматься кулаки. Попробуй сжать их еще больше и скажи, что тебе хочется сделать.

Женщина растерянно посмотрела на меня, на свои руки, потом на заместителя Иосифа, глаза ее сузились, и она сквозь зубы процедила:

– Я бы его ударила... я бы его убила!

В ее зрачках полыхнула ненависть, лицо ее изменилось. Это была другая женщина. Злости было слишком много, чтобы принадлежать одному человеку. Скорее всего, это было перенятое чувство.

Я подошла к Иосифу и с помощью «каталептической руки» вывела из него мужчину, к которому была обращена эта ошеломляющая ненависть. На это место поставила еще одного заместителя и попросила Яну сказать ему:

– Ты причинил мне много боли. Я злюсь на тебя. Я хочу тебя убить.

Яна выпалила эти слова в гневе, размахивая кулаками. Наброситься на мужчину не позволил сын, сидящий у его ног. Заместитель мужчины вел себя высокомерно, держался рукой за подбородок, словно там была борода, и невозмутимо сказал:

– Все под Богом ходим.

– А теперь посмотри на Иосифа. Ты по-прежнему на него злишься?

– Нет, не злюсь, я испытываю к нему благодарность, но из-за чувства вины я теряю дар речи.

– Тогда скажи ему об этом и еще скажи, что ты его с кем-то путаешь.

Яна перевела несколько раз взгляд с мужчины на Иосифа и обратно, и наконец, сказала Иосифу:

– Я – это я, ты – это ты. Эта злость адресована не тебе. Ее слишком много. Я благодарна тебе за сына, за твою моральную и финансовую поддержку.

И, набрав полную грудь воздуха, Яна выпалила:

– Я тебя обманула! Мне очень обидно... Я окрестила сына. Я боялась за его жизнь.

– Я знаю, – неожиданно даже для самого себя ответил заместитель Иосифа. И по ощущениям это было так, словно одновременно с громом и молнией засияло солнце. – Да, у меня ощущение, что это для меня не новость. Я буду помогать сыну в любом случае. Меня больше беспокоило, что о ребенке узнает жена.

Яна вся прямо засветилась, словно услышала отмену смертного приговора. Она схватила в охапку заместительницу сына и начала кружить ее вокруг себя.

Пользуясь всеобщей эйфорией, я завершила расстановку. Время было позднее, мы быстро разошлись по домам. Маленькая ложка дегтя, ложка сомнения портила в моей душе большую бочку янтарного меда радостного удовлетворения. Что-то было недосказано, не завершено. «Ладно, – успокаивала я сама себя, – все мы люди, и нам далеко до совершенства».

Утром мне позвонила возбужденная и счастливая Яна.

– Он заговорил! Сенечка разговаривал во сне! – кричала в трубку молодая мамочка.

Теперь была моя очередь терять дар речи. Так быстро расстановка такой сложности сработала в моей практике впервые. Яна продолжала свое радостное повествование.

Когда они вернулись с расстановок около полуночи, няня уже уложила мальчика спать. Яна подошла к нему, чтобы поправить одеяльце, обняла ребенка и расплакалась. Мальчик сквозь сон обнял ее за шею и сквозь сон прошептал: «Мама, не плачь».

Осенью я встретила Риту, гуляющую с внуком в Горсаду. К нам подбежал взъерошенный розовощекий мальчик и начал что-то говорить бабушке. Его речь была похожа на азбуку Морзе, состоявшую из прерывистых гласных, стоящих под разным ударением, и двух-трех слов. Звучало это приблизительно так:

– Ба, э-э-э, а-а-а раза, ы-ы у-у-у мне, о-о-е.

Рита согласно улыбнулась, погладила Сенечку по взмокшим от бега кудрям, и он убежал. Перехватив мой недоумевающий взгляд, женщина сказала:

– Дома он почти все говорит, а вот когда приходят гости или при встрече с незнакомыми людьми он говорит, словно шифруется. Когда его шутя спрашиваю, почему он разговаривает, как папуас из племени тумба-юмба, он оглядывается по сторонам и заговорщицки отвечает: «Но ты же сама зна-

ешь, почему, бабуля».

Рита говорила это умиленно, провожая обожающим взглядом несущегося по аллейке парка внука.

— Рита, а вы действительно знаете, почему? Вы согласны, что внук будет разговаривать так до самой пенсии?

Теперь настала очередь Риты недоумевать. Она ошеломленно смотрела на меня, а складки на лбу говорили о нелегких раздумьях.

— Надя, я никогда не воспринимала его ответ всерьез. Считала это нашей с ним игрой. Но сейчас мне пришло в голову, что, как говорится, устами младенца глаголет истина. Наверное, я что-то такое знаю. Бывает такое мучительное чувство, когда хочешь что-то вспомнить, вылавливаешь из памяти проблески знаний, а они ускользают, прячутся от меня. Какой ужас, если я не вспомню! Сенечка будет и дальше говорить загадками, а ведь через год ему в школу! Засмеют ведь, затравят ребенка...

В глазах любящей бабушки полыхало отчаяние, а напряженное выражение лица говорило об ее безуспешном поиске утонувшей в океане подсознания информации.

— Рита, вспомните расстановку, где всплыла злость и ненависть к мужчинам у Яны. Негатива было так много... А это может говорить о том, что чувства эти принадлежат не одной Яне, но и другим женщинам вашего рода. У кого были основания испытывать гнев на мужчин? Какая причина, какие белые пятна существуют в истории вашего рода? Где вы

раньше жили, кто еще из родственников жив и может помочь вам вспомнить забытую информацию? Может, сохранились старые фотографии или документы? Эти знания живут в вас, не дают покоя и держат в плену молчания вашего внука. Рита, в любом случае, вспомните или не вспомните, звоните. Я подумаю, каким образом еще можно помочь Сене.

Мы попрощались. Рита задумчиво кивнула и растерянно оглянулась в поисках шустрого мальчика.

Прошло не более трех дней, как Рита пришла на группу по расстановкам и попросила меня о личной встрече.

– Позавчера мы вызвали батюшку, – глубоко вздохнув, начала женщина свой рассказ, – чтобы он освятил квартиру, которую купил Иосиф для Яны и сына. Кстати, я считаю это результатом расстановки, потому что через несколько дней после нее он позвонил дочери и сказал, что намерен обеспечить их собственным жильем. Когда священник обходил с кадилом все закоулки апартаментов, во мне начало подниматься чувство страха, раздражение. Меня осенило, что я всегда испытываю похожие чувства, когда бываю в церкви. Особенно запах свечей и ладана действуют на меня удушающе. Когда священник размахивал кадилом возле меня, волна ненависти поднялась в моей душе. Помня ваши наставления, я без конца задавала себе вопрос: «Почему?» И вдруг в моей памяти всплыли слова нашей деревенской соседки Клавки, пьяно икающей после застолья у нас в гостях, уже в Одессе:

– Не было бы счастья, да несчастье помогло. Вот растет у тебя девка, кровиночка, а я так и помру нераскупоренная. Хоть бы меня какой поп поимел... Мне было лет семь, я ничего не поняла из этого разговора, но поймала на себе испуганный взгляд мамы. А когда за гостьей захлопнулась дверь, мамка посадила меня перед собой и сказала:

– Ты должна знать, деточка. Все равно, не я, так кто-то другой тебе правду расскажет, да душу изранит. Риточка, детка, я – не твоя мама, я – твоя бабушка. Твоя мама Татьяна умерла, а ты чудом выжила и стала называть меня мамой. Я и не стала тебя отговаривать. А отец твой действительно батюшка в нашей деревенской церкви. Только священники тоже разные бывают.

При этих словах мама, которая оказалась моей бабушкой Ариной, с ненавистью сдернула со стола скатерть, и все, что было на столе, со звоном и грохотом упало на пол. Она отпорила меня за веником, а сама упала головой на стол и рыдалась с такой болью, что у меня кровь стыла в жилах.

Мама, то есть бабушка, умерла, когда мне было одиннадцать лет. Меня на воспитание, а вернее, для работ по хозяйству как батрачку взяла ее бездетная родственница из деревни. Когда я что-то делала не так или говорила невпопад, она замахивалась на меня тем, что попадалось под руку, и шипела: «Поповское отродье». И когда я однажды не выдержала и сделала что-то ей наперекор, сказав, что меня приняли в пионеры, а потом я собираюсь поступать в комсомол, она

избила меня веником до синяков, закрыла в большой холодной комнате и оставила без обеда. Ночью, дрожа от холода, я захотела в туалет и вылезла на улицу через маленькое окно.

На улице было не так зябко, как в доме. Стояла теплая летняя ночь. Я обняла себя за плечи, села на еще теплую от солнца завалинку и задремала. Меня разбудили голоса, доносящиеся из раскрытого окна кухни. Горела керосиновая лампа. Родственница что-то горячо и нервно доказывала своему мужу, жестикулируя и иногда переходя на визг. Тени от ее рук метались по тускло освещенным стенам, отчего сама рассказчица казалась мне чудовищем. Деваться мне было некуда, лезть назад в холодную комнату я не хотела и не могла. Избитое тело обессилело. Я сидела и слушала ее рассказ.

Арина не была красавицей. Тихая, добрая, с длинной косой и лучистым взглядом голубых глаз, она была очень набожной. Молилась, ходила в церковь за три версты. Там и будущего мужа встретила. С Гришей у них была любовь с первого взгляда. Увиделись, полюбились и поженились. Родили девочку Танюшку, мечтали еще о детях, но началась война. Гриша был комсомольцем и одним из первых ушел на фронт добровольцем. Письма, полные любви и тоски по родному дому, приходили вплоть до 1945 года. А в конце войны Арина получила похоронку. Григорий геройски погиб 9 мая на подступах к Праге.

– Зачем к Праге, – не понимала Арина, – ведь у всех война

закончилась в Берлине?

И в душе ее вдруг возникала разрывающая боль и обида на любимого, как будто он сам, по собственной воле и вопреки здравому смыслу, пошел освобождать незнакомых людей в Праге, а свою жену и маленькую дочку оставил на произвол судьбы в своей Ивановке.

Женщина ходила в церковь и, исповедуясь батюшке, говорила о своей тоске-обиде и на погибшего Гришу, и на свою вдовью судьбу, и на Бога, который мужа не уберег, несмотря на ее страстные и непрестанные молитвы.

Батюшка Иннокентий был в годах, маленький, страшненький, но обладал даром прозорливости и предвидения, изгонял бесов, давал каждому свою молитву на исцеление, умел утешить.

Арина всегда уходила из церкви с облегчением и благодарностью, с укрепленной любовью к Богу. Дочку Танюшку тоже к церкви приучала. Они приходили помогать убирать в церкви, пели в церковном хоре.

Но однажды, как гром среди ясного неба, батюшка сделал предложение молодой женщине. Сказал, что она давно любима ему, но главную причину не скрыл. Батюшке сулили приход в большом городе, а при таком раскладе без жены никак.

Арина отказалась, дома долго мылась в баньке, словно хотела смыть с себя что-то липкое и несмываемое. Когда она сидела у хаты с еще мокрыми, рассыпанными по плечам светло-русыми волосами, батюшка заявился к ней до-

мой. После долгих увещеваний и доводов отец Иннокентий, обхватив жидкую бородашку в кулак, вдруг злобно заявил:

– Замуж не пойдешь – и тебя, и твое дитя прокляну!

Ариша зажмурилась и закрыла уши руками. Она знала возможности батюшки, но для нее этот брак был равносильен смерти. Несмотря на то что с момента окончания войны прошло много лет, она продолжала с великой любовью и преданностью вспоминать своего Гришу. Вскоре отца Иннокентия перевели, а на его место поставили молодого попа.

Исполнил ли батюшка свою угрозу или само по воле судьбы так произошло, только молодой поп, не совладав с вожделением, изнасиловал Танюшку прямо перед образами, когда она замешкалась, убирая в церкви. Вскочив на ноги и отряхивая рясу, священник черным вороном стоял над поруганным телом девочки-подростка и грозил пальцем:

– Молчи! Рот откроешь, скажешь кому – опозорю, по миру пушу, ведь ты сама ко мне полезла.

Девочка, пошатываясь, пошла к реке, она хотела утопиться. Перед ее взором стояли лики святых, которые равнодушно взирали на то, что священник сотворил с нею. И не грянул гром, и не ударила молния, и никто не отозвался на ее отчаянный зов. Только запах ладана отравой проникал в ее нос.

Навстречу шла соседка. Тане показалось, что она все знает и хохочет ей вдогонку. Но соседка, взволнованная странным видом и остановившимся взглядом Тани, помчалась к ее матери и сказала, что дочь пошла к реке. По спутанным

волосам и одежде, разорванной и испачканной в крови, кровоподтекам на теле, мать все поняла.

— Кто? — только и спросила она у дочери. — Пусть его Бог накажет!

— Т-с-с-с-с... — Дочь приложила палец к губам. В ее глазах плескались искорки безумия. Она с горечью добавила: — Бога нет, мама.

И мать догадалась, кто поиздевался над ее ребенком.

Арина обняла дочь за плечи и с трудом уговорила ее идти домой. Через три месяца стало ясно, что Таня беременна. Едва успокоившись и смирившись с травмой, она с отвращением смотрела на свой живот, словно внутри нее поселилось исчадие ада. Она перестала есть и пить, вздрагивала, когда мать молилась, ее рвало, когда зажигали лампадку перед образами. Умерла Таня при родах, оставив маме недоношенную девочку. Риточка тихонько плакала и беспомощно взидала на бабушку карими поповскими глазами.

До самой смерти дочь так и не сказала матери, кто отец ребенка. Вопросы об этом вызывали в ней такую жгучую боль и отчаяние, что Арина, боясь, как бы Таня что-нибудь с собой не сотворила, спрашивать перестала. Свою тайну Татьяна унесла с собой в могилу.

Увидев, на кого похожа внучка, и сопоставив свои догадки и поведение Тани, Арина вначале хотела отнести ребенка к отцу и оставить в церкви.

Но пока хоронили Таню, проводили поминки, Арина кор-

мила девочку и привязалась к ней. Она стала говорить всем, что это ее ребенок и вскоре уехала из деревни в большой город. Риточку оформила как свою дочь, отчество дала по мужу – Григорьевна.

Приоткрыв тайну Рите, что не является ее матерью, она не смогла ей рассказать об отце и о тайне ее происхождения.

– Я только сейчас, после нашего разговора с вами, поняла, что тогда, на расстановке, речь шла обо мне. Вернее, я знала где-то там, в глубине души, но не хотела принимать этого. И тайну эту похоронила в своем подсознании. Возможно, и Сеня хранит эту тайну в себе и оттого молчит. Эта тайна может быть связана с поведением внука? – Рита умоляюще посмотрела на меня.

– А как вы чувствуете?

– Чувствую, что связано. Давайте это расставим и освободим мальчика от обета молчания.

Расстановка

Вначале мы поставили заместителей отца и матери Риты – молодого приходского священника и четырнадцатилетнюю девочку. Зная об их судьбе, я внутренне была готова к некому противостоянию, даже борьбе. Но, к моему удивлению и тихой радости Риты, заместительница Татьяны смотрела на своего насильника с нежным обожанием, а он на нее – с восторгом любования, как смотрят на благоухающий цветок.

Возможно, рассказанная Ритой история была выдуманной и недостоверной, – подумалось мне. Но через некоторое время оба заместителя почувствовали некое давление, тошноту и головокружение.

– Я так часто чувствую себя в церкви, – не зная о сути происшедшего, сказала заместительница Тани.

Я поставила заместителя, представляющего церковь. Он некоторое время раскачивался, потом сделал шаг и встал между влюбленно смотрящими друг на друга молодыми людьми.

– Внутри меня появляется досада, и вместо теплых чувств возникает похоть, вожделение, и это сильнее меня, – сказал заместитель отца.

– Молчать! – неожиданно заорал заместитель церкви.

От этого крика у заместительницы Тани подкосились ноги, она упала на колени. Заместитель священника бросился к ней, чтобы поднять. Но вместо этого толкнул ее, и она упала.

– Я теряю человеческий облик, во мне просыпается злость и желание сделать какую-нибудь гадость. Именно потому, что отсюда идут запреты, – он указал рукой на фигуру церкви.

Заместитель церкви, самодовольно потирая руки, захохотал. Таня от стыда за свои чувства к священнику при виде фигуры церкви готова была провалиться сквозь землю.

Я задумалась. Расстановка грозила стать бесконечной, как решение уравнения со многими неизвестными. Я встала в

центр поля среди заместителей и почувствовала, что мое тело ломит и клонит к земле. С трудом передвигая ноги, я вышла за пределы круга и выбрала заместителя на роль Бога.

При виде фигуры Бога, заместитель церкви вытянулся по стойке смирно, как солдат на плацу. Священник спрятался за спину заместителя церкви. Таня распласталась на полу перед фигурой Бога.

– Я чувствую себя очень виноватой, очень низко павшей, так что нет мне прощения.

Заместитель Бога, окинув всех добрым взглядом, строго посмотрел на фигуру церкви:

– Без Бога ты – всего лишь свод церковных законов, устоев и морали. Все это вселяет в людей страх, который убивает божественную любовь.

Заместитель церкви согласно опустил голову и как будто сдулся, потеряв чувство собственной важности. Священник вышел из-за спины фигуры церкви и сказал ей в сердцах:

– Ты так давила на меня, на пружины моей совести, что потом я уже не мог с собой совладать!

Он посмотрел на Таню.

– Мне так жаль. Я погубил тебя и себя. Прости меня!

– Бог простит, – тихо сказала заместительница Татьяны и с мольбой посмотрела в глаза Бога.

– Бог за любовь не наказывает, – сказал, выверяя каждое слово, заместитель Бога, и возложил руки на головы Тани и священника, которые стояли перед ним на коленях, – все

есть только ваш выбор в получении жизненного опыта.

Когда он снял руки с их голов, тяжесть их душ была смыта незримым водопадом чистой энергии. Молодые люди поднялись с колен и спокойно, с уверенностью посмотрели друг на друга. Я ввела в расстановку Риту. Она словно сразу вошла в очищенное светом пространство. Я попросила ее сказать отцу и матери:

– Я благодарю вас за жизнь. Я принимаю ее полностью и ту цену, которую мы с вами заплатили за нее. Я рада таким родителям, как вы. Мне незачем больше молчать и скрывать тайны. Благословите меня быть честной и открытой и передать это дальше дочери и внуку.

Она получила благословение, и все трое обнялись. Я ввела в расстановку бабушку Арину, чтобы расставить все точки над «і». Женщина было разрыдалась, глядя на дочь, но, увидев ее спокойное и счастливое лицо, облегченно вздохнула и прижала Таню к своему сердцу.

– Это твоя дочь, я вырастила ее. Мне жаль, что я скрывала от нее много лет, что не я, а ты – ее родная мать. – Так было лучше тогда для всех нас. Время тайн прошло.

– Позволь ей встать рядом со мной как моей дочери.

– Ты – моя мама, а ты – моя бабушка, которую я называла мамой. Спасибо, что родила меня. Спасибо, что поставила меня на ноги, – обратилась Рита поочередно к маме и к бабушке. Они обнялись.

Я поставила перед ними заместителя маленького Семена.

Женщины благословили его на долгую, счастливую жизнь. Я дала заместителю мальчика стопку книг и попросила мысленно выдохнуть в них все причины своего молчания и семейных тайн и отдать тому, кому это принадлежит, со словами:

– Это принадлежит вам. Я нес это слишком долго в память о вас. Вы большие, я маленький, и для меня это непосильная ноша, а вы справитесь. Вы сильные, и это ваш выбор.

Сеня подошел и, с большой нежностью глядя на прабабушку Таню, положил стопку книг у ее ног. Она подняла ее. К ней подошли священник и Арина и взяли из ее рук по несколько книг. И Рита тоже взяла одну.

– Да, это принадлежит нам, – сказал каждый из них заместителю мальчика, – теперь ты свободен от наших обетов и тайн. Живи, говори и радуйся.

На этой счастливой ноте мы закончили расстановку.

Сегодня Сене шесть лет. Пора, когда его учили говорить, прошла. Теперь его чаще просят помолчать. Мальчик готовится к школе, учит английский и иврит, занимается карате, играет, балуется и радуется жизни, как любой ребенок его возраста.

Тайна в наследство

Трое надёжно хранят секрет, если двое из них в могиле.

Бенджамин Франклин

А у вас есть тайна? Я уверена, что около 70 % читающих эти строки ответят «да». И если вы один(на) из них, тогда вам знакомы чувства и переживания человека – создателя, виновника и носителя тайны. Тогда вам известно раздражающее чувство противоречия между потребностью молчать, скрыть, похоронить свою тайну и желанием освободиться от нее, признаться, открыть. Именно такие переживания испытывает первое поколение – носители тайн. Разные поколения по-разному переживают и по-разному передают свои секреты потомкам. Иногда они уносят свои тайны в могилу, иногда их рассекречивают другие люди или обстоятельства, иногда тайна ударяет с силой ранее закрученной до предела пружины, круша все вокруг.

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.