

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	9
О книге	11
Благодарности	14
Глава 1. Знакомство и диагностика	15
Живая история	15
Люба: история болезни	16
Любино будущее: прогноз	19
О тактике, методах и инструментах	21
Помощь Вселенной	25
Зеркало для Любы	28
Диагноз первый: эгоизм	34
Диагноз второй: эгоцентризм и вампиризм	36
Диагноз третий: сопутствующие заболевания — грязь физическая и астральная	40
Внешняя жизнь — отражение внутреннего мира	46
Глава 2. Аура человека	51
Эфирное тело	51
Как исследуют ауру	55
Голографический двойник	59
Аура как аккумулятор	61
Обмен энергией	64
Поля влияния	68

Кристалльная ясность	72
Аура дома	76
Форма ауры	79
Качество эфирного поля	84
Идеальная аура	89
Связь со Вселенной: верхний и нижний узел	93
Чакры как пункты передачи энергии	96
 Глава 3. Цвета чакр	 99
Диагностика через цвет. Ясновидение	101
Компьютерная диагностика ауры.	105
Отражение ауры в одежде	108
Детство — совершенство энергетики	109
Когда чакры открыты	112
 Первая чакра. КРАСНЫЙ: сила жить	 115
Дефекты красного.	117
Астральный мир	120
Ранения в момент зачатия	124
Исцеление ненависти.	128
Лечение вампиризма	130
 Вторая чакра. ОРАНЖЕВЫЙ: огонь жизни	 133
Очищение сексуальной сферы	135
Уважение неприкосновенности	140
 Третья чакра. ЖЕЛТЫЙ: чувство собственного достоинства.	 143

Оглавление

Чувство собственного достоинства и чувство собственной важности.	145
Комплекс неполноценности.	149
Зависть.	152
Четвертая чakra.	
ЗЕЛЕНЫЙ: цвет сердечной любви.	157
Любовь между мужчиной и женщиной	160
Восстановление сердечного центра	163
Пятая чakra.	
ГОЛУБОЙ: центр самовыражения.	167
Скрытность	167
Разархивация бессознательного	169
Восстановление открытости	172
Болтливость	175
Лживость	178
Тренинг честности	182
Злословие	186
Шестая чakra.	
СИНИЙ: центр мышления.	190
Гениальность	190
Картина мира.	192
Коррекция чакры интеллекта	193
Седьмая чakra.	
ФИОЛЕТОВЫЙ: коронная чakra.	197
Сущности власти	197

Сущность инфантилизма	200
Исцеление ответственностью	203
БЕЛЫЙ: верхний узел	206
Центр связи с Богом.	207
Открытие Бога.	210
ВИШНЕВЫЙ: чакры рода.	218
Материнство Новой эры.	221
ЧЕРНЫЙ: нижний узел.	225
Цвет земли — источник жизни.	225
Праматерия, или изначальная энергия инь.	227
Качество черного — поглощение	229
Цветомузыка души.	232
Восьмая чакра:	
высший сердечный центр	234
Продолжение эволюции человека	234
Розовая чакра Христа	239
Заключение. О физике тонких тел	242
Эпилог	246

ВВЕДЕНИЕ

О ЦВЕТОМУЗЫКЕ ДУШИ

Психология и целительство — это мое любимое дело, призвание, но первой профессией была другая. Когда-то давно я закончила химический факультет МГУ, и мне довелось поучаствовать в одном интересном проекте, который совместно осуществляли биологи и химики. Ученые исследовали фотонные излучения живых природных объектов. На особо чувствительной аппаратуре они улавливали потоки световых частиц, которые излучали, например, живые дрожжи или пророщенная пшеница, и записывали их спектрограммы. Полученная информация выглядела как череда пиков разной высоты и ширины, и было заметно, что в расположении и размерах пиков есть определенные закономерности. Каждый объект выдавал свою, неповторимую картинку волн, характерную только для этой культуры.

Полученный спектр переносили, транспонировали из светового диапазона в звуковой — и получалась последовательность звуков разной громкости и высоты, разделенных паузами в определенном ритме. И это была музыка, мелодия — своя для каждого объекта.

Тогда я впервые услышала музыку живых дрожжей и проростков пшеницы, и это было чудо! Музыка была легкая, радостная, изящная и очень светлая, живая, она поднимала настроение, как восходящий поток. Трудно было поверить, что эту мелодию написал не человек, ее написала сама природа! Это была музыка жизни, и она меня восхитила.

Если музыка простых дрожей была столь прекрасна, то какова же должна быть музыка человеческих существ? Мы ведь тоже излучаем в пространство волны и потоки энергии, например в виде эмоций, которыми наполняем свои слова и дела. Это должна быть не просто музыка, это, наверное, цветомузыкальная феерия, и у каждого она неповторима.

Давно уже я получила свое второе образование, стала психологом, а также вошла в мир эзотерики и тонких энергий. Но тот эксперимент я не забывала все эти годы. Люди, проходящие через мою жизнь, — звучали. Я видела краски аур над их головами. Я слышала обрывки их симфоний. Иногда они бывали прекрасны, удивительны, великолепны, а иногда — ужасны.

Инструмент, на котором мы играем мелодию собственной жизни, — это наше эмоциональное тело, а клавиши на нем — это наши чакры, основных как раз семь, как в октаве пианино, и каждая имеет свой звук и свой цвет.

Однако, в отличие от дрожей и зерен пшеницы, люди страдают, и инструменты их слишком часто бывают разбиты — разочарованиями, обидами, унижением, одиночеством, несправедливостью, болью потерь и предательств. Можно себе представить, какова музыка жизни у этих людей, которую каждый день они играют на своих расстроенных и поломанных инструментах...

Но то, что было сломано, можно восстановить и исправить! Синтез глубинной психологии и знаний об энергетике человека позволяет сделать очень многое, а иногда — сотворить чудеса.

Эта книга — о методах такой работы и об одном таком случае, когда разбитые, исковерканные, разрушенные жизни матери и дочери были исцелены через восстановление их тонких энергетических структур.

О КНИГЕ

Внешнее — это продолжение внутреннего. Внешние неудачи и несчастья — это всегда следствия, их причины нужно искать внутри, в психике человека, и еще глубже — в механизмах, которые нашей психикой управляют. Сбои, дисгармония и хаос, царящие в глубоких слоях подсознания, непременно сделают несчастной и внешнюю жизнь.

Обратное тоже верно: наша внутренняя гармония и совершенство — это причина и источник гармонии и совершенства всего, что нас окружает. Когда исцеляется, развивается и приходит в гармонию наш внутренний мир, исцеляется и сама наша жизнь. А это и здоровье, и благополучие, и успех, и любовь, и счастье, и творчество.

Оказывается, это возможно — изменить свою жизнь, изменив себя. Это реальный опыт уже многих и многих людей.

Для того чтобы починить себя, навести внутри порядок и измениться к лучшему, сначала нужно понять, как устроена личность человека и на чем она основана. Я имею в виду нашу тонкую энергетическую структуру. В мир пришло уже достаточно много знаний, чтобы разобраться, хотя бы в общем, в физике наших тонких тел. Теперь надо понять, какие в ней бывают искажения и поломки, а затем исправить их подходящими методами. Опыт такой работы существует, многие методы уже найдены, о чем и рассказывает эта книга. Здесь представлен итог живого, настоящего опыта исцеления разрушенной личности, это реальная практика и подлинные ее результаты.

Книга в первую очередь предназначена для тех, кто хотел бы изменить свою жизнь, сделать ее счастливой и успешной.

Она также написана для родителей, которые готовы сделать все возможное для того, чтобы помочь своему ребенку стать настоящим — хорошим, умным, талантливым, сильным и счастливым человеком.

Книга обращена и к тем читателям, кто профессионально работает с людьми, — к учителям, воспитателям, психологам, врачам и мастерам духовных практик.

Наш подход — это соединение современной западной психологии, ее лучших нравственно ориентированных достижений с глубокими знаниями об энергетике человека, пришедшими с Востока, известными с древности и обогащенными современными открытиями.

В книге даны самые последние сведения о том, как устроены тонкие тела человека, что представляют собой энергетические центры наших тонких тел — чакры, — на самом современном уровне знаний. В дополнение к традиционной системе семи чакр речь пойдет о чакрах, которые связаны с родовыми энергиями, о чакрах связи с энергиями Земли и Космоса, а также о высшем сердечном центре, еще одной чакре, которая только-только начинает открываться у современных людей и является центром связи с душой.

Из книги вы узнаете о диагностике проблем через цвета чакр и о том, как обычный человек, не имеющий экстрасенсорных способностей, может определить состояние своей энергетики. Здесь вы найдете объяснение, как цвета и светимость наших чакр связаны с цветами одежды, которую мы любим или не любим носить, с теми оттенками, которыми себя окружаем, покупая вещи, украшая свой дом или рабочее место. Также вы поймете, как через эти цвета найти сбои в работе собственной энергетики и исправить эти неполадки.

О книге

Сейчас пришло время знаний для всех, кто готов эти знания принять. Обладая этими знаниями, каждый человек получает возможность исцелить многие повреждения своих тонких тел. Часть этих повреждений и проблем будет уходить прямо в процессе чтения книги, ведь понимание того, как мы устроены, — это действенный инструмент нашей трансформации и развития.

Используя эти методики, читатель сможет самостоятельно пройти большую часть пути к себе — настоящему, целостному и гармоничному.



ГЛАВА I ЗНАКОМСТВО И ДИАГНОСТИКА



ЖИВАЯ ИСТОРИЯ

Книга основана на одной из терапевтических историй, взятой из богатого опыта нашей работы в авторском курсе глубинной и кармической психологии.

Десятилетняя девочка Люба, с которой мы работали в нашем курсе, прямо на глазах стала меняться. Из невыносимого и психологически разрушенного ребенка за несколько месяцев общения она превратилась в нормальное, веселое и задорное существо. Восстановились ее умственные способности, вернулась способность любить, быть нежной и ласковой. Эта работа помогла и ее маме, Татьяне, увидеть те черты своего характера, свои страхи и комплексы, которые мешали ей стать самой собой и разрушали ее ребенка. Тане удалось многое изменить и исправить в собственных привычках и характере.

В итоге разрушенный мир этой маленькой семьи стал возрождаться, и по завершении нашей работы Люба и Татьяна стали спокойными и радостными людьми, успешными и уверенными в себе — более, чем когда-либо раньше. Теперь это счастливые мать и дочь, уважающие и любящие друг друга.

Татьяна дала согласие на использование их истории в нашей книге, Люба тоже не возражала. Они понимали, что их согласие может помочь очень и очень многим людям. Естественно, что имена наших героинь и их родных, а также некоторые обстоятельства их жизни были изменены. Эта история обогащена также опытом работы с другими людьми в похожих ситуациях.

Так радостно писать эту книжку, потому что на реальном жизненном примере видно, как работают знания о том, что такое внутренняя гармония и чистота человеческой души. Когда человек начинает понимать, что от состояния души напрямую зависит его внешняя жизнь, успех и здоровье, отношения с людьми, любовь и счастье, он начинает осознанно исправлять и совершенствовать себя. И в этом творчестве человек становится подобен Создателю.

ЛЮБА: ИСТОРИЯ БОЛЕЗНИ

Когда Люба вошла ко мне впервые, с порога настороженно глянули черные глаза, над которыми высилась неопрятная, когда-то белая, вязаная шапка. Черные волосы, как перья у вороненка, торчали из-под шапки в разные стороны. Это была странная, дикая, неряшливая и невоспитанная девочка. Смущенная мама стояла рядом, стесняясь своего чада.

Люба: история болезни

Люба в свои десять лет была неуравновешенным, психологически разрушенным ребенком, на ней давно уже поставили крест и школа, и воспитатели. Люба вралла, совершала мелкие кражи, отвратительно училась в школе, постоянно ссорилась с матерью и бабушкой, была ленива, груба, завистлива и эгоистична.

Еще она мгновенно пачкала и портила все, что попадало ей в руки. За первые десять минут нашего общения Люба сделала много такого, что заставило бы меня, будь я простой хозяйкой дома, никогда больше не приглашать ее в гости.

Любина мама Татьяна, скромная и печальная женщина, совершенно не справлялась со своей буйной дочерью и вот наконец-то решила обратиться к психологу. Пришли они вовремя: через пару-тройку лет, в возрасте полового созревания, справиться с такими искажениями личности было бы уже почти невозможно.

Стояла поздняя осень. Люба и Таня проехали долгий путь, устали и очень замерзли. Чтобы гости согрелись с дороги, мы решили попить чаю, а я пока наблюдала за моей юной клиенткой.

Люба очень обрадовалась приглашению и с детской непосредственностью ринулась на кухню. Она тут же бросилась открывать все шкафчики, чтобы достать чашки и ложки. Я не возражаю, когда мои гости помогают мне накрыть на стол, и мне даже понравилась Любашина инициативность. А Любе, видно, понравилось быть моей помощницей.

Стол был накрыт, и моя юная гостья сама налила себе чаю. Вот незадача — под Любиной чашкой тут же образовалась большая бурая лужа. Маме стало неловко за дочь, и она потянулась за тряпкой. Я ее остановила — было интересно, какой же выход найдет сама девочка.

Люба увидела свой промах и, ни минуты не раздумывая, поставила сверху тарелку. Лужи стало не видно. Это немало шокировало, однако Любина находчивость начала мне даже нравиться.

Потом Любаша принялась за бублик, облитый сверху шоколадом. Шоколад, конечно же, перепачкал все пальцы — и они были добросовестно облизаны. Протянутую салфетку Люба покрутила в руках и положила рядом — руки ведь были уже почти чистые.

Во время нашей маленькой чайной церемонии мы вели беседу с Татьяной. Правда, нам никак не удавалось заканчивать фразы — Люба тут же вмешивалась в разговор и высказывала свое мнение. Я видела, как Тане было стыдно за свою дочь, как она пыталась одернуть ее, но все мамины замечания проходили мимо Любных ушей. Девочка постоянно перетягивала внимание на себя, она очень хотела, чтобы я говорила только с ней.

За это время тема нашего первого занятия окончательно сложилась, и мы перешли к делу.

Я спросила мою маленькую пациентку:

— Скажи, Люба, а много ли у тебя друзей? И часто ли они приглашают тебя в гости?

Оказалось, что подруг у нее мало, а дома у них она бывает редко. Ее не очень любят приглашать. Люба это чувствует, и ее больно ранит, когда другие девочки предпочитают собираться и проводить время без нее. Люба ревнует и злится и совершенно не понимает, почему они ее не любят. Любе так одиноко, что она уже пытается купить дружбу девочек деньгами и конфетами.

Из предварительной беседы с Татьяной я знала, что деньги Люба берет потихоньку из ее кошелька.

Любино будущее: прогноз

Дети в школе не любят Любу, они унижают, отталкивают и презирают ее, а мальчишки в классе обидно обзывают девочку неприятным словом «помойка».

Школьная учительница солидарна с классом и видит в Любе только негатив, она окончательно и бесповоротно записала Любу в двоечницы. По ее мнению, этот ребенок бесперспективен и отвратителен. Вызывая в школу мать, учительница пугает Татьяну страшными пророчествами о беспутном будущем ее дочери.

ЛЮБИНО БУДУЩЕЕ: ПРОГНОЗ

И вот перед нами развернулась трагедия юного существа, которое с детства обречено быть нелюбимым и нежеланным. Судьбу Любы — такой, какой она пришла ко мне, — уже сейчас нетрудно было предсказать, и ее будущее не вызывало ничего, кроме сострадания. Кого она встретит в жизни? Какие люди будут ее окружать? Наверное, такие же, как и она — неопрятные, ограниченные, неразборчивые, ведь **подобное притягивается к подобному**.

Впереди юность, строительство семьи. Чью любовь придется покупать Любе? Какой ценой? Будет ли она когда-нибудь любима по-настоящему? Разболтанная, невоспитанная, врунья, с ужасным характером, едва ли сможет она привлечь порядочного, верного, честного, мужественного человека.

Быстро пролетят школьные годы, и нужно будет выбирать профессию. Но Люба уже сейчас не способна и не хочет учиться. У нее плохая память, она не может сосредоточиться на уроках и постоянно отвлекается, ей неинтересен ни один предмет. Сможет ли она получить

интересную, творческую профессию? Уже сейчас очевидно, что для нее закрыто большинство возможностей.

А другие дети, ее одноклассники, смогут достичь гораздо большего. И Люба обречена испытывать зависть. Она еще не умеет этого скрывать и пока говорит открыто, как она завидует нашему чистому и уютному дому, моей маленькой внучке, которой так повезло — и с домом, и с бабушкой. Завистливый человек очень скоро начинает ненавидеть окружающих и мстить им — ведь у них есть то, чего у него нет.

А судьба Тани всегда будет переплетена с Любиной судьбой, и мать не сможет быть счастливой, если не будет счастлива ее дочь.

И тем не менее в этом ребенке еще была жива душа! Она не погибла, и она очень страдала — однако искаженная Любина психика провоцировала окружающих оттолкнуть, отторгнуть ее.

Можно было ставить предварительный диагноз. Все внешние признаки указывали на глубокие внутренние поломки, **душевные травмы**, полученные как в раннем детстве, так и в личной кармической истории этого маленького человечка. Эти травмы повредили личность ребенка и почти уже привели к ее разрушению. Сформировалась искаженная, замещающая структура эгоиста со всеми вытекающими последствиями.

*Завистливый человек
очень скоро
начинает ненавидеть
окружающих и мстить
им — ведь у них
есть то, чего у него нет*

Однако я видела: еще есть шанс исправить дело, если немедленно взяться за исцеление личности Любы. Этот шанс давал огонек доброжелательности, который еще не погас в Любиной душе.

О ТАКТИКЕ, МЕТОДАХ И ИНСТРУМЕНТАХ

Программа наших занятий с Таней и Любой стала выстраиваться. Я исходила из генеральной цели — помочь Тане и Любе исцелиться, восстановить и изменить себя настолько, чтобы вместо конфликтов, неприятностей и упадка в их жизнь пришли уверенность, радость и покой.

Мои ученицы поняли, что исцелять свою внешнюю жизнь нужно, начиная со своего внутреннего мира. И вот шаг за шагом мы принялись очищать и восстанавливать их внутренние структуры, разрушенные и поврежденные событиями и людьми. Решая эти задачи, мы продвигались и в исцелении кармических травм, и эти напряженные конгломераты из комплексов — предательства, несправедливости, унижения, отверженности и зависимости — постепенно размывались и ослабляли свою хватку.

Практически это выглядело так. В начале каждого этапа у нас была лекция-беседа о том, как на тонком плане устроена та или иная часть человека или мира, в котором он живет. Затем мы исследовали неполадки и повреждения, которые были в этой части у Любы и у Тани, а после этого принимались за практическую работу — исправление и исцеление найденных повреждений. Работать нужно было параллельно и с матерью, и с дочерью — ведь они были тандемом, единой системой, дуальной парой «тиран — жертва». Перекосы в психике матери-жертвы провоцировали ответные искажения в психике ребенка-тирана, и восстанавливать нужно было всю семью как единое целое.

В процессе работы с моими ученицами то и дело случались инсайты или маленькие озарения: им вдруг становилось ясно, почему в их жизни происходят те или иные неприятности. Их пазл складывался, приходило понимание причинно-следственных связей, и в сознании наступала ясность. Этот процесс высвобождает энергию, прежде связанную обидами, негодованием и негативными мыслями. Настроение моих учениц сразу же повышалось, и им скорее хотелось изменить что-то в их реальной жизни.

Аналитическая работа активирует сознание, приносит ясность и понимание, как действовать. Но этого мало, поскольку чаще всего причины депрессии, лени, страха, ненависти или злости лежат за пределами сознания, в подсознательном пространстве. Чтобы поднять из подсознания давным-давно вытесненные и забытые причины сегодняшних эмоций, мы использовали управляемые медитации — инструмент **курса глубинной психологии**.

Глубинная психология — это наука исцеления личности человека, а следовательно, и его судьбы. В этой науке используются мягкие методы работы с подсознанием, такие как управляемая медитация, гештальт, ребефинг, работа со снами, телесная терапия, арт-терапия. Они позволяют поднять в сознание из глубины психики поза-

бытые и подавленные страхи, осознать ранее неосознаваемые ограничения, ложные убеждения и неверные выводы, сделанные из прошлого жизненного опыта. Это негативные программы, работающие на уровне



*Чаще всего причины
депрессии, лени,
страха, ненависти
или злости лежат
за пределами сознания,
в подсознательном
пространстве*

О тактике, методах и инструментах

подсознания. Они подспудно управляют самочувствием, настроением и мыслями, а значит, словами и поступками и, как следствие, самой судьбой. Неверные убеждения, ограничения и страхи приводят людей в тупик отчаяния, из которого одни уходят в депрессию, а другие — в агрессию.

Осознание, перепросмотр и переосмысление негативных программ с помощью методов глубинной психологии позволяют наконец-то освободиться от их разрушительного влияния.

В результате этой работы Таня и Люба постепенно перестали раздражаться, унывать и злиться, у них стали появляться новые позитивные мысли, желания и чувства. Мои ученицы неустанно работали над собой: они старались жить осознанно, учились действовать по-новому и отпускать старые плохие привычки. Их личности с каждой встречей менялись к лучшему.

Глубинная психология является частью **кармической психологии** и введением в нее. Кардинальное очищение, восстановление и возрождение личности невозможно без представлений о смысле жизни и о своем месте в ней. Все мы и каждый из нас — часть величественного целого, мы разумные частицы разумно устроенной Вселенной, и нам нужно знать ее законы, чтобы быть в гармонии с ней. Это картина мира, где все, что происходит в мире и с человеком, — часть великого процесса творения, в котором дух

*Осознание, перепросмотр
и переосмысление
негативных программ
с помощью методов
глубинной психологии
позволяет наконец-то
освободиться от
их разрушительного
влияния*

*В кармической психологии
принята теория
реинкарнаций,
по которой человек —
это сочетание вечного
начала и временных
оболочек*

человека проходит путь становления, обучения и совершенствования.

Становление духа — это очень трудный, глубокий и длительный процесс, одной жизни для него мало. В кармической психологии принята теория

реинкарнаций, по которой человек — это сочетание вечного начала и временных оболочек. Вечное в человеке проходит свой процесс развития, для этого ему необходимо побывать в самых разных обстоятельствах, родиться много раз в оболочках разных личностей и тел.

Слово «карма» обычно вызывает уныние, ощущение фатальности, неизбежной расплаты за какие-то давно забытые грехи. Однако это очень ограниченное мнение. Карма — это действительно закон причинно-следственной связи, и верно говорят: «Что посеешь, то и пожнешь». Но придумана карма не для наказания, а для воспитания духа человека. Земля — это не исправительная колония, это школа жизни, и, как в любой школе, здесь существует

*Земля — это
не исправительная
колония, это школа
жизни, и, как в любой
школе, здесь существует
программа обучения,
состоящая из конкретных
кармических задач*

программа обучения, состоящая из конкретных кармических задач. Это нравственные задачи, они о справедливости, открытости и доброте, о предательстве и зависти, о ненависти и любви.

Работа с кармой идет через глубокое осознание своих кармических

Помощь Вселенной

задач и поиск их решений. Здесь используются свои, уникальные методики для получения информации о прошлых воплощениях и для очищения всех слоев человеческого существа — сознания, подсознания, тонких тел, включая хроники Акаши, а также родового наследия, полученного от предков через ДНК. Такая работа выше возможностей обычного человека, в ней мы обращаемся к помощи святых подвижников и высшего «я».

В курсе кармической психологии мы также даем знания о невидимом глазу духовном устройстве человека, о его тонких телах и энергетических центрах — чакрах. Эти знания помогают понять, как, чем и почему бывает испорчена, сломана и загрязнена потенциально великолепная система под названием «человек». Эти же знания помогают исправить многие повреждения тонких тел, очистить их и восстановить правильное энергонабжение и здоровый обмен энергией с пространством и между людьми — а значит, исцелить тело, личность, жизнь и судьбу человека.

ПОМОЩЬ ВСЕЛЕННОЙ

Вселенная заинтересована в том, чтобы наше личностное «я» верно решило свои кармические задачи и взрастило свой дух. Нам постоянно предоставляются такие возможности. Однако есть одно ограничение для вмешательства высших сил в наши дела: свобода выбора человека, которая безмерно уважается силами света.

Нам незримо помогают тем, что на каждом шагу жизненного пути предоставляют возможности изменить



Рис. 1. Дорога жизни

свою карму. Дорога жизни (рис. 1) имеет ответвления, маленькие тропинки, отходящие в стороны от основного, очевидного пути. Это те самые возможности, которые могут изменить кармическое будущее.

Эти выборы малозаметны, неочевидны, но они есть всегда, и порой интуиция подсказывает нам свернуть с понятной, найденной дороги на новый, непроторенный путь. Но «здравый смысл», страхи, косные привычки, нежелание думать и обычная лень ведут нас все той же, прежней и очевидной дорогой.

Проще всего идти по той найденной тропе, где мы ходили в своих инкарнациях уже много раз. Трудно решиться поступить необычно, не так, как мы выучили, — боязно исследовать новые возможности. Поэтому будущее человека, который совершает очевидные выборы, можно предсказать очень точно. Эти натеренные веками тропы показаны на линиях ладони, их предсказывают

даты рождения, числа имени и сочетания звезд. Поэтому и в индийском слове «карма», и в русском слове «судьба» так много предопределенности и обреченности.

Но Вселенная предоставляет человеку право и возможность изменить свою судьбу. Мы живем на планете свободного выбора, и эти незаметные, неочевидные выборы возникают перед нами практически каждый день. Особенно много их в молодости, пока человек еще не закоснел в своих привычках. В нашем веке, когда знания и информация доступны каждому, этих выборов больше, чем было когда-либо. Пожалуй, наш век — это время, когда у человека возможности шире, чем когда бы то ни было за всю нашу историю. Можно сказать, что сейчас **мы проживаем самую просветленную из всех своих жизней.**

Выбор существует, однако Вселенная никогда не настаивает на том, чтобы человек свернул с проторенной, известной и предсказуемой дороги. Ведь там, в стороне — малоизвестная, нехоженная тропа. Куда она ведет? К вершине или к пропасти? Может быть, она позволит человеку найти свой звездный путь — но только если он готов рисковать своим покоем, думать, прикладывать усилия, меняться, принимать собственные решения. Это ответственность самого человека.

Наше знакомство с Любиной мамой и было тем шансом, той тропинкой, который позволил этой семье уйти с дороги, ведущей к несчастной жизни. Татьяна воспользовалась этой возможностью, хотя она и не была очевидной.

*Выбор существует,
однако Вселенная никогда
не настаивает на том,
чтобы человек свернул
с проторенной, известной
и предсказуемой дороги.
Ведь там, в стороне —
малоизвестная,
нехоженная тропа*

Я ценю мужество Тани, которая призналась себе, что не справляется с воспитанием буйной и неуправляемой дочки. Таня решилась обратиться за профессиональной помощью, согласилась на затраты времени и сил и привела девочку к психологу. Мы настроились на месяцы напряженной работы.

Я объяснила Тане, что тот возраст, когда дети учатся у взрослых аккуратности, честности, доброте и другим хорошим качествам через подражание, ими уже давно упущен. И теперь, в десять лет, остается возможность поправить дело через длительную и настойчивую психологическую и энергетическую коррекцию. Сейчас, пока психика Любы еще пластична, пока она еще не застыла в ненависти к миру, который ее уже отвергает, действительно можно многое исправить. Можно исправить всю ее судьбу, можно отменить злосчастную плохую карму. Но это возможно лишь при условии большой работы, терпения и решимости всех троих — психолога, Тани и самой Любы.

Я не могла твердо обещать матери, что мы точно сделаем из ее неблагополучной девочки чудесное, умное и воспитанное создание. Я могла сказать лишь одно: давайте попробуем, шансы есть.

ЗЕРКАЛО ДЛЯ ЛЮБЫ

Мы с Любой и Таней выпили наш чай и направились в комнату для занятий. Люба сразу же выбрала самое лучшее, обитое светлым шелком кресло и уселась туда, поджав под себя ноги в несвежих носках.

Мне это не понравилось, и я дала это понять. Мне действительно было жаль мой красивый и уютный мир,

Зеркало для Любы

который так безжалостно разрушала эта девочка. Я помолчала, нахмурилась, глядя на Любины ноги, но она не обратила ни малейшего внимания на мою реакцию.

Может ли психолог взять и исправить характер человека? Нет. На самом-то деле исправляет себя сам человек, другие могут лишь подсказать, направить и помочь. Изменение себя — это добровольный выбор.

Поэтому сначала к человеку должно прийти желание измениться. А для того чтобы захотеть исправить себя, нужно увидеть свои недостатки и признать их, ничего от себя не скрывая.

Я могла помочь Любе в этом нелегком деле и готова была предоставить ей такую возможность — посмотреть на себя глазами других людей. Я была для этой девочки новым, посторонним и уже уважаемым ею человеком, поэтому ей было интересно мое мнение о себе. И я должна была рассказать моей юной ученице, какое впечатление производят ее поступки, ее внешний вид и ее поведение. Это зеркало, в которое она сможет, наконец, посмотреть (рис. 2). Это обратная связь, необходимая для верной оценки себя и своих поступков.

Ребенок познает себя через мнения окружающих его людей. Поэтому отсутствие обратной связи губительно для его воспитания.

Мамы, папы и бабушки подруг, которые приглашали Любу в гости, прекрасно видели, что она разрушает, ломает и пачкает все вокруг себя. Она веселилась и шумела

*Может ли психолог
взять и исправить
характер человека?*

*Нет. На самом-то деле
исправляет себя сам
человек, другие могут
лишь подсказать,
направить и помочь*



Рис. 2. Зеркало для Любы

ла в гостях, нарушая тишину и досаждая хозяевам. После ее визита приходилось убирать, исправлять и чистить вещи в доме. Как благовоспитанные люди, взрослые не делали замечаний гостю, не высказывали своего мнения явно, понятными ребенку словами. Это не принято, ведь люди стараются не обидеть того, кто пришел к ним в дом.

Но в результате Люба так и не смогла понять, почему ее вновь не зовут в гости. Воспитанность взрослых в данном случае оборачивалась лицемерием и играла плохую роль: вежливость хозяев Люба воспринимала как одобрение своих действий по принципу «молчание — знак согласия». В итоге Люба не видела истинной реакции посторонних на свои поступки — а значит, не могла сделать верные выводы! И Люба делала неверные заключения: раз ее, такую замечательную, такую веселую, не пригла-

шают в гости, значит, эти люди жадные и негостеприимные. Люба жила как будто в королевстве кривых зеркал. **Отсутствие обратной связи не давало ей сделать верные выводы.**

Дома все было иначе: Любу все время попрекали и мама, и бабушка, указывая ей на ее промахи. Но она неизменно игнорировала их мнение или отвечала грубостью. «Сама такая», «ты сама виновата», «я не просила меня рожать» — так она отвечала маме на все ее укоры и замечания. Люба всегда защищалась и оправдывала любой свой поступок. Она не хотела признавать своих недостатков. Она не хотела знать, как тяжело с ней окружающим. Любе казалось, что это они нарочно портят ей жизнь, а вовсе не она им.

Люба обвиняла маму и бабушку в том, что они ее не любят. Но ведь и правда, девочка никогда не слышала в свой адрес слов любви и похвалы. Она не получала поощрений, потому что давно уже их не заслуживала. За нелюбовь Люба мстила взрослым своей агрессией и ленью. В ответ она получала еще меньше заботы, от взрослых ей доставались лишь критика, усталость и раздражение. И это был замкнутый круг! Система воспитания в Любиной семье не работала все эти десять лет. Почему? Что же взрослые делали неправильно? Они «лечили» Любу агрессией.

То же самое делала и учительница в школе, критикуя и унижая девочку перед всем классом. Образно говоря, вместо того чтобы помочь Любе увидеть себя, взрослые били ее по лицу этим самым «зеркалом обратной связи».

Когда человека, даже ребенка, называют неряхой, дрянью, тупицей — это не лечит его, а унижает и ранит. Любой нормальный человек на агрессию, моральный удар, давление ответит защитой и даже контрударом.

*Когда человека,
даже ребенка, называют
неряхой, дрянью,
тупицей — это не лечит его,
а унижает и ранит.
Любой нормальный человек
на агрессию, моральный
удар, давление ответит
защитой и даже
контрударом*

Если ребенок и будет слушаться старших как более сильных, то только из страха перед наказанием. Результаты такого воспитания если и будут, то лишь поверхностные, они не изменят человека, не вылечат его душу, а только загонят негатив внутрь.

Для того чтобы человек исправился, нужно чтобы не другие за него, а он сам захотел быть лучше. Нужно разбудить его сердце и разум. Только тогда он будет стараться исправить свои негативные качества. Результаты такой работы окажутся глубокими и длительными.

Так как же дать человеку обратную связь на его плохие поступки, не вызывая ответной агрессии? В психологии существует практика **«я»-сообщений**, когда мы не оцениваем действия другого человека в негативных словах, не вешаем на него презрительные ярлыки, а рассказываем ему, что мы чувствуем в связи с его поступком. «Ты — неряха» — это «ты»-сообщение, и оно вызовет уныние или сопротивление у вашего оппонента. «Мне плохо от того, что ты так делаешь» — это «я»-сообщение, и оно может разбудить человека, помочь ему задуматься.

Важно, чтобы эти слова были пронизаны любовью к вашему оппоненту, важно, чтобы вашей целью было не выплескивание обиды, не наказание обидчика, а исцеление души человека, его лучшее будущее. Это самое главное в «я»-сообщениях.

Работая с Любой, я думала о ее будущем, о том, как помочь ей исправиться. Я понимала, что эта девочка —

Зеркало для Любы

не плохая, просто ее психика разрушена, и она в этом не виновата. Под слоем грязи и дурных привычек я видела в этом ребенке ее жизнерадостность и свежесть, прелесть юности и прекрасный потенциал человечности. Я видела, как она уже привязалась ко мне, как ей хочется общаться с человеком, который впервые был внимателен и ласков с ней. Люба уже была готова сотрудничать со мной в процессе ее исцеления.

Еще Гиппократ, величайший врач древности, говорил, что в болезни встречаются трое — врач, болезнь и сам больной. Тот, на чьей стороне окажется пациент, и выиграет схватку. **Невозможно вытащить человека из его проблем или болезней, когда он сопротивляется, когда сознательно или бессознательно он не хочет выздоравливать.**

В Любе была одна черта, которая привлекла мое внимание, — при всей своей негативности девочка все еще могла быть душевной и любящей. Это застенчивое внутреннее тепло порой неожиданно проглядывало сквозь ее защиты, как луч солнышка через плотные тучи. Это означало, что душа Любы все еще была жива, а значит, наша работа имела и смысл, и основания. Живое человеческое сердце, способность любить, желание жить и быть хорошим человеком — это и есть частица Бога. И я поверила, что эта частица непременно будет бороться за Любу, что она пойдет навстречу мне, моей симпатии к этой девочке, моему собственному божественному началу.



*Под слоем грязи и дурных
привычек я видела
в этом ребенке
ее жизнерадостность
и свежесть, прелесть юности
и прекрасный потенциал
человечности*