
ГОРЕ ОДНОМУ?

Ошо говорил, что одиночество — путь гордых и сильных: «Если ты одинок, значит ты уже дома». Но в этой главе мы будем говорить не об одиночестве как осознанном выборе человека, не об одиночестве отшельника, монаха, не об одиночестве талантливой личности, сконцентрированной на творчестве, не об одиночестве самореализовавшегося или просветленного мастера. Мы рассмотрим вынужденное одиночество человека, стремящегося избавиться от него, найти партнера, создать семью, иметь детей.

Мы все пришли в этот мир по одному. И все уйдем из него в одиночестве. Почему же так много людей, и мужчин, и женщин, страдают от одиночества и мечтают встретить своего суженого, близкого по духу человека, свою любовь? Возможно, создание семьи, рождение ребенка, налаживание гармоничных взаимоотношений с противоположным полом является нашей эволюционной задачей для дальнейшего роста? Может быть, нам просто страшно, скучно, неинтересно жить одним? Не исключено, что правдой является миф о том, что раньше мы были гармоничными частями одного целого, потом нас разделили пополам, и каждый с тоской пытается найти свою половину, свою потерянную часть души, чтобы ощутить полноту жизни.

Не важно, что из перечисленного является истиной. Важно, что многие люди страдают от одиночества и полжизни проводят в поисках любимого, ждут его, мечтают о нем.

За годы расстановочной работы я пришла к неутешительному, но интересному выводу. Все пары, после проведения семейной расстановки в период конфликта, развода или ссор, восстановили свой союз, помирились, сохранили отношения. ВСЕ! И не важно, люди находились в официальных отношениях или это был гражданский брак.

Но только немногие мужчины и женщины, сделавшие расстановку на освобождение от одиночества, на налаживание отношений с противоположным полом, встретили человека своей мечты.

За семь лет на различных обучающих программах, семинарах и терапевтических группах в области семейных расстановок мне сделали не одну расстановку на тему исцеления от одиночества и построения счастливых взаимоотношений с мужчинами лучшие расстановщики с мировым именем. И на основе собственного опыта я определила несколько причин, влияющих на то, почему человек вынужден жить один.

Первую расстановку для меня проводил **Бертольд Ульсамер** семь лет назад. В ходе этой работы всплыли минимум три причины, по которым я живу в одиночестве.

Первой причиной были **незавершенные отношения с предыдущими партнерами** в моей жизни. С моим бывшим мужем, отцом моего ребенка, и женатым мужчиной, с которым у меня были отношения в течение предыдущих 12 лет.

Второй причиной было **повторение жизненного сценария семьи моих родителей**. У папы и мамы были очень нелегкие, жесткие отношения, которые закончились разводом и уходом отца к другой женщине. На подсознательном уровне я всегда ждала, что мой мужчина уйдет, предаст, причинит боль. И так как в моей жизни был опыт только такого сценария, я его и повторяла, вынуждая мужчин следовать моим ожиданиям. «Лучше первой уйду я, чем ты бросишь меня», — такой паттерн поведе-

ния всегда срабатывал во взаимоотношениях с мужчинами. Связь с несвободным мужчиной тоже была обусловлена страхом потери и нежеланием больше переживать ту страшную боль, когда уходит отец, потом муж, потом другие мужчины в моей жизни. Срабатывает изощренная защита. Если он женат, значит, я не могу его потерять, потому что он не мой.

Третья причина в расстановке всплыла в виде **борьбы и противостояния между женщинами и мужчинами рода**. Отец не видел в маме конкретную женщину. Он видел в ней свою мать, бросившую его в детстве, и в ее лице мстил и противостоял всем женщинам, в том числе и нам, его дочерям. Мать тоже не видела в отце конкретного мужчину, мужа. Он воплощал для нее всех представителей мужского пола, тысячами притесняющих права и свободу женщин. В этой расстановке я заняла позицию на одной стороне баррикад с мамой против мужчин.

Вы бы согласились быть мужчиной рядом с такой воинственной женщиной? Вы бы хотели быть объектом постоянной борьбы и тотального противостояния? Нет? Другие мужчины тоже не соглашаются. Поэтому я одна. Осознав те динамики, которые влияют на мою жизнь и судьбу, я стала в присутствии мужчин более внимательно отслеживать свое поведение, реакции, мысли и чувства. Но продолжала оставаться одна.

Я не сдавалась и через время поехала в Москву на семинар по семейным расстановкам к Михаилу Бурняшеву.

Сутки в пути, ночь в гостинице, два дня семинара и моя расстановка, которая длилась 15 минут. Определив из моей истории **прерванное движение любви и, как следствие, отсутствие женской силы**, Михаил поставил в расстановку меня и женщин моего рода. Заместительницу мамы начало крутить, бабушка печально смотрела в пол (она потеряла старшего сына).

— Это мы сейчас трогать не будем, они находятся в своих переплетениях, — сказал Бурняшев, показывая на мать и бабушку, и подвел меня к прабабушке. Она единственная смотрела на меня. Мы обнялись и долго стояли, не в силах оторваться друг от друга. Я чувствовала поток энергии, которая лилась через прабабушку ко мне. Но часть моей души оставалась с мамой и бабушкой, мне их не хватало.

Эта расстановка тоже сделала для меня нечто важное, продвинула вперед. Я начала чувствовать себя более чувствительной, более живой, более открытой. Известный художник попросил меня позировать для его картины, восхищаясь изгибами и сиянием моего тела. Но при появлении мужчин на моем пути я ощущала, что внутри меня все, как и прежде, сжималось, я опускала глаза, будто на них падало забрало незримого металлического шлема. Я будто помещала себя в некий защитный кокон, вакуум. Места мужчине рядом со мной попрежнему не было. Я попросту их боялась.

Два года назад Ошо-терапевт и групп-лидер Бодирей еще раз расставил мою семью. Моей заявкой был все тот же вопрос одиночества, **страх мужчин, ощущение небезопасности в их присутствии**. Мне снова вместе с заместителями в расстановке пришлось пережить тот ужас ужасов ребенка, у которого на глазах отец избивал мать, и отчаяние оттого, что приходилось защищать и мать с сестричкой на руках, и быть раздавленной собственным бессилием.

Женщина, замещающая меня, которую мастер пытался подвести и примирить с отцом, в отчаянии закрывала глаза руками, вся в слезах повторяла: «Я боюсь, папа. Мама, я боюсь». Наконец, обессилив, она упала на ковер без чувств. Мне снова пришлось стать в эпицентр этой боли на свое место и усилием воли завершить процесс примирения с отцом. Но даже стоя в обнимку с папой, который все-таки принял меня, я не могла расслабиться.

Одной рукой я обнимала отца, а другой, как за спасательный круг, держала руку Бодирея. Я осознала это, когда он показал мне синяк на своей руке.

После этой и первой расстановки у меня было чувство проведенной операции — как будто ты спускаешься внутрь себя до самой глубинной раны, до ступка страданий, освобождаешься от него, тебя охватывает чувство колоссального облегчения, даже эйфории. Но проходит время, и ты понимаешь, что устранили только один из блоков, препятствующих любви течь.

Еще через год я прошла сессию психотерапии в Магическом театре Владислава Лебедеко. С помощью работы с внутренней женщиной, внутренним мужчиной, внутренним ребенком, телесно-ориентированных практик и прикосновения к мощи архетипических образов, проявилась и была трансформирована в ресурс **сила, запрещающая мне быть женщиной**. Отец ждал мальчика и был раздосадован рождением девочки.

Говорить о результатах еще рано, действие сессии может раскручиваться в пространстве около года. Но я уже начала видеть результат. Он может кому-то показаться незначительным, кому-то смешным. Но для меня он оказался очень важен: я начала видеть мужчин. Из тумана, из безвоздушного пространства они начали материализовываться в моем окружении. И, что самое интересное, — я тоже становлюсь для них видимой.

Сколько же еще нужно пройти часов психотерапии, расстановок, тренингов, семинаров, личного труда осознания и трансформации, чтобы разобрать все глыбы, буквально завалы стрессов и болезненных переживаний, чтобы докопаться до своей истинной сути, до чистого, первозданного источника любви, доверия, света? Не знаю. Но пока живу — надеюсь.

Как показывает практика семейных расстановок по Берту Хеллингеру, одиночество практически всегда име-

ет под собой причину, лежащую своими корнями в истории нашего прошлого, семьи, нашего рода.

Перечислю еще раз причины, из-за которых человек не может найти партнера и остается одиноким. Или же, повстречав любимого человека, не умеет сохранить отношения, удержаться в них. Или находится в капкане самого печального из одиночеств — одиночества вдвоем.

- Эмоциональный разрыв или эмоциональное неприятие собственных родителей.
- Стресс и разочарование при рождении (ждали ребенка противоположного пола).
- Инфантильность. Чрезмерная эмоциональная привязанность к родителям.
- Парентификации. Замещение родителям их родителей.
- Ранний уход из жизни братьев, сестер, родителей.
- Идентификация с предыдущими партнерами родителей, с которыми поступили несправедливо.
- Перемятые чувства (например, злость на мужчин, обида на женщин).
- Повторение семейного сценария родителей (отвержение, одиночество, развод и т. д.).
- Насилие в семье, в том числе сексуальное.
- Повторение судьбы исключенного, осуждаемого члена семьи.
- Повторение судьбы одиноких родственников.

Этот список далеко не полный. Семейные расстановки помогают нам найти и осознать те явные и тайные динамики нашего рода, которые заставляют нас жить в одиночестве, препятствуют построению семьи, мешают ощутить полноту жизни и радость бытия.

Иногда, чтобы выпутаться из клубка системных переплетений, человеку нужно сделать несколько расстановок,

как в моем случае, а иногда достаточно одной сессии, как у моих клиентов, истории которых можно встретить на страницах моих книг из этой серии, — и жизнь начинается складываться по-другому. Задача расстановок — не изменять людей, их поведение или судьбу, а выявить семейную динамику, обрекающую на одиночество. Когда распутывается переплетение, жизнь наполняется новым смыслом, и изменения начинают происходить самым волшебным образом. Приведу ниже примеры из своей практики.

НАТАЛКА-ПОЛТАВКА

— Вылитая Наталка-Полтавка, — восторженно говорю я, очарованная дивной красотой девушки, пришедшей на прием.

— Меня все так называют. Но зовут меня Марьяна, — сверкая большими черными очами, отвечает девушка мелодичным голосом. Губы, как красные вишни, белая кожа, черная коса перекинута через плечо. Вышитая сорочка обтягивает спелую грудь.

— Не родись красивой, а родись счастливой, — добавляет девушка.

— Красота счастью не помеха. Рассказывай, дорогая.

— Я чувствую себя будто не в своей тарелке. Хочу одно, делаю другое. Люблю горы, лес, Карпаты, а приехала жить в пыльную Одессу. Хочу замуж, детей, вместо этого поступаю в аспирантуру. Мне 27 лет, а у меня еще не было мужчины.

Я внимательно слушаю Марьяну. Мне знаком вкус ее боли. Эта девушка выпила яд одиночества до дна. В конце задаю привычный вопрос:

— Как ты будешь знать, что расстановка сработала?

— Я перестану бояться мужчин и выйду замуж.