

## Олег Георгиевич Гадецкий

### «Свобода и самореализация: трансформация негативных убеждений» 4-ый день семинара

#### Тема: «Корень ограничивающих убеждений»

---

##### Тезисы

1. Ответы на вопросы.
2. Лидерство.
3. Тренинг.
4. Тренинг: поклоны своим учителям – гневу и отчаянию.
5. Корень ограничивающих убеждений.
6. Создаем свою новую реальность.
7. Реализации.

Начнем с вопросов. Что для вас было главным?

Из зала Денис:

*- Клифф Янг победил в области, которая была ему близка. Он всю жизнь бегал за овцами. Как понять, что это именно твой путь?*

Итак, вопрос о том, как найти свой путь или найти свое предназначение? Обычно люди считают подвигом сделать то, что не свойственно их природе. Таково начало эгоизма, которое говорит внутри нас – ты можешь быть тем, кем ты хочешь, в любой сфере жизни. Эгоизм означает своеволие. Каждая кухарка должна учиться управлять государством, говорил В.И. Ленин. Каждому человеку дается определенная природа. Есть природа мужчины, есть природа женщины в самом общем случае. Есть природа руководителя, есть природа преподавателя. Кто-то склонен к физической деятельности, а кто-то лучше всего умеет торговать. И свой путь всегда в рамках той природы, которая мне дана, а не чужой. Поэтому свой путь нужно искать внутри себя, а не вовне. **Взгляд вовне – это взгляд зависти, когда я себя сравниваю с другими людьми.** Насколько они успешны, и я хочу им подражать. Это то, как человек теряет себя. Природа дается человеку изначально. Она может быть не проснулась, и поэтому вы спрашиваете, как найти свой путь. И большинство людей, к сожалению, не проснувшиеся. Их природа не проявилась. Тело мужчины, а мужской природы нет. По телу женщина, но природа не проявлена. Это просто некая оболочка, в которой нет соответствующего содержания. Пустой стакан. Он может быть очень красивый, но если вы хотите пить, вам нужен не пустой стакан, каким бы красивым он ни был. Нас интересует содержимое стакана, когда мы хотим пить. Женщина, мужчина, руководитель, преподаватель – разная природа. Итак, первый ответ: искать нужно внутри себя.

Второй ответ в том, что природа исходит из высшего источника. Каждому дается определенный путь в этом мире. Мы все связаны с Высшим. Поэтому, если в жизни человека нет опыта открытости к Высшему руководству, доверия к нему, ему будет очень сложно найти свой путь, найти самого себя. В самом общем случае, человеку, который не

занимается духовной практикой, будет очень сложно понять кто он такой на самом деле, и чем ему заниматься. Это второй ответ.

Итак, первое – это нужно искать внутри себя, а второе – в этих отношениях с Высшим. Природа проявляется именно в этой связи. Естественно, что есть более практические рекомендации, чем эти два общих принципа. Практические рекомендации состоят в том, что нужно пробовать. Потому, что, когда вы пробуете, исследуете разные виды деятельности, вы почувствуете, где ваше призвание. Вторая рекомендация, - если человек не в ладу со своими эмоциями, не умеет чувствовать себя, не понимает свои потребности, ему тем более будет сложно что-то найти. Если он будет делать, все, о чем я сказал.

**Психологические сценарии искажают способность распознать что-то.** Поэтому нужно прорабатывать, в том числе, и какие-то эмоциональные проблемы. Третье – это общение с другими людьми. Советуйтесь с ними. Иногда другому человеку легче понять нас, чем нам самих себя. Как вам, Денис, такое толкование вашего вопроса? (0:07:43)

*- Все понятно, но зависть к успешным и богатым мешает это принять полностью.*

Поговорим о богатых. Богатство – это большая опасность. Почему? Потому, что это огромная энергия, которая идет в вашу жизнь. Деньги – это не просто бумажки, это энергия вселенной. Представьте. Вы такой слабенький, хиленьки, и вдруг на вас нагрузили штангу в 400 кг. Как вы себя будете чувствовать? Правда, это очень престижно. Готовлюсь поднять эту штангу. **Богатство – это огромная сила вселенной. Нужно иметь квалификацию, чтобы ею пользоваться.** Пожалуй, мы остановимся, иначе семинар уйдет в другую сторону.

Поднимите руку, у кого работа после трех дней семинара продолжалась каждый день? (1/2 зала). Говорится, что **путь самопознания – это работа, с которой вас не могут уволить.** Более того, это радостный путь. Мы стали с вами работать с глубокими механизмами личности. Расскажите, пожалуйста, ваш опыт. Что с вами происходит? Какие трансформации?

Из зала:

*- Я борюсь с гордыней. У меня вопрос. В чем разница между гордыней и принятием испытания, смирением?*

Разница очень простая. Есть тупое терпение, а есть осознанное. Тупое терпение – это, когда вы внутренне не согласны с тем, что у вас есть, но просто тупо, напряженно терпите это. Нужно быть учеником, но это не ученик. **Ученик – это внутренняя позиция, когда у вас есть система ценностей.** Что все приходящее в вашу жизнь – это благоприятно. Почему? Потому, что оно исходит из Высшего источника. И когда есть это убеждение и понимание, как устроена жизнь, что есть Высшее любящее начало, и я Его частичка, что все что дается, дается для моего роста и развития, терпение тогда становится совсем другим. Оно становится мягким, без ненависти. Есть терпение с ненавистью, есть терпение с любовью. Какая разница? Все зависит от того есть в вашем характере эти изначальные убеждения относительно того, как устроен мир, и какие мои взаимоотношения с ним. **Чтобы вы ни делали, занимаетесь ли психологией, духовной практикой, изотерикой, но если нет позиции ученика, вы не получите никаких практических результатов.** Потому, что сама позиция ложная.

Даже терпение. Это хорошее качество, которое прославляется в разных духовных культурах, но это терпение ненависти. Чем больше я терплю, тем более злым я становлюсь к тому, что происходит. Вы замечали это? И в какой-то момент, чем это закончится? Произойдет взрыв, вы сорветесь на ком-то.

Мы в прошлый раз исследовали ограничивающие убеждения в нашем характере, которые привлекают различные препятствия в нашу судьбу. Это, например, рассказ женщины, Ирины, которая послала СМС своему мужу. Я хочу вас спросить, что у вас сейчас происходит?

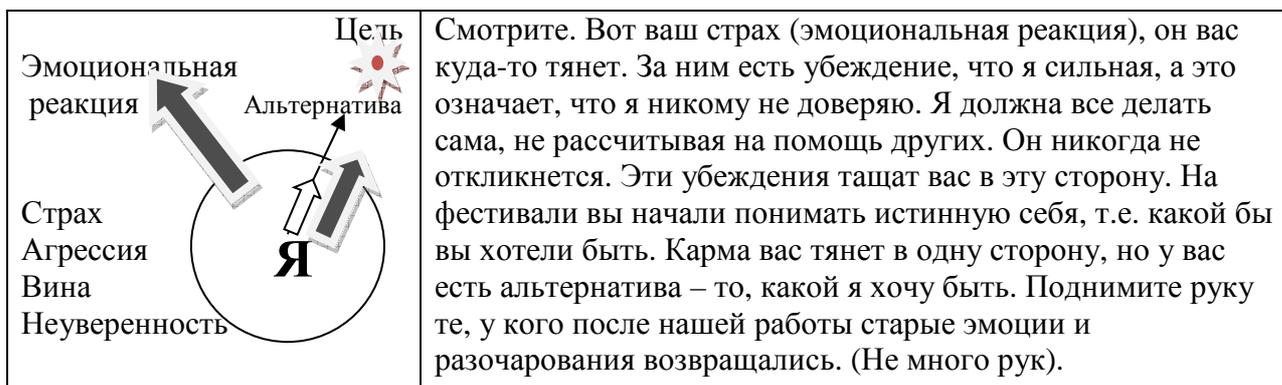
Из зала Ирина:

- После моего выступления тогда ко мне подошли Наташа и Илона и спросили, как я себя чувствую. Я им дорассказала историю своей жизни, и они сказали, что вы же понимаете, что то, чего вы достигли в жизни – это произошло благодаря вашему мужу? Что вы прошли вот это. Да, я хорошо это понимаю. И одна из них сказала: «Ну вот. Теперь пора возвращаться домой, в семью». После этого я позвонила своему мужу, все, что я хотела ему сказать, я сказала, и плакала. Ко мне ночью опять вернулся прежний страх непонимания, но я принимала его, как учителя, и мне кажется, что теперь я на правильном пути.

В чем итог этой ночной работы?

- Я мысленно собрала семью, и появился этот страх. Я пыталась гнать его прочь, говоря, что я сильная. Но потом остановилась и сказала себе, что я не сильная, я смиренная. Я спросила свой страх, чему он меня хочет научить? Ответ был – смирению, и мне стало спокойнее. Сейчас я не ищу повода для обиды, а нахожу то, за что я могу поблагодарить своего мужа.

Я хочу вам показать еще раз то, что мы уже неоднократно рисовали. (См. рис.1)



Послушайте внимательно. Вот эта вот дорога новой реальности требует усилий. Нужно понять, что дорогу старых убеждений, старых эмоций, мы с вами множество раз проезжали. Мы тысячи раз уже проходили по этой тропинке несчастий и страдания. Это означает, что мы ее протоптали в своей психике очень глубоко. Она стала уже наезженной колеей. Это не изменится сразу. Первое, что случается - это то, что случилось с вами здесь, - вы вдруг почувствовали, что новый опыт возможен. В той работе, что вы сделали, вы почувствовали, что что-то может быть иначе, пришло новое ощущение. Мелькнул этот опыт, это первое озарение. Т.е. здесь появилась некая цель (см. рис1), и некое ощущение внутри себя, что я могу быть у этой цели, могу ее достигнуть. **Но нужно понять, что есть**

**еще не пройденный путь, его нужно пройти. Каким образом? Нужно вновь и вновь делать этот выбор свободы, который состоит в том, что всякий раз, когда, Ирина, возникает этот страх, я вспоминаю эту цель.** И я через усилия воли совершаю поступки по направлению к своей цели. Я хочу вас спросить. Какие поступки на пути к своей цели вы будете совершать, даже если этот страх будет достаточно сильным?

Из зала Ирина:

*- Именно об этом я и думала. Что если, когда я приеду, меня не примут или не поймут? Смогу ли я увидеть своего мужа таким, как я вижу его сейчас? Я могла принять, что все нам дается Богом, но не то, что это касается и моего мужа. Это было мне трудно. Я думаю, что буду обнимать своего мужа и дальше объясняться ему в любви.*

Вот это и есть настоящее лидерство. Оно не связано с богатством, с карьерой, с престижем, какими-то внешними возможностями. Лидерство означает выйти за пределы своей кармы, которая тащит меня к страданиям. Лидерство означает путь к счастью и свободе. Человек осознанно встает на этот путь, как бы больно ему не было. Это настоящее лидерство. (0:24:43)

Я хочу вам предложить одну очень интересную модель. Всякий раз, когда вы встречаетесь с какими-то неприятными чувствами в себе или какими-то **ограничивающими вас** обстоятельствами, это возможность для вас стать лучше. Здесь ваша граница, которую вам нужно преодолеть. Лидерство означает идти за пределы этих границ. Вы волшебники. Вы те, кто могут боль, страдания преобразовать в опыт свободы и счастья. У Анны Ахматовой есть прекрасное стихотворение. Вот его последняя строка: «О, знали б вы, с какого сора растут стихи, не ведая стыда». Вот в этом задача человеческой жизни. Мусор, боль, страдания. Все это нужно преобразовать в стихи, в музыку, в мелодию жизни. И вот, случится это или нет зависит от нашего сознания, от нашей готовности быть учеником. Не отвергать этот сор, а преобразовывать его, трансформировать. Давайте мы еще раз пройдемся этой тропинкой, чтобы она у вас надежно осталась. У вас есть желание этого?

Пожалуйста, задумайтесь о каких-то своих ограничениях. Где они? Ограничения – это какие-то ваши эмоции, которые вас беспокоят. Или внешние обстоятельства, которые вас вновь и вновь терзают. Одни и те же обстоятельств. Кому на шведском столе постоянно не хватает чего-то? Поднимите руку. (Мало). А кому этот шведский стол, где мало всего, вызывает чувство гнева, обиды, недовольства? Один человек. Остальные что наелись уже? **Давайте пойдем, что свобода не зависит не от чего. Потому, что свобода – это внутренний выбор.** Потому, что мы живем в реальности, где все, что с нами происходит, развивает нас. Вопрос просто в нашей низкой квалификации преобразовывать из сора, из внешней поверхностной жизни в настоящее. Итак, возьмите, пожалуйста, свои ограничивающие убеждения, но прежде я хочу вам рассказать одну историю. Это история одной участницы этого фестиваля. (0:30:26)

Я с ней достаточно хорошо знаком. Очень искренний человек. Она попросила организовать машину, чтобы ее встретили на аэропорту. Водитель довез, все хорошо. Они приехали сюда ночью, и когда он ее привез, они оставили ее вместе с багажом прямо в гостинице. У нее была уверенность, что будет продолжение, что ее сопроводят дальше, но она осталась одна в фойе. Она приехала вместе подругой, разобралась, где будет жить.

Сделать это ночью было непросто. Это было первое препятствие. Она обеспеченный человек, и никогда в жизни не стояла в очередях. Когда выстроились очереди на мастер-классы, она несколько раз подходила к очереди, но никак не могла встать в конец очереди. Внутренне нарастало возмущение, что она приехала сюда учиться и не может никуда попасть. Ей назначили столик, обещали, что там будет всего несколько человек. Но когда она пришла на обед, там сидело уже четверо. Она спросила девушку. Которая определила ей этот столик, а как я буду есть? Та ответила, что не знаю, так уж получилось. Привела ее к другому столику, где сидело 15 человек. Она подумала, что, когда я в Швейцарию ехжу, я так обычно не обедаю. Она стала есть в другом месте. Когда она пришла сюда в зал и попыталась сесть в первом ряду, ее попросили освободить место. Эти места для самых лучших людей этого фестиваля. Она все эти дни терпела, копила в себе, носила внутри. В конце концов, она позвонила своему мужу, чтобы он купил ей срочно билет. Она не могла здесь больше оставаться. Он обещал. Но на следующее утро выяснилось, что билета ей он не купил. Когда она попыталась в выходной попасть на праздник, она не смогла попасть никуда. Были очереди, записи. Когда утром автобусы развозили всех на различные мероприятия, она увидела этих радостных людей, это была ее критическая точка. Она увидела одного мужчину, ее повлекло в его сторону. Она подошла к нему и стала плакать. Это был Сергей Аваков. Он позвонил мне и спросил, не знаю ли я эту женщину? Она плакала, и Сергей в какой-то момент ее просто обнял. Я спустился к ним. Она успокоилась, мы поговорили. На следующий день она сказала: «Я хочу вам и Сергею сказать. Я поняла, для чего все это было. Я никогда в жизни или, по крайней мере, за последние 15 лет, не признавалась в своей слабости. Когда вы меня обняли, я поняла, что это было то, в чем я больше всего нуждаюсь». У нее раскрылось сердце. Понимаете? Она поняла то направление, в котором ей нужно развиваться. И эта высшая сила судьбы специально создала для нее эту цепочку здесь на фестивале. Даже улететь не позволила, пока опыт не будет освоен. Вот это ученик. **Ученик не обвиняет реальность. Он учится.** Мы нигде с вами просто так не оказываемся. Ни в конце очереди, ни в начале ее. Мы всегда оказываемся там, где есть польза для нашего роста. С кем еще подобное происходит на фестивале? (Немного рук) (0:36:28)

Итак, возьмите сейчас обстоятельства, которые, как бы, вас обступают вас всех сторон, и вам не нравится это. И вот это не нравится, не позволит изменить это положение, потому что есть недовольство, претензия к жизни. Мы с вами учимся параметрам человеческой свободы. Смотрите! Мы с вами мечтаем о каких-то фестивалях, о Швейцариях, где будет комфортно, где мы сможем отдохнуть от жизни. Но у нас не получится это сделать потому, что задача жизни – вести нас, развивать, давить на нас. Слово гуру переводится – тяжелый. Духовный наставник давит на ученика, чтобы тот что-то осознал, осмыслил. Гуру – проводник божественной силы любви, и это давление – это проявление этой любви. Есть ли в вашей жизни наставник или нет, от этого ничего не меняется. Жизнь будет давить на нас, чтобы личность развивалась. Мы возвращаемся к нашим обстоятельствам. Позиция ученика – это позиция свободы. (0:37:45)

Пожалуйста, вспомните ваши ограничивающие обстоятельства, ограничивающие эмоции. Поднимите руку, кто взял это, и вы можете уже работать с этим. (Мало рук). Ну, возьмите

что-то, какие-то негативные чувства, в которых вы застряли. Кто теперь готов? Спасибо!  
Я хочу спросить, кому совсем плохо, и кто хотел бы поработать сейчас?

Из зала Виктория:

Расскажите немного.

- У меня дочь подросток, и я не могу найти с ней общего языка.

Какое чувство у вас возникает внутри?

- Гнев.

Гнев на что?

- На ее непослушание и на мою беспомощность.

Мы с Викторией пройдем небольшой путь внутренней работы. Я прошу вас быть внимательными, и станьте лидерами. **Лидер – это тот, кто принимает жизнь учителя. Лидер – это тот, кто становится учеником. Это тот, кто стремится изменить себя, а не других. Это все – определение лидерства. Лидер – это тот, кто понимает, что всегда и везде действует высшая божественная воля, воля любви. Он открыто доверяет этому руководству.** И именно это, собственно, и является основой, для обладания смелостью работать с собой. Он не боится потому, что он понимает, что все абсолютно безопасно. Что действует именно эта энергия, а ни какая-нибудь другая.

Виктория, я прошу вас сейчас почувствовать вот эти эмоции, этот гнев и бессилие. Расскажите мне, где они у вас в теле?

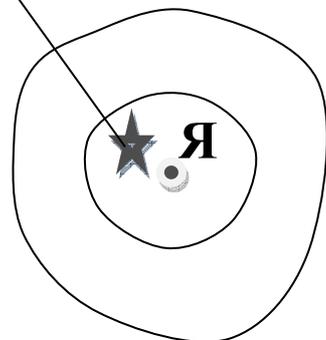
- В животе.

Что это за энергия? Как вы ее чувствуете?

- Это, как нарастающий страх перед своей беспомощностью.

Поднимите руку, кто сейчас контактирует со своими эмоциями. Моя просьба к вам, - мы говорим о принятии. Ученик не отвергает, он просто принимает. Это означает – просто осознавайте это чувство в себе. И чтобы вы понимали, как именно мы с вами работаем, посмотрите на рисунок. Мы рисовали схему, что есть центр личности, душа, которая покрыта двумя оболочками: физическое – грубое тело и тонкое тело. Так вот, эта эмоция какая-то, которую вы сейчас берете, это некий элемент вашего тонкого тела. Страдания здесь сконцентрированы, и чувствуются они где-то в вашем теле, например, в животе.

Эмоция



Что мы с вами делаем сейчас? Когда я вас прошу просто это наблюдать и проживать в себе, я прошу вас забыть, что вы - эта эмоция! И просто вспомнить, что вы душа, которая наблюдает это со стороны.(0:41:19) Одновременно чувствуя эту боль. **Все это проживание есть, но вы не являетесь этим.** Вот о чем идет речь. Это может быть очень больно, наблюдайте, не мешайте, пожалуйста. Потому, что через это наблюдение будет идти процесс исцеления. Виктория! У вас есть это чувство? Оно усиливается или ослабевает?

- Как только включается ум, оно начинает ослабевать потому, что я понимаю, что виновата в этом сама. Но как только я вижу свою дочку, которая грубит мне, оно усиливается.

Я прошу вас сейчас просто принять все, что происходит внутри. Проживайте все чувства,

которые у вас сейчас есть. Они могут меняться. Отстранитесь от контроля, уберите его. Просто доверьтесь процессу. Это то, о чем я прошу вас и всех остальных. Но прежде, чем мы начнем, я прошу вас еще кое-что добавить. **Добавьте открытость и доверие к Высшей силе любви. Найдите эту точку в своем сердце, и попросите мысленно о руководстве и помощи. Сделайте это с полным доверием.** Вы ученик, который доверяет жизни.

Что вы чувствуете, Виктория, когда делаете то, о чем я вас попросил?

- *Я успокаиваюсь.*

Вы сразу замечаете, как этот покой приходит. Но одновременно может быть, что вся эта боль, страх, гнев, отчаяние тоже присутствуют. Может присутствовать обе реальности сразу. Это так сейчас?

- *Да.*

Хорошо. Пусть это доверие к Высшему руководству сохраняется. Теперь я хочу вас попросить, как ученика, который связан с этой Высшей силой любви, мысленно поклониться гневу, отчаянию, как своим учителям. Итак, сохраняя эту связь с Высшим, поклонитесь мысленно. Вы можете одновременно делать это и слушать меня. Что значит поклон? Это означает, что я понимаю, что через эти эмоции мне дается какой-то очень важный урок для моего роста. Я пока не знаю в чем урок, я просто кланяюсь своим учителям, принимая их такими, какие они есть. Что вы чувствуете, когда делаете это?

- *Благодарность.*

Благодарность к чему?

- *К гневу и страху.*

Итак, возникает чувство благодарности. Я прошу вас сейчас просто наблюдать, что происходит. Итак, сохраните умонастроение поклона и доверия к этим учителям. Что сейчас происходит, когда вы делаете это?

- *Я чувствую, для чего они даны мне.*

Для чего?

- *Для того, чтобы убрать мою гордыню и постоянное контролирование, чтобы я научилась доверять.*

Чтобы убрать мою гордыню, желание контролировать, научить меня доверять. Когда эти смыслы естественным образом самим собою раскрываются внутри в виде пониманий, что уроки в этом. Что в этом руководство жизни. Что меня подталкивают развиваться в этом направлении, - осознанно работать с собой, чтобы эти качества раскрывались. Итак, когда эти смыслы сами собой, очень естественно и просто возникают, то что вы чувствуете?

- *Любовь.*

Любовь к чему?

- *Любовь к чувствам, к Высшему, к дочери.*

Вы назвали три личности сейчас. Любовь к чувствам – это любовь к самой себе или принятие себя такой, какая вы есть. А не постоянная попытка сделать из себя что-то. Чем вы занимаетесь всю жизнь. Второе – это Высший источник, от которого вы были закрыты. Потому, что вы всю жизнь контролировали все, держа полный контроль в своем уме, расписывая всю жизнь по целям, задачам. И третья личность – это ваша дочь, которую вы никогда не любили потому, что вы всегда хотели сделать из нее что-то, что вы хотели сделать. Вместо любви вы давали ей требовательность, и вы категорично оценивали то, что она делает. Правильно или неправильно она делает. Как вы слышите мои слова, Виктория? Что вы чувствуете, и что у вас возникает в ответ, когда вы слышите мои слова?

*- Боль и благодарность потому, что это правда.*

Боль и благодарность. Я прошу вас сейчас проживать эти два чувства, боли и благодарности одновременно. Потому, что вы сейчас работаете с самыми главными замками своей личности. Самые большие ограничения, которые у вас есть, они в этой сфере. И вот сейчас идет работа именно в этой сфере. Какое чувство у вас сейчас?

*- Маленькими шагами происходит очищение.*

Что вы чувствуете, когда это очищение происходит?

*- Радость.*

Когда я говорю проживать и принимать, я говорю проживать и принимать не только негативные чувства, но и все то, что появляется. Проживайте так же и это.

Я хочу спросить, кто сейчас находится в таком же глубоком процессе этой эмоциональной работы? Поднимите руку. (Мало рук) Многие, но не все. А где остальные? Вы склонились перед своими учителями или вы забыли это сделать? Будьте внимательны сейчас. Вы просто с Викторией говорим. Но пусть все, о чем мы говорим, проявляется в виде вашего опыта. Виктория, что вы чувствуете сейчас?

*- Радость и успокоение.*

Радость и успокоение от чего?

*- Радость от того, что происходит понимание, и успокоение приходит по той же причине.*

Обратите внимание! Что сейчас происходит?

*- У меня прекратилась борьба внутри.*

Борьба чего с чем?

*- С самой собой. Бесконечной переделки себя.*

Эта та борьба, которая происходит у вас целую жизнь. Непринятие себя, и как следствие – неприятие других. Вы все время хотите сделать что-то из самой себя, и вы все время хотите сделать что-то из других. Вы ожидаете, какими они должны быть, а от Бога вы просто закрыты. Что вы сейчас чувствуете?

*- Что я снова поворачиваюсь к Нему лицом.*

Когда вы это делаете, то с каким чувством вы это делаете?

*- С чувством смирения и благодарности.*

Благодарность за что?

*- За то, что Он никогда не отворачивался от меня.*

Он все время вел вас, давая это давление боли и испытаний, чтобы вы заметили те невыученные уроки, которые вы не хотите учить. Сейчас вы понимаете, что это было давление любви.

Я хочу дать небольшой комментарий к тому, что сейчас произошло. Мы начали с Викторией разбирать ее очень сложные взаимоотношения с ее 15-летней дочерью. Вы могли по голосу Виктории понять, насколько там все болезненно. На внешнем плане ничего не изменилось. Вы заметили, что мы с этим вообще не работали. Мы работали только с внутренним миром Виктории. Куда мы работали? Это были ее какие-то уроки в этой ситуации. И мы работали только с ее уроками и ни с чем иным. Она приняла эти эмоции гнева и отчаяния, между которыми она металась в своих отношениях с дочерью, как своих учителей. Она их приняла, стала проживать их, она им мысленно поклонилась. Вы заметили, что я даже не успел ее об этом попросить? Сами собою раскрылись смыслы

этих уроков. Когда есть ученик, который смиренно склоняется перед жизнью, как учителем, из сердца сами собою раскрываются все эти интуиции, которые дают нам понимание, - что, для чего, зачем, в чем мне нужно развиваться? Это происходит само собою. Это естественный механизм внутреннего развития. И когда сейчас эти смыслы раскрылись, в виде различных переживаний Виктории, в виде различных дополнительных пониманий, о которых мы немного поговорили, Виктория сейчас чувствует полное спокойствие. Знаете что такое спокойствие? **Спокойствие - это свобода.** Ситуация на внешнем плане осталась, но Виктория полностью свободна от нее. **Лидер – это тот, кто выходит за границы эмоций, которые терзают нас.** Лидер – это тот, кто встает на платформу души и начинает работать с этим опытом. Что вы чувствуете сейчас, Виктория? (0:53:05)

- *То, о чем я очень давно мечтала.*

Что именно?

- *Спокойствие, умиротворение и просто любовь.*

Правильно ли я понимаю, что впервые за многие годы вы чувствуете себя по-настоящему?

- *Да.*

И вот это ощущение себя, какие еще чувства у вас вызывает?

- *Надежду. Я буду молиться за свою дочь, чтобы она услышала голос своего сердца.*

Мы с Викторией прожили сейчас очень важный опыт, но на его начальном этапе, когда тому, что было, возникает некая альтернатива. У кого появилось ощущение новой реальности? (Около половины зала) Здесь много лидеров. Это начало. Есть новый опыт внутри и понимание, куда я хочу двигаться, как личность. В чем мне нужно развиваться. Виктория, как вам кажется, что будет вторым шагом?

- *Поступки.*

Верно, но сначала мы кое-что заполним, прежде чем отправимся в эту сферу. **Поступкам предшествуют убеждения.** Т.е. некое понимание того, каким я хочу стать. Некие новые представления о самом/самой себе. И я задаю вам вопрос, - на что вы поменяете свою старую реальность, свои старые убеждения? А скажите, кстати, каких убеждений?

- *Я сильная, я самая умная, я всегда знаю, как правильно поступить, все должны подчиняться мне, я никому не доверяю.*

Что вы чувствует, когда слышите эти слова?

- *Режет слух.*

Но это же ваше убеждение, которое я просто произнес вслух. Вы можете еще что-то добавить к вашим ограничивающим убеждениям или вы их все назвали?

- *Я гордая, я независимая.*

Какое чувство у вас возникает, когда вы проговариваете все эти убеждения.

- *Хочется от них спрятаться.*

Итак, это чувство страха. Правильно ли я понимаю, что и того же самого бессилия, о котором вы говорили?

- *Да.*

Кто сейчас осознал свои ограничивающие убеждения, пока мы разговаривали с Викторией? (Пол зала) Это очень здорово. Ваши руки – это лес надежды, лес настоящей веры. Ученик пришел в этот мир, чтобы меняться и развиваться. Давайте создавать новую реальность. Только я хочу внести один очень важный параметр, которого у нас с вами не было в прошлый раз. **Все дело в том, что все ограничивающие убеждения, которые**

**причиняют нам боль, страдания, и притягивают эти разные ограничивающие обстоятельства судьбы, имеют в своей основе – ЭГОИЗМ или гордыню.** Этот корень питает все ограничивающие убеждения. Вы слышите? Я самая сильная, вы все мне должны подчиняться, я никому не доверяю и т.д. Какой корень всего этого? Задумайтесь. Что питает эгоизм и гордыню? **Когда мы говорим о новых убеждениях, развивающих, открытых к жизни, наполненных счастьем, радостью, мы всегда говорим о том, что эти убеждения рождаются в энергии любви, в энергии связи души и Абсолюта.**

И сейчас я хочу вас всех попросить. Пожалуйста, сейчас мысленно откройтесь к этому опыту доверия к Высшему руководству. Найдите мысленно в себе, в своем сердце это чувство связи, просто почувствуйте эти огромные потоки безусловной любви, которая исходит из Высшего источника. Почувствуйте, что вы открыты к этим потокам любви. Виктория, вы сделали это? Есть сейчас это чувство открытости и доверия?

- Да.

Это опыт души. Опыт эгоизма - это опыт ограниченного тела, а опыт души – это опыт этой связи. Я прошу вас, сохраняя это чувство связи, доверяя полностью Высшему источнику, поразмышлять, какие новые убеждения у вас сейчас рождаются сами собой? К чему вас зовет жизнь, реальность? К каким изменениям, к каким представлениям о самой себе?

- Почему-то первым пришло - женственность.

Как вы это понимаете? Пусть раскрывается этот смысл. Будьте сейчас внимательны все. Я буду задавать разные вопросы, а вы не теряйте эту связь и открытость потому, что **эта энергия будет сейчас творить вашу новую реальность.** Итак, женственность. Что же это для вас?

- Мягкость, доброта, безусловная любовь, безусловное принятие детей, окружающих людей, близких, мужа, ласка, поддержка, готовность их слышать.

Готовность принимать ваших близких такими, какие они есть, слышать, чувствовать их потребности. Это ваша женственность. И когда вы просто о ней говорите, то, что вы чувствуете?

- Я чувствую, что это правильно.

Это огромное чувство, что это правильно. Я прошу вас запоминать этот новый опыт. У кого еще раскрылся этот новый опыт, куда вас зовет жизнь? (Пол зала) Спасибо! Не все. Кто-то еще в земле в виде семян, которые еще только набухают. Новые смыслы еще не появились, но вы разве не чувствуете, что они уже зарождаются? Сейчас все само раскроется, я вас уверяю. Виктория, что вы сейчас чувствуете?

- Спокойствие.

Когда приходит спокойствие в результате этих осмыслений – это всегда очень точный знак, что происходит очень правильное понимание. Итак, вы всю жизнь очень боялись быть женщиной. Не так важно, почему это было. Возможно причина в том, что вы видели унижения своей матери или какая-то другая. С чем связано это? Или вы не хотите об этом говорить? (1:03:15)

- На моих глазах очень часто папа бил маму. Когда они развелись, она должна была быть сильной, чтобы вырастить меня, и я росла с убеждением, что женщина должна быть независимой. Потому, что ее могут выбросить в любой момент.

Это то главное убеждение, с которым вы жили, и которое формировало все те убеждения, которые вы назвали. Это убеждение было основано на вашей огромной боли. Это тот

корень, который создавал все сценарии вашей жизни. Что вы сейчас чувствуете?

- *Страх, но он уже уходит.*

Страх чего?

- *Что я могла прожить в этом состоянии всю свою жизнь.*

В этом смысле очень важно, чтобы у вас была благодарность к Высшей силе любви, которая помогает вам сейчас придти в точку осознания, и помогает вам вести эту работу. Пожалуйста, найдите эту благодарность внутри себя.

Пожалуйста, поднимите руку те, у кого открылись эти болезненные завалы в вашей памяти? (Треть зала). Моя просьба, просто проживайте их, не мешайте. Как ученик, который просто осознает. Смотрите, в этом проживании сама собой будет происходить трансформация, преобразование. Потому, что вы уже наметили эту связь. **Все ограничивающие убеждения возникают на поляне боли, отчаяния, очень жесткого страдания. Это некие неверные выводы, которые делает человек, а потом эти выводы закрепляются внутри, как некие подсознательные убеждения и формируют всю судьбу человека.** История Виктории показывает, как все было неправильно на внешнем плане. Удивительным образом это все нужно было специально создавать. Это был ее урок доверия к мужчине, урок слабости, которую она себе никогда не позволяла. Был другой человек, который отсюда уезжал. Я ей сказал в конце, что очень рад всему тому, что произошло. Потому, что я не хочу быть сентиментальным учителем. Я хочу, чтобы все происходило по-настоящему. Я не хочу создавать процесс, который будет комфортен для человека. Я не создавал для нее эту реальность, в которой она оказалась. **Но моя задача была в том, чтобы просто помочь понять ей эти смыслы.** Хотя у нее эти смыслы раскрылись сами в результате всей той работы, которая здесь происходила. **Мы с вами абсолютно свободны с самого начала, как душа. И все это давление жизни возникает только по одной причине, потому что мы множество раз не принимаем ее руководства, и не хотим принимать те внутренние задачи, те внутренние уроки, которые нам нужно, как душе учить.** Мы вновь и вновь выбираем какой-то свой комфорт, свое представление, как должно быть. В жизни есть боль и страдание, но это не является доказательством отсутствия Бога, как делают многие такой вывод. Более того. Это является прямо противоположным доказательством. Вы никогда не думали об этом? Потому, что наш разговор с Викторией как раз убеждает в том, что Высшая воля любви есть, и Она очень активно действует, посылая, в том числе, в нашу жизнь какие-то трудности и испытания. Я точно знаю, что на таких программах, как этот фестиваль, все обостряется, все оголяется. Почему? Потому, что здесь все очень интенсивно. Будьте внимательны к тому, что происходит. (1:08:05)

Виктория, что сейчас с вами происходит, что вы чувствуете?

- *Благодарность к Богу, к мужу, к отцу и к сыну.*

Это очень все настоящее. Благодарность означает, что вы приняли эту Высшую заботу, которая приходила в вашу жизнь в виде боли. Благодарность – это показатель того, что вы по-настоящему приняли. И это означает, что сейчас вы сможете по-настоящему терпеливо работать над всем этим. Слышите? Не тупо терпеливо, а с доверием и уверенностью, что это верное направление. Вы сказали, что хотите быть женственной и рассказали, что это такое. Там появляются еще какие-то смыслы?

- *Я хочу стать подругой для своей дочери.*

Обратите внимание! Это нечто другое, чем прокурор, который оценивает все, что делает дочь. Что вы чувствуете, когда говорите это?

- *Надежду и тепло.*

А теперь самый главный вопрос. Все остальное было прелюдией к нему. Потому, что наш с вами разговор закончится, и фестиваль закончится, и вы уедите на встречу со своей дочерью. Я хочу сейчас задать вопрос из сферы будущего. Как по-вашему, что это за вопрос?

- *Какие мои действия по отношению к дочери?*

Правильно понимаете. Поднимите руку, у кого возникло такое же понимание, как у Виктории, когда я задал этот вопрос. (Почти весь зал). Я очень счастлив, что вы поняли суть этого процесса. Фестиваль закончится, но настоящая жизнь должна продолжаться. Жизнь ученика. **Ученик – это тот, кто принимает полную ответственность за свою жизнь.** За те изменения, которые придут или не придут. Понимаете? То, что происходит на этом фестивале – это просто первый опыт надежды. Это новое ощущение себя, каким я могу быть. Но очень важно понять, что пока еще есть этот не пройденный путь. Потому, что эти старые эмоции и убеждения, которые врезались в вашу психику, заставляют вас действовать множество раз одним и тем же образом. Есть протоптанная дорога, но не жизни, а смерти. И сейчас через поступки, через новые убеждения, через решимость, которое есть еще одно качество ученика, нам нужно идти дорогой изменений. Вновь и вновь направляя себя на путь альтернативы. Я прошу вас, Виктория, рассказать, какие поступки вы будете совершать, что это за действия? В чем вы проявите этот новый опыт, который вы чувствуете сейчас?

- *Первое, что я сделаю, я поблагодарю ее за табель за 10-й класс, который увижу, когда приеду домой. Я увижу не плохие и хорошие оценка, а ее оценки.*

Я счастлив это слышать потому, что вы сейчас говорите с платформы уважения к дочери и к ее жизни. Я могу быть ее подругой, которая рядом с ней. Но я не могу за нее прожить ее жизнь и заставить ее жить по-моему. Это ее ответственность. Это первое ваше действие. Что еще, Виктория?

- *Она здесь с нами, и я поцелую и обниму ее. Поблагодарю ее за ее терпение, любовь, доброту и поддержку.*

Второе вы сделаете здесь сегодня. Что еще?

- *Я дам ей свободу от своей тирании.*

Как именно вы это сделаете?

- *Я научусь доверять и уважать ее мнение, слышать ее, я хочу научиться ее любить.*

Те, у кого не появилось понимания того, как они будут действовать, испытывают сейчас либо страх, либо гнев. Других препятствий нет. И вот к этим страху и гневу нужно отнестись, как к учителю. Вы не являетесь ими, не отождествляйте себя со страхом и гневом. Склонитесь перед ними, как перед учителем, и задумайтесь, чему он вас обучает. То, что с вами происходит сейчас в этом зале, будет продолжаться целый день. Возможно и ночью, и завтра. Не мешайте этому потому, что мы идем к свободе, и в этом задача человеческой жизни. Есть наши не пройденные пути. Какие еще действия, Виктория?

- *Я постараюсь стать интересной для нее, чтобы ей самой захотелось прийти ко мне с вопросом.*

Это и есть настоящая любовь, когда человек сам стремится ко мне, а не я его принуждаю. Что вы чувствуете, когда говорите обо всех этих действиях?

- *Дрожь и мурашки.*

Это ваш не пройденный путь, который вы сейчас на тонком плане начинаете проходить. Это означает, что в этом не пройденном пути находится воля Бога, которую вы очень долго не принимали. Еще один вопрос вам, и всем остальным. (1:17:37)

Вы сейчас говорили о поступках в сфере отношений с дочерью. Однако, **опыт, который вы получили в результате нашего общения, выходит за пределы отношений с дочерью. Потому, что, то новое представление о себе, которое раскрывалось, завет вас и к разным другим поступкам, в разных других сферах жизни.** Пожалуйста, подумайте, какие и где поступки вы совершите, связанные с этим новым опытом? В каких сферах жизни? Итак, что вам приходит на ум?

*- После семьи, на ум первыми пришли друзья. Я учусь принимать их мнение, но иногда встаю на позицию гордыни и начинаю учить. Помогать им.*

Итак, вы будете учиться в отношениях с друзьями, принимать их мнение и помогать им, а не требовать помощи от них. Это вторая значимая сфера, которая у вас сейчас раскрылась.

Поднимите руку, у кого раскрылось понимание и в других сферах жизни. (Много рук).  
Что еще?

*- Еще я буду чаще видеться с отцом. Он остался один для меня. Я хочу его видеть. Сказать ему о том, что я его люблю, чего я раньше никогда не делала.*

Спасибо за этот подвиг. Это настоящее лидерство, когда человек выходит за пределы боли, ненависти, агрессии и обвинений. Что вы чувствуете, когда думаете об этих своих поступках?

*- Я чувствую тепло и любовь ко всем близким, к своей семье.*

Мы с вами сделали что-то, а дальше - это ваша ответственность. (1:20:50)

Далее выступления из зала. Ирина:

*- Обе ситуации про меня. История девушки, которая улетела, и история с ребенком. Моему сыну 13 лет. Я воспитываю его одна. Проявление доброты и любви к нему часто оборачивается непослушанием. Как совершать правильные поступки на альтернативном пути? Каков критерий их правильности?*

Критерий очень простой, точнее их два. Первый – в результате этих поступков в вашем сердце будет увеличиваться сила любви. Второй – такой же процесс будет происходить у человека, с которым вы взаимодействуете. Это сфера взаимоотношений, и здесь действуют две личности. И если я учу свои уроки, а другой деградирует при этом, то я неправильно учу свои уроки.

*- Он учится, откликается, но это временно.*

Добавьте что-то еще.

*- Что?*

Не знаю, это ваши уроки. Ирина! Я прошу вас, сейчас, откройтесь к этой связи с Высшим. Прямо сейчас. Сделали это?

*- Когда я открываюсь, получается, что я пускаю все на самотек. Я становлюсь наблюдателем.*

Когда я говорю, открыться к Высшему руководству, я говорю о другом, что означает, открыться и начать активно действовать в связи с тем руководством, которое дается. А вы мечетесь между двумя крайностями. В жизни вы очень активный человек, который контролирует все, но периодически вы впадаете в полное бессилие, когда вы отпускаете поводья. Когда я говорю ученик, я имею совсем другое в виду. Вы отпускаете поводья, вы

отказываетесь от контроля, и не учитесь у него. Получается, что вы не сделали того, с чем мы работали здесь. Что вы сейчас поняли?

- *Я догадалась об этих двух крайностях. Но у меня не получается найти середину.*

Середина очень простая, - это чувство любви к сыну. Я прошу вас, как мать найти в своем сердце эту энергию. Любовь означает, что я желаю ему блага. Я хочу, чтобы он рос, как мужчина. Вы сейчас чувствуете это?

- *Я чувствую, но тут же всплывает другая крайность.*

Вы чувствуете эту любовь?

- *Да.*

Я прошу вас сейчас просто чувствовать, а крайности пускай всплывают. Это ваши стереотипы. Я прошу вас просто чувствовать любовь к сыну. Есть это ощущение?

- *Да.*

А вот теперь откройтесь сами к Высшей любви. Сделайте это мысленно. Осознавайте то, что сейчас происходит. Что вы открыты к высшему источнику, и вы являетесь проводником Его любви к вашему сыну. Представьте это. Что вы чувствуете, когда думаете, что вы просто проводник Высшей любви к вашему сыну?

- *Я не должна быть препятствием на пути этой любви, идущей свыше.*

И какие действия возникают сами собой, когда вы продолжаете ощущать эту ситуацию? Как именно вам строить отношения с сыном? Что намечается?

- *Во-первых, слышать его.*

Вы, как женщина, обучаете его быть мужчиной потому, что в отношениях с вами он учится тому, что значит общаться с женщинами. И если женщина слушает мужчину – это означает, что она принимает его авторитет, как лидера. Что вы сейчас чувствуете, когда я сказал это?

- *Это очевидно. Мне самой нужно было бы догадаться.*

Мать обучает сына быть мужчиной, и поэтому она общается с ним, как женщина с мужчиной. Что еще сейчас раскрывается внутри?

- *Мягкость, уступчивость. Но тут же опять всплывают стереотипы. Вдруг я заберу у него детство тем, что он будет выполнять роль партнера со мной по жизни, а не ребенка?*

Из сердца идут ответы. Зачем вы этому мешаете? **Научитесь жить сердцем, которое открыто к Высшему руководству.** Какие еще действия возникают, когда вы сохраняете в себе этот опыт?

- *Учиться терпению и способности принимать его как личность, таким, какой он есть, а вместе с ним и всех окружающих мужчин.*

Спасибо. Все остальное продолжится само, только помните, что есть ваша ответственность за не пройденный путь. (1:30:45)

Ко всем. Что вам дала сегодняшняя работа? Расскажите коротко.

Из зала. Владимир:

- *Я работал со взаимоотношениями с отцом. Отец считает меня не способным на самостоятельные поступки. Я хочу, чтобы он меня принял. Я вспомнил свою первую любовь, когда меня отвергли. Отношения оборвались очень резко.*

В чем итог работы для вас?

- *Не смотря на боль, оставаться самим собой и продолжать.*

Начните это делать прямо здесь, на этом фестивале. Наметьте те действия и поступки, которые вы начнете совершать уже здесь. Что это за действия, что за поступки? Это вы должны сказать самому себе. Опыт должен быть переведен в поступки. Нужно пройти множество раз по этому новому пути, чтобы полностью стереть следы прошлой реальности.

Очень внимательно слушайте друг друга, потому что вы можете услышать что-то очень важное для вас.

Из зала. Евгений.

*- Я работал со своим страхом перед людьми, страхом быть не принятым, страхом совершить ошибку. Я понял причину, которая в том, что я хочу наслаждаться людьми, хочу их внимания и заботы. Казалось, что я хочу им служить, но в действительности я желаю получить от других. Реализация в том, что мои действия должны стать бескорыстными, это должно быть служение. Как это сделать? Я получил два ответа. Но я в них не уверен. Первый ответ – возможно, мне нужно пойти работать с детьми. Может быть с трудными детьми.*

**Я хочу вам сказать, и возможно, это будет полезно для кого-то еще. Не торопитесь выбирать. Поносите эти два ответа. Я вас уверяю, если вы будете это делать без привязанности, без оценки, то ответ наберет силу сам собой. В какой-то момент возникнет очень четкое понимание того, куда идти.**

Мы провели большую работу, и я хочу вам пожелать, чтобы она у вас никогда не заканчивалась. Чтобы вы всегда оставались учениками. Чтобы вы всегда доверяли Высшему руководству и различали в себе эгоизм и любовь. (1:36:34)

КОНЕЦ СЕМИНАРА.

## ЦИТАТЫ

- Свой путь нужно искать внутри себя, а не вовне.
- Взгляд вовне – это взгляд зависти, когда я себя сравниваю с другими людьми.
- Психологические сценарии искажают способность распознать что-то-
- Богатство – это огромная сила вселенной. Нужно иметь квалификацию, чтобы ею пользоваться.
- Путь самопознания – это работа, с которой вас не могут уволить.
- Ученик – это внутренняя позиция, когда у вас есть система ценностей.
- Свобода не зависит не от чего, потому, что свобода – это внутренний выбор.
- Ученик не обвиняет реальность. Он учится.
- Спокойствие - это свобода.
- Лидер – это тот, кто выходит за границы эмоций, которые терзают нас.
- Поступкам предшествуют убеждения.
- Все ограничивающие убеждения, которые причиняют нам боль, страдания, и притягивают эти разные ограничивающие обстоятельства судьбы, имеют в своей основе – ЭГОИЗМ или гордыню.
- Когда мы говорим о новых убеждениях, развивающих, открытых к жизни, наполненных счастьем, радостью, мы всегда говорим о том, что эти убеждения рождаются в энергии любви, в энергии связи души и Абсолюта.

- Все ограничивающие убеждения возникают на поляне боли, отчаяния, очень жесткого страдания. Это некие неверные выводы, которые делает человек, а потом эти выводы закрепляются внутри, как некие подсознательные убеждения и формируют всю судьбу человека.
- Мы с вами абсолютно свободны с самого начала, как душа. И все это давление жизни возникает только по одной причине, потому что мы множество раз не принимаем ее руководства, и не хотим принимать те внутренние задачи, те внутренние уроки, которые нам нужно, как душе учить.
- Ученик – это тот, кто принимает полную ответственность за свою жизнь.
- Научитесь жить сердцем, которое открыто к Высшему руководству.