

Перевод с английского Андрея Степанова (Свами Дева Зака). Статья опубликована в "Osho Times International" в ноябре 1996 года под заголовком "Der Seele einen Schubs geben" ("Чуть-чуть подтолкнуть Душу"). Оригинал перевода: <http://www.kakvas.narod.ru/articles/article1.htm>

---

Использование материалов данного сайта разрешается только в некоммерческих целях, с обязательным указанием авторов, редакторов, переводчиков и ссылкой на [www.constellations.ru](http://www.constellations.ru)

---

## **Свами Аmano Вилфред. Чуть-чуть подтолкнуть душу**

На моем рабочем столе уже несколько дней стоит фотография моего деда, отца моей матери. Это его единственное сохранившееся фото, сделанное, скорее всего, во времена первой мировой войны. За всю свою жизнь я, наверное, никогда не обращал внимания ни на эту маленькую и незаметную фотографию, висевшую в уголке в доме матери, ни на изображенного на ней человека. Я не знал моего деда даже по рассказам, потому что даже моя мать никогда не видела его - он погиб в результате несчастного случая до ее рождения. То, что это фото сейчас находится на моем столе, связано с системной семейной терапией, которую разработал человек по имени Берт Хеллингер.

Будучи саньясином, я никогда не интересовался семейной терапией, даже несмотря на то, что принадлежал к той менее изученной части нашего сообщества, которая живет в "настоящей семье". И хотя это не вполне соответствовало выбранному мною стилю жизни, я все же считал, что семья как форма существования обречена на вымирание. И вдруг однажды я неожиданно наткнулся на книгу Берта Хеллингера "Порядки любви". Это была одна из тех редких книг, которая просто "попадает": читаешь ее и, читая, понимаешь, что все время знал это. Читая ее, как будто смотришь в зеркало, чувствуя, как на тебя проливается подсознательное знание - знание, от которого ты прежде старался держаться подальше, потому что оно заставляло чувствовать себя неудобно и могло разрушить многие верования и убеждения, запрятанные в подсознании. Одним словом, книга, попадающая в цель.

Жизнь начинает действовать сразу же, как только нажата нужная кнопка: на следующий день я совершенно случайно услышал в Институте Ошо Ута в Кельне, что намечается семинар по семейным расстановкам. Я немедленно записался на него, и с тех пор я не расстаюсь с этой темой.

В основу системной семейной терапии легло то наблюдение, что в семьях и родах господствует первоначальный исходный порядок. Этот первоначальный порядок действует системно; это означает, что он выше отдельной личности и не зависит от желаний членов семьи. Человек не может ни изменить этот порядок, ни игнорировать его, ни выйти за пределы его действия. Это, некоторым образом, "порядок любви" (отсюда название книги), некая генетически запечатленная архаическая любовь, связывающая всех членов семьи через поколения независимо от того, что они чувствуют (или думают, что чувствуют) по отношению друг к другу.

Если бы это было чем-то вроде семейной философии или теории, то я, несомненно, решил бы, что это некая консервативная мозговая заморочка. Однако это не так. Берт Хеллингер отвергает все теоретические объяснения, он лишь описывает то, что он обнаружил за многие годы групповой терапии. Если вам доведется наблюдать за его работой, то вы увидите простого мудрого парня, полного любви, который делает только одну вещь: полностью доверяется тому, что открывается в процессе непосредственной работы с клиентами, и не допускает ни малейшего компромисса. Его метод и его результаты так просты и одновременно так убедительны, что для меня они представляют собой революционный шаг в терапии.

Хеллингер пришел из первичной (primal) терапии, занимаясь которой, он обнаружил, что кроме первичных и вторичных чувств, существуют и другие их формы, которые не связаны с личными чувствами данного человека. После долгого исследования он установил, что эти чувства взяты от других. Они происходят от других людей, членов семьи происхождения: братьев и сестер, родителей, дедушек и бабушек, а иногда даже и прадедушек и прабабушек. И не только от тех членов семьи, которых человек знал, но также и от тех, с кем он никогда не встречался, например, из-за того, что они умерли до его рождения, или же вскоре после него. Тем не менее, эти люди присутствуют в семейной системе и оказывают воздействие. И очень часто это воздействие бывает и мрачным, и опасным, приводящим в итоге к таким судьбам, как тяжелые болезни, пагубные зависимости, самоубийства и неожиданные смерти. По оценкам Ма Марги Сне, которая в течение нескольких лет занималась системной терапией, более половины наших обусловленностей имеют не индивидуальное, а системное происхождение, и, следовательно, недоступны для терапевтических техник, основанных на личностном подходе.

То, как происходит этот перенос, является тайной, но то, что он существует, очевидно для любого, кто когда-нибудь участвовал в семейной расстановке. Дело в том, что в этом процессе обычно действуют заместители; тот участник группы, чья история исследуется, выбирает других членов группы на роли себя, своих родителей, родственников и т. д. (семья происхождения) или на роли своих жены (жен), мужа (мужей), возлюбленных, детей (нынешняя семья). Он расставляет их в комнате на те места, которые соответствуют его внутренней картине семьи. Затем сам он садится и наблюдает, что эти заместители говорят и делают. И даже если он не оказывается глубоко затронутым происходящим, то он, по крайней мере, сидит с широко открытым ртом, потому что эти заместители выражают в точности то, что существует в этой семье - будь то явные или скрытые чувства и обусловленности, или же даже симптомы в теле.

Затем терапевт шаг за шагом помогает заместителям прояснить процесс настолько, насколько это важно для участника группы, и, в конце концов, приводит этот процесс к "хорошему решению" с помощью заключительной расстановки семьи, в которой каждый из ее членов чувствует себя хорошо. Это "хорошее самочувствие", обратная связь от участников, является решающим критерием хорошего решения. Таким образом, это решение вытекает не из какого-то теоретического представления о том, что есть правильно, а только из того, что фактически предложено в семейной расстановке и что исходит от людей, которые кроме предоставленной участником основной информации ("Ты моя тетя Мария, которая была старшей сестрой моего отца и была помещена в сумасшедший дом в возрасте 30 лет") ничего о себе не знают. В заключение сам участник группы становится на свое место в семье и впускает в себя новую картину ("правильный порядок"), с тем, чтобы она начала работать в его душе.

И вместе с тем, речь здесь идет скорее не о семье, но больше об отдельном человеке и его переплетении с чем-то, чего он не может понять, пока он смотрит только внутрь себя. Это семья или род, в которых бессознательно и за спинами их членов происходят эти переплетения. Такие процессы, как идентификация ребенка с умершей сестрой-двойняшкой его матери или с бабушкой матери, не могут быть обнаружены традиционными методами терапии. Но именно из-за таких случаев идентификации ребенок не может принять своих родителей как родителей - он ставит себя рядом с матерью (как брат), или выше нее (как отец). Но это неправильное место для ребенка в отношениях со своими родителями: не будучи способен быть ребенком, он не может жить в мире. Внутри он расщеплен между "занятым" им местом и его местом в правильном порядке. Только на этом втором месте он сможет расслабиться.

Этот процесс связан не с подсознательными проекциями, но с любовью, которая

сбилась с пути, и с глубокой потребностью в гармонии, балансе и принадлежности. Вот почему в этом методе терапии необходимо искать любовь. Если обнаружено то место, где любовь действует, и если все члены системы (особенно умершие, забытые и "плохие" (исключенные)) заняли свои места, то решение найдено. Единственное оставшееся затруднение состоит в том, чтобы принять это решение, что на самом деле является серьезным препятствием. Дело в том, что многие предпочитают решению страдание, так как такое принятие требует одновременно и храбрости, и смирения.

Я вспоминаю семейную расстановку, в которой я сначала играл роль правой почки. Участница группы, для которой проводилась эта расстановка, страдала тяжелым заболеванием почек, и хотела узнать что-нибудь о своей болезни, которая, с медицинской точки зрения, была загадкой. Сне, терапевт, заранее решившая отойти от обычного сценария, предложила женщине расставить себя, обе своих почки, борьбу против болезни, принятие болезни, а также некоторые другие факторы, игравшие роль в происходящем. После первого опроса - когда всех участников расстановки спросили, как они себя чувствуют, стало очевидно, что обе почки, также как и другие факторы, на самом деле представляют собой членов семьи. Когда женщину спросили, кого в ее семье представляет правая почка, это стало по-настоящему захватывающим. Это был ее единоутробный брат, о существовании которого (а ей было больше 50 лет) она узнала только несколько недель назад. Во время войны ее мать была изнасилована и забеременела, вследствие чего ее родители поместили ее в монастырь. Она родила сына, но сразу после рождения оставила его в монастыре и не поддерживала с ним связи.

Я был этим сиротой и, хочу сказать, я чувствовал это во всех деталях. Станным образом я ощущал сильную связь с одной из моих единоутробных сестер, с той, которая в расстановке представляла борьбу. Но когда я повернулся к своему отцу, насильнику, который стоял далеко в стороне, на краю расстановки, я немедленно почувствовал сильное влечение. Я захотел подойти к нему, и когда я это сделал, я обнял его и зарыдал. Кем бы и каким бы ни был этот человек, он был моим отцом, к которому я чувствовал непреодолимое стремление. Через связь с ним и признание его как отца я наконец занял свое место в семье. А семья, признав то, что когда-то произошло, и приняв отверженного старшего сына, также пришла в гармонию. Эта женщина, которая все это наблюдала, была глубоко тронута и залилась слезами. Я редко видел такую группу, на которой, без особого вмешательства со стороны терапевта, было бы пролито столько слез. И это, хочу подчеркнуть, происходило с заместителями, игравшими роли.

Этот пример иллюстрирует некоторые основы работы Хеллингера. Во-первых, интенсивность и достоверность, с которыми перенимаются чужие чувства; во-вторых, значимость исключенного члена семьи; и, в-третьих, значимость генетического отца.

Во время расстановок их участник может испытать то, насколько ясно чужие чувства могут ощущаться как свои собственные. Любой, кто стоит на соответствующем месте, ощущает эмоции, а часто и телесные симптомы, принадлежащие тому, кого он представляет. Кто-то, например, может отметить, что чувствует себя застывшим. Участник группы, для которого производится расстановка, может тогда рассказать, что этот член семьи был парализован. Другой участник расстановки чувствует себя как бы в тумане; он узнает, что у него была наркотическая зависимость. Третий неожиданно чувствует ужасную боль с левой стороны головы; его несколько раз ударили ружейным прикладом, от чего он и умер. Иногда чужие и свои чувства перемешиваются; в этом случае расстановка становится катализатором, запускающим собственный процесс ее участника. В любом случае, это замечательное упражнение - идти в чувства, наблюдать и отпускать их. Короче, понимать, что мы не являемся нашими чувствами.

Несмотря на то, что так много глубоких чувств выходят на поверхность, чувства, которые сохраняют отношения, не используются для системной работы. Она ориентируется лишь на факты и события: ранняя или неожиданная смерть, тяжелые болезни, инвалидность, скрываемые или забытые члены семьи, преступления и т. д. Эти или аналогичные события нарушают порядок в системе и, чтобы уравновесить его, последующие поколения "расплачиваются": принимают на себя вину и мщение, или склонны, например, следовать в смерть за теми, кто рано умер. Очень часто здесь кроются причины стремления к смерти или склонности к самоубийству.

Удивительно, насколько, оказывается, для всех сильна роль крови, генетического происхождения! Так, во всех расстановках появляется настоящий отец, и у каждого ребенка есть с ним близкая связь (Хеллингер называет это "первоначальной любовью"), независимо от того, был ли отец хорошим или плохим, заботился ли он о своем ребенке сам, или за него это делал кто-то другой. Отчим никогда не может занять место отца (согласно Хеллингеру, все расстановки показывают, что усыновление или удочерение создают серьезные проблемы). По Хеллингеру значение отца и дар, который он преподносит, всецело определяются актом зачатия. "Все остальное это просто пожертвование", - говорит он. Этот акт не может быть замещен никем и ничем, и поэтому ребенок должен уважать отца (или мать). Это, как и все остальное, следует воспринимать не как мораль, но как понимание, которое появляется благодаря расстановкам.

С другой стороны, все дети, в том числе и абортированные, происходящие от одного отца, принадлежат к его нынешней системе. Таким образом, в некоторых расстановках одинокий родитель может оказаться в довольно большой семье, в которую входят

несколько жен и много детей. Легкомысленное решение об аборте может нанести вред как нынешней системе, так и всем последующим системам. Кроме того, в том, что касается взаимоотношений, важны не чувства, а связь, которая определяется, прежде всего, биологически. Без сексуальных отношений связь не возникает. Если зачатие невозможно, связь также не возникает (например, в том случае, когда один из партнеров стерилизован или бесплоден). Считается, что мимолетные сексуальные отношения не создают связи, но это изменяется, если эти отношения приводят к беременности.

Первый мужчина в жизни женщины (и первая женщина в жизни мужчины) это человек, с которым у нее (у него) устанавливается самая сильная связь. Эта связь, а также важность этого мужчины или этой женщины, не зависят от того, какие чувства испытываются по отношению к этому человеку. Можно любить, не имея связи, но невозможно игнорировать свои связи без последствий. Любовь и связи не следует путать между собой. Любовь к человеку, связь с которым не очень сильная, может быть намного больше. Также, в том случае, когда испытываются негативные чувства, очень важно признать и принять данную связь (с тем, чтобы не исключить данного человека из системы); если этого не сделать, то последующие отношения обязательно будут нарушены. Дети от последующих взаимоотношений, согласно Хеллингеру, обязательно возьмут на себя роль исключенного, изгнанного, забытого, покинутого или умершего партнера, если ему совершенно сознательно не предоставить надлежащее место в системе, и не воздать ему должное как первому. Только так ребенок сможет приобрести самоидентификацию.

Системная семейная терапия поднимает много вопросов, некоторые из которых вызывают дискомфорт. Эти вопросы не только искусно сталкивают нас с некоторыми последствиями наших слишком легкомысленных решений и поступков, но и переворачивают вверх дном некоторые из наших обусловленностей. Для феминистского движения это, должно быть, кошмар, потому что признание ценности мужчины и значимости отца для детей это одна из центральных тем во всех видах отношений, особенно там, где дело касается детей (и их детей). Идеалистов, а также моралистов всех видов, шокирует то, что Хеллингер, в свойственной ему уникальной манере назвал "мудростью плоти". (Однажды Хеллингер, на вопрос отца относительно того, что тот должен ответить своему сыну, который сейчас легко может подсчитать на пальцах, что он был зачат до свадьбы, ответил: "Скажи ему: "Мы не могли больше сдерживаться"".) А саньясины? Я должен признать, что на некоторые из моих саньясинских кнопок нажали довольно сильно, и на некоторые вопросы у меня (пока) нет ответов. По крайней мере, для меня сейчас очень существенно то, что используя подход Хеллингера, можно вскрыть внутренние переплетения. Это может объяснить, почему человек после нескольких лет терапии и медитации по-прежнему чувствует, что снова и снова падает или затягивается в одну и ту же черную дыру. И я одновременно и удивляюсь тому, насколько глубоки семейные связи и как далеко они простираются, и вместе с тем

## Свами Аmano Вилфред. Чуть-чуть подтолкнуть душу.

Автор: Administrator

01.08.2010 14:41 - Обновлено 13.02.2012 16:06

---

абсолютно ясно понимаю, что человек может освободиться от этих сдерживающих связей только тогда, когда он находится в согласии с ними. Слова Ошо: "Мы не острова" верны для наших биологических корней. (Настолько недуховная мысль не приходила мне в голову - я, скорее, имел в виду все человечество, а то и все Существование).

---

Использование материалов данного сайта разрешается только в некоммерческих целях, с обязательным указанием авторов, редакторов, переводчиков и ссылкой на [www.constellations.ru](http://www.constellations.ru)

---