

Магия здоровья

Вы пишете, что все болезни от наших мыслей. Мне тоже сказали, что киста яичника может образоваться от обиды на мужчин и что можно ее вылечить без операции, если простить обидчиков...

Лариса, Москва

Мы вновь говорим о загадочной психосоматике. Сегодня речь про обиды и про то, что от них болит.

От обиды до болезни



ЕВГЕНИЙ САЯПИН
психолог, психоаналитик,
больница Центросоюза РФ,
компания «Мужской консалтинг»

— Нельзя утверждать, что киста яичника образуется только от обиды женщины на мужчин. Представьте удивление хирурга-гинеколога, который впервые сталкивается с таким объяснением и который каждый день принимает кардинальные решения с помощью скальпеля и кровоостанавливающего зажима! Когда женщина попадает в больницу с кистой яичника и ей нужна срочная операция, говорить, что, если она поменяет свои мысли в отношении мужчин, все пройдет, по меньшей мере не серьезно. Но уже в послеоперационный период психолог обязан

провести анализ внутреннего состояния пациентки и показать ей, что женщина сама, своими мыслями и поступками привела себя на больничную койку. Не поменяв мысли, не изменив жизнь, она, вероятно, вновь столкнется с этой болезнью.

Суть в том, что женщина, не принимающая мужчин и жестко формирующая свои непримиримые мысли в отношении них, подвержена такому заболеванию, как кистообразование.

История болезни

Мне приходится работать в больнице с прооперированными по части гинекологии. Эти женщины не могли осознать, почему с ними такое произошло. Приведу пример из своей практики.

Марьяна М. (24 года), диагноз — киста яичника. Родилась и выросла в одной из бывших республик СССР. В Россию семья переехала с началом перестройки. Жесткие требования и установки в воспитании детей в семьях с Кавказа зачастую готовят им в будущем неприятные сюрпризы. Например, родственники говорят, что нельзя иметь сексуальные связи до свадьбы, не всегда при этом объясняя, почему.

Марьяна девственница. Когда ей было 19, ее мама умерла от рака груди. Потеря была тяжелой, об этом девушка до сих пор вспоминает со слезами. Она взвалила на себя заботу о младшем брате и сестре, все домашнее хозяйство. Недавно в жизни Марьяны появился молодой человек, и она хочет с ним строить полноценные отношения. Но страх и ответственность за семью не позволяют ей это сделать. Она уверена, что если выйдет замуж, то отец и брат с сестрой пропадут.

Какой вывод?

Мы провели анализ жизни Марьяны, и она осознала, что привычные установки (обязана быть в семье «тягловой лошадкой») неосознанно привели ее к ти-

Справка

КИСТА — патологическая шарообразная полость в органе с плотными стенками. Киста обычно замкнута, она может быть как доброкачественной, так и злокачественной. Киста сигнализирует о каком-либо огорчении (боли), которое копилось долго.

хой (бессознательной) ненависти к отцу, который перенес на нее свое отношение к женскому полу. Она не могла найти выход из ситуации.

Сначала моей пациентке было трудно осознать и принять психо-

логические рекомендации относительно своего диагноза. Но она интуитивно поняла, что на пути к выздоровлению следует простить и себя, и отца. Практику прощения она выполнила также в отношении мамы, сестры и брата.

То, что долго копила внутри, вытаскивала наружу вместе со страданиями. Ей предстоит трудная и кропотливая внутренняя работа. Чем ей предстоит наполнять себя снова, какими мыслями, словами? Это уже только ее выбор.



Слышала о практике «отпущения обид». Как избавиться от обиды на родителей и чувства вины?
Елена, Москва

– Выстраивать отношения с родителями нам приходится всегда. Даже если семья неполная или родителей уже нет в живых.

Как правило, дочь тянется к отцу, а сын – к матери. То есть на неосознанном уровне ребенок желает получить знания в отношении противоположного пола. Но не многие родители могут объяснить, как надо строить отношения с противоположным полом и для чего это необходимо. Дети вынуждены самостоятельно познавать жизнь (интернет, общение со сверстниками, порнофильмы и т.д.). Ребенок вырастает и начинает чувствовать, что в сложных ситуациях ему не хватает опыта, знаний. И неосознанно начинает обижаться на родителей и на себя.

Но родители, как правило, умирают «в самый неподходящий момент». И у детей остаются недосказанность и все то, что откладывалось на потом (слова благодарности, поддержка). Это состояние подступает комом к горлу. Человек начинает винить себя, не может найти выход, часто прибегая к помощи психоспециалистов.

Не многие понимают и принимают, что обижаются они на ушедшего родителя: что он предал и оставил чадо (независимо от возраста) в одиночестве перед всем миром.

Практика притяжения

Не всегда можно встретиться с человеком и поговорить о том, что вас тревожит. В таких случаях очень

действительна практика притяжения. Представьте человека, к кому вы обращаетесь, например маму, и скажите:

«Дорогая мама, я принимаю тебя такой, какая ты есть (любимой, давшей мне жизнь, хорошей, порой несправедливой и вечно занудливой, лезущей во все мои дела и т.д.). Мама, я принимаю себя в отношении тебя таким, какой я есть (заботливый сын, но иногда забывчивый потребитель, оскорбляющий тебя по пустякам, уважающий тебя за жизненные советы и т.д.). Мама, весь негатив наших отношений, все наши ссоры, скандалы, все то, что я не могу выразить в отношении тебя, свое раздражение и даже ненависть я забираю (на вдохе) и преобразую в ЛЮБОВЬ (на выдохе). Я прощаю се-

бя и тебя за то, что было между нами! Я посылаю тебе свою Любовь!»

В чем смысл практики

Осознайте, что событие уже произошло и его не изменишь. Выразите словами все, что вас беспокоит, а потом создайте вокруг себя позитивные слова, мысли, энергию, сказав слово **ЛЮБОВЬ**. Вы можете не понимать и не чувствовать это, но примите, что в этот момент идет огромная работа ваших сознательных и бессознательных сил. Вы формируете вокруг себя позитивное поле. Независимо от того, живы ваши родители или нет, это надо говорить всегда, когда на ум приходит их образ. Так вы посылаете в мир Любовь.

«ОБИДНЫЕ» БОЛЕЗНИ (таблица знаменитого психолога Луизы Хей)

Проблема	Вероятная причина	Новый подход
КИСТА	Постоянное прокручивание в голове прежних обид. Неправильное развитие.	Я думаю о том, что все идет хорошо. Я люблю себя.
НОВО-ОБРАЗОВАНИЯ	Удержание в душе старых обид. Усиливающееся чувство неприязни.	Я прощаю с легкостью. Я люблю себя и буду награждать себя хвалебными мыслями.
РАК	Глубокая рана. Старинная обида. Великая тайна или горе не дают покоя, пожирают. Сохранение чувства ненависти. «Кому это нужно?»	Я с любовью прощаю и предаю забвению все прошлое. Отныне я заполняю радостью мой собственный мир. Я люблю и одобряю себя.
ТРАВМЫ	Гнев, обращенный на себя. Чувство вины.	Я обращаю мой гнев во благо. Я люблю себя и высоко ценю.

Дорогие читатели, психолог Евгений Саяпин готов ответить на ваши вопросы.

Пишите на адрес psyhomagia@mail.ru

кузькин. **магия** и обереги № 4' 2015

