

Шаблон семейного сценария: как разорвать круг неудач?

Для психолога не новость и довольно обычное дело: дети часто повторяют судьбу родителей, особенно в неполных семьях. Иногда несколько поколений кряду передаются (чаще всего именно по женской линии) стереотипы построения жизни – личные, в первую очередь. Не проводя специальных исследований и не заостряя на этом своего внимания, наблюдала эту картину неоднократно.

В семье одной знакомой произошла такая трагедия: когда девочка была маленькой, ее отец добровольно ушел из жизни. В причины углубляться не будем, да и дело совсем не в этом. Она про это и знать не знала – родственники берегли девочку, и мать переживала все это в одиночку. Прошли годы, девочка выросла, вышла замуж. Первые годы все шло замечательно. Сынишка родился. Вскоре разные житейские причины и сложный период дефолта внесли в семью разлад, муж стал все больше искать забвения на дне бутылки, отношения ухудшались... Супруги решили пожить отдельно. И однажды пришла жуткая весть: в алкогольном бреду муж покончил с собой...

Еще одна история: бабушка растила дочку одна – муж оставил ее, когда девочка только родилась; дочка повторила этот сценарий один в один; а потом эта же ситуация повторилась и в судьбе внучки...

Из этой же серии: три, а то и четыре поколения женщин не могли создать семьи, и их дочери появлялись без штампа в мамином паспорте о наличии официального папы...

Этот список можно продолжать и продолжать. И нет конца повторениям – казалось бы, сколько можно наступать на те грабли, на которые уже наступали многие поколения до нас?

Наши близкие, желая нам добра, предупреждают, стараются так для нас построить жизнь, чтобы мы избежали их ошибок. И получается с точностью до наоборот. Ведь жизнь-то уже сложилась так, как сложилась, а свой опыт кажется единственным – у нас нет возможности проверить, как бы это было при других обстоятельствах...

Существует некий шаблон, который накладывается на поведенческие схемы человека и

заставляет его (чаще всего неосознанно) выбирать именно те обстоятельства, что ведут по кругу семейного сценария (если хотите - кармы). Так случается, что на наше бессознательное воздействует все происходящее с ближайшим значимым окружением, и запоминается в виде схем привычного реагирования – не на уровне осознанных поступков, а как некий уровень вибраций. Ведь уже ни для кого не является секретом, что все мы, как камертоны, издаем определенный уровень частот звучания, и схожие частоты друг друга усиливают. Почему и как это возникает, пока вдаваться в подробности не будем. Заострим внимание на том, КАК выбраться из замкнутого круга, прожив СВОЮ жизнь, а не повторяя ошибки своих родных и близких людей.

Говорят, если бы дети всегда слушались своих родителей, обезьяна до сих пор не слезла бы с дерева... Но мы уже давно не обезьяны, да и были ли? Вырваться из семейного круга неудач можно: не нужно цепляться за своих детей, любимых и близких людей, и дать им возможность прожить свою жизнь, сделать свой выбор, уважать этот выбор. Не нужно пугать возможными негативными вариантами и не ругать в случае неудач. А вот поддержка, если о ней просят, будет в добрую помощь... Любить - а больше и не надо ничего. И не привязываться. Вдумайтесь в это слово - оно ничего общего с любовью не имеет.

Но это все слова, слова. А что же все-таки делать, если кажется, что жизнь идет не так? Способов изменить свою линию жизни великое множество. И какой поможет, подскажет только наше внутреннее Я, а уж кто подскажет ему...

Бывает, что именно ко времени наших проблемных ситуаций появляется книга, в которой вы находите ответ. Или вдруг какой-то семинар, на который почему-то вас влечет. А то вдруг случайная встреча с попутчиком в дороге... Иногда это клочок газеты, попавшийся в самом неожиданном месте; или песня, которая донеслась из пролетевшей мимо машины. Иногда – рекламный плакат, который попал на глаза именно тогда, когда внутри возник вопрос. Или случайная фраза, прозвучавшая рядом с вами, вроде бы и не вам предназначенная... Мир всегда готов к диалогам и дает множество подсказок. Заметить их – вот наша задача. Задать вопрос и ждать ответ. И даже если вдруг забудешь о том, что вопрос задан, если ты готов получить ответ – он непременно придет.

Диалог с Миром – увлекательнейшая игра, участвуя в которой мы можем получить необыкновенный приток энергии, радость и удивление. И вдруг заметно становится, что в жизни начались перемены: сложности уже не напрягают, а принимаются спокойно и с пониманием, что это всего лишь урок, который нам дано пройти, и что после того, как он

Шаблон семейного сценария: как разорвать круг неудач

Автор: admin

26.06.2011 15:39 - Обновлено 01.11.2014 10:30

окажется выученным, ситуация больше не повторится. Внутреннее беспокойство и смута исчезает. Ясность и покой становятся добрыми спутниками, и все вокруг меняется к лучшему...

И понимаешь, что все это – лишь спектакль, и ты тут не актер. Ты режиссер, который все это сам написал, отрепетировал, поставил... А значит, есть возможность проиграть свои сцены еще раз, пусть с другим составом актеров, но и с другим финалом, который ты волен придумать сам, что бы про это не думал. Конечно, есть такие ситуации, которые, кажется, ты не мог себе ни пожелать, ни придумать. Беда с близкими, горе от разлуки навсегда... Но жизнь-то на этом не кончается.

Искать светлый лучик даже там, где его не видно – это возможность увидеть и найти свой добрый и созидательный Путь, вопреки всем бедам и заботам, всем огорчениям и страхам. А что мы ищем – то и находим. Пусть не сразу, но он непременно найдется, появится свет в конце темного тоннеля недоверия к себе и жизни, а потом свет начнет приближаться, а страх и недоверие – таять.

Если, конечно, сможешь поверить. Себе. Миру. Жизни.

Чего от всей души желаю каждому...

Автор - **Аксинья Одинец**

[Источник](#)