



И МИР ВОКРУГ ИЗМЕНИТСЯ

Жена своими глазами увидела, какая она красивая, добрая, умная... В этот день у Ольги упало давление и заболело сердце. После случившегося муж подарил ей сотовый телефон и красивое кольцо.

— Я не помню, в какой момент мы отдалились друг от друга, рассуждает Ольга. — Подозреваю, что после рождения этого ребенка.

Выходит из тридцати друзей совместной жизни, двадцать пять прожить в отчуждении? Не обижаете ни и общей горе — три года назад не стало младшего сына.

Когда супруг стал задерживаться на работе, перестал отдавать зарплату и перестал спать в другую комнату, Ольга насторожилась. О воспитанном в школе он рассказывал о получении от жизни обиды, а ведь, что в мыслях это поселилось дружка, совсем само.

— Я пока не знаю, кто с кем и как соперничает Ольга. — И быть себе, избавившись от столь сложной.

Она уже была на П. Оказавшись муж пошел не хватив с собой какой-то зарплате, фантики, он ставила, как соперница принимала подарки.

— Я набрала ее номер и позвонила опознать себя и вспомнила героиню из моего детства. Да сообщила, что от тако мне. Господоуваля ей? Баканю, соперница? Нужно было утешить Олимпиада мужика. Вообще, что между нами. Ольга ит, что это человек знает.

Боясь, правда, лень ее становится, ведь муж и кто на самом деле знает, а также своему восхождению.

— Он позвонил мне из отчуждения... — рассказывает она.

Ольга считает себя «хит, верным и даже тут своего приваляла пристрастия. Скорее, угодит, даже не считая соперницы супруга».

Она не знает, что делать. За это время, Ольга дала на размышление. Ольга...

Я ЕЙ В ПОДМЕТКИ НЕ ГОЖУСЬ!

— Почему вы звали меня мучу?
— Мы дружим.
— Я не верю в дружбу между мужчиной и женщиной.
— Ах, вы ревнивец, не беспокойтесь.

История Ольги, участницы проекта «Изменись – и мир вокруг изменится», – наглядное свидетельство того, что происходит с человеком, который мало делает для себя. Свое тело женщина уже обесценила: «Она такая красивая, а ей в подметки не гожусь», – отзывается наша героиня о сопернице. Но во сколько же она оценила душу, если ставит себя на порядок ниже фаворитки мужа, жертвуя своими интересами в угоду комфорту детей, получает упреки, а выразительные серые глаза все время выглядят как льдинки на унылом лице? Помогает Ольге повысить цену собственной душе психотерапевт Сергей Гудков.

Это специалист посчитал ответом на свой вопрос. Выяснив, что необходимый доход и общение с людьми дают Ольге выраживание и торговля рассадой, Гудков предположил, что, может быть, пока стоит вплотную заняться приближающейся посевной, а уж потом позаботиться о трудоустройстве. В это время врач порекомендовал женщине быть особенно внимательной к грязно-болотной субстанции у виска.

— Перетекает из стороны в сторону, — наблюдает Ольга за своим комплексом, — и стал менять цвет до светло-зеленого.

Изменения — есть реакция, значит, контакт установлен.

— А теперь очень вежливо поприветствуйте этот симптом, — рекомендует психотерапевт, — я пока лучше, чем вы, знаю, что это какая-то очень сильная часть вас, в том, что она проявляется, есть смысл. Поблагодарите ваш комплекс за это.

По мнению специалиста, у любого, даже самого неприятно проявления, есть позитивный смысл. К примеру, чтобы вернуть человека в физиологичный образ жизни, организм посылает болезнь, с помощью которой он может, пересмотрев свои привычки, прожить долгую полноценную жизнь. Если поймет знак. Девушка, которой не нравится собственное отражение, может таким образом получать сигнал о том, что она ничего не делает для развития собственной личности. Главное, его правильно распознать. Даже алкоголик страдает оттого, что ему не хватает в жизни радости и интереса, но идет не тем путем, пытается вернуться в вождельное состояние с помощью зеленого змия. Вот почему очень важно быть внимательным к своим страху и тревоге, беспомощности и тоске, гневу и плохому настроению. Если не отдать им должное, жди беды.

— Я не знаю, к чему ты стремишься, — обращается Ольга к своему комплексу, — если это безопасно, дай знать.

Ответом было практически полное исчезновение переливающейся зелени. Тогда психотерапевт велел женщине задать своему симптому еще один вопрос. Куда ей лучше использовать его энергию? Также доктор предложил Ольге подумать, есть ли вещи, которые она ни разу не делала? Что необходимо испытать, пока жива?

— Свободу... — выдохнула героиня проекта.

— Спросите у своего комплекса, будет ли он помогать вам обрести независимость? — рекомендует Гудков.

— Не вижу. Даже кусочка не осталось, — наблюдает пациентка.

Теперь Ольга знает, куда направить свою внутреннюю силу. Теперь нужно почаще общаться с собой. И если снова появится этот холодный зеленый комплекс неполноценности — обязательно поблагодарить его, ведь это сигнал, что вновь что-то идет не так. Будь это бездействие или неверные шаги. И, разумеется, работать: ставить и выполнять реальные и понятные цели. Если, конечно, Ольга откроет то, что для нее нужнее холодной зелени в голове.

Ксения ШАШУРИНА

СПАСИБО ГРЯЗНО – БОЛОТНОМУ, ХОЛОДНОМУ... КОМПЛЕКСУ НЕПОЛНОЦЕННОСТИ!

— Мечтаю избавиться от влияния соперницы, — несмело проговаривает Ольга свое желание. — Она все время рядом, вот здесь, справа...

Первый сеанс почти полностью состоял из описания проблем. То и дело на ее глазах проступали слезы. С большим трудом Ольга определилась, что же на сегодняшний день наиболее для нее актуально. Но следующая встреча показала, что незваная гостья стала покидать мысли нашей героини.

— Я запрещаю вам решать свои проблемы без нашего вмешательства! — шутит Сергей, узнав, что «девушка справа» переместилась назад и стремительно отдалается. — Чего же хочется еще? Представьте, что Вселенная принимает заказы...

— Моя мечта — иметь свое жилье. Уголок, где я была бы полноправной хозяйкой...

Странно, что, прожив с мужем более тридцати лет, Ольга не считает ей квартиру своей. Рассказывает, когда дети были маленькие, в пылу скандалов супруг часто выгонял ее из дома. А порой просто напоминал, чью жилплощадь занимает и кто в доме хозяин.

— Думала, потерплю, пока дети вырастут, — объясняет Ольга. — Выросли... но ничего не изменилось.

— Так вы хотите расстаться с мужем или сохранить брак? — уточняет психотерапевт.

Чтобы принять какое-либо решение, необходима энергия. Ольге ее явно не достаёт.

— У меня комплекс неполноценности, — ставит сама себе диагноз участница проекта, — вот когда его не станет, все наладится.

Используя технику введения в легкий транс, Гудков выясняет, где именно расположился этот комплекс, какого он цвета и размера, какой температуры. Это состояние необходимо человеку, чтобы наладить контакт со своим внутренним «Я», определить, что же оно пытается донести...

— Здесь, в голове, у виска... грязно-болотного цвета, холодный...

— Что будет, когда комплекса не станет? — Ответ на этот вопрос очень важен, — поясняет Сергей, — ведь это, по сути, является основной целью терапии.

— Может, я стану спокойнее, — предполагает Ольга, — наладятся отношения с дочерью...

Сергей Гудков считает, что скандалы с дочерью не связаны с наличием комплексов у героини проекта. На его взгляд, совместное проживание со взрослыми детьми, особенно если они имеют детей собственных, само по себе предполагает сложные отношения.

— Дочь должна жить отдельно от вас, — считает психотерапевт.

— Но у нее нет возможности снимать квартиру, — возражает Ольга.

— Сделаю вид, что поверил, — непреклонен доктор.

— Я предлагала дочери снять жилье, — вспоминает пациентка, — ведь получает же она зарплату, алименты на сына, но та говорит, что не хочет выбрасывать деньги на ветер.

— Да, видимо, пока она считает себя достаточно сильной, чтобы тратить нервы, — делает выводы Гудков. — То, что улучшатся отношения с дочерью — не результат ухода комплекса, а следствие начала самостоятельности ваших детей.

— Может быть, когда я от него избавлюсь, смогу выйти на работу и сама себя обеспечивать?