

# Карма

## взаимоотношений



Карл Шлоттербек



Карл Шлоттербек

# Карма взаимоотношений

«СОФИЯ»



2 0 1 2

УДК 615.851  
ББК 53.57  
Ш69

*Перевод с английского Е. Дударева*

### **Шлоттербек Карл**

Ш69 Карма взаимоотношений / Перев. с англ. —  
М.: ООО Издательство «София», 2012. — 192 с.

ISBN 978-5-399-00325-2

Книга психолога Карла Шлоттербека на примере многих конкретных случаев объясняет, как найти карму во взаимоотношениях и чего хотят от вас привязанности из других времен. Кармические силы сводят вас вместе, а порой и отрывают друг от друга. Нередко ваши отношения являются следствием глубочайших связей — как позитивного, так и негативного характера, — возникших между вами в далекие времена и тянущихся из воплощения в воплощение.

Книга поможет вам сделать эти скрытые силы доступными сознанию и освободить себя от обязательств прошлого, сделать внутреннюю жизнь глубже и обогатить взаимоотношения в настоящем.

УДК 615.851  
ББК 53.57

Copyright © 2003 by Karl Schlotterbeck

Karma in Your Relationships

Bonds from Other Times and What They Want from Us

Все права зарезервированы, включая право на полное или частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

ISBN 978-5-399-00325-2

© «София», 2012

© ООО Издательство «София», 2012

# Содержание

Предисловие .....	7
1. Паттерны отношений: несвоевременные эмоциональные связи .....	13
2. Карма .....	24
3. Наше многомерное «я» .....	31
4. Семейные отношения .....	37
5. Период внутриутробного развития .....	42
6. Восторг и муки любви .....	55
7. Родная душа .....	77
8. Сексуальность и единство противоположностей .....	92
9. Карма в дружбе .....	103
10. Карма в социуме и вне его .....	113
11. Усыновление: потеря и приятие .....	124
12. Отношения с нематериальным миром .....	131
13. Отношения с собственным «я» .....	136
14. Карма: настоящее и будущее .....	157
15. Где искать проявления прошлых жизней .....	164
16. Заключение .....	179
Благодарности .....	187
Библиография .....	188
Другие книги Карла Шлоттербека .....	190
Об авторе .....	191

## Карма

На интуитивном уровне идея кармы привлекательна для многих. Она обещает людям смысл, цель и справедливость. Она говорит нам, что мы — нечто большее, чем эта единственная жизнь. Но вместе с тем она возлагает на нас ответственность за то, что мы совершили во времена, которых не можем помнить, и дает понять, что мы принимаем участие в игре, правила которой нам не известны. Мы не имеем представления ни о том, когда эта игра началась, ни о том, чем она закончится.

Карма — обоюдоострый меч. Она кажется нам привлекательной, поскольку дает объяснение (или оправдание) многим аспектам окружающей действительности. Страдание обретает цель, неравенство между людьми получает смысл, неожиданные отношения — контекст, необычные способности — историю.

Наша склонность беспомощно апеллировать к понятию кармы во многом объясняется происхождением этого слова и особенностями культуры, в которой оно возникло. На санскрите слово «карма» означает «должность» или «положение». В культуре Древней Индии человек с рождения принадлежал к определенной

касте и должен был оставаться в ней всю жизнь. Родился ли он высокопоставленным брамином или презренным неприкасаемым — его место в обществе должно было оставаться неизменным до самой его смерти. Считалось, что оно определяется поведением в прошлой жизни. Человеку следовало честно трудиться и надеяться, что это позволит ему занять в следующей жизни более высокое положение.

Эта пассивная, но не лишенная надежды позиция нередко встречается и у наших современников: карма воспринимается как нечто такое, что следует претерпеть со смирением, или как неизбежный результат плохого поведения в предыдущей жизни. Эта фаталистическая составляющая кармы скрывает от нас ее созидательные аспекты, о которых мы будем говорить несколько позже. Но чаще всего именно это фаталистическое ее обличье и позволяет нам почувствовать карму нашей жизни.

Действительно, мы сами приложили руку к созданию собственной судьбы — и продолжаем это делать. Каждым кармическим долгом, обязательством или незавершенным делом мы творим свою судьбу. Когда мы бросаем на полдороге то, что должно быть сделано в этой жизни, мы сеем семена будущей кармы. Когда мы продолжаем цепляться за то, что перестало быть для нас здоровым (будь то отношения, человек, ситуация или вещь), мы снижаем свою способность присутствовать в этом мире. Когда мы принимаем жесткую систему верований и представлений о том, кто мы есть, мы бросаем вызов Вселенной, провоцируя ее исправить их и привести в соответствие с нашим глубинным «я». Когда мы блокируем осознание и проявление естественной эмоциональной реакции, мы создаем внутренний за-

ряд, который в будущем найдет подходящее событие, — а если не найдет, то создаст его, чтобы в конце концов проявиться.

Иными словами, как бы мы ни фрагментировали себя, как бы ни снижали собственную способность осознавать события текущего момента, мы всего лишь откладываем полное их осознание и выражение на будущее. Все эти куски незаконченных дел и фрагменты личности накапливаются в бессознательном, и мы становимся все менее и менее способны к осознанию и свободному выбору в настоящем. Вместо того чтобы делать выбор в соответствии с потребностями настоящего и надеждами на будущее, мы сражаемся с демонами прошлого, которых сами же вызвали.

Но мы не чувствуем, что эти демоны — наши. Люди изобрели множество способов дистанцироваться от паттерна происходящих вокруг событий. Они называют его «судьбой», или «естественным миропорядком», или собственной «греховной природой», и тем самым оправдывают болезненные отношения, самосаботаж и другие виды неадаптивного поведения.

Обретая понимание того, какие события и поступки прошлого сформировали нашу нынешнюю судьбу, мы не должны забывать о цели нашего развития, об отношениях с собственной душой и об отношениях нашей души со всем остальным.

### *Внутренний источник кармы*

Чтобы понять возможности, предоставляемые нам кармой, следует отказаться от пассивной фаталистической позиции, где под кармой подразумевается некая

внешняя сила, поощряющая или наказывающая нас в соответствии с нашими заслугами. На примере множества своих пациентов я убедился, что *карму, созданную сотни лет назад, можно изменить и даже разрешить*. Для меня карма давно перестала быть безличной внешней функцией, раздающей награды и наказания, и превратилась в очень личный мир наших привязанностей, воспоминаний и переживаний, способных либо укрепить наше сознание, либо расщепить его. В сущности, источник и носитель кармы находится в глубинах нашей собственной психики.

В идеальном случае мы должны реагировать на любое событие, *полностью осознавая происходящее*, понимая, *кто мы есть* (наши потребности, эмоции, надежды) и какова истинная *природа места, в котором мы находимся*. В этом случае наша реакция будет полноценной, мы позаботимся о возможных последствиях, а затем, интегрировав пережитый опыт так, чтобы он укрепил или научил нас чему-то, продолжим двигаться дальше.

К сожалению, необходимое для этого целостное и полное сознание остается для нас недоступным, поскольку некоторые части нашего «я» подавляются, а сознание оказывается расщеплено болезненными, незавершенными или необъяснимыми событиями. Воспоминания нередко теряются и уступают место забывчивости.

Когда некий поучительный опыт пережит полностью, он остается в прошлом как *незаряженное воспоминание*. Но если что-то препятствует полноценному переживанию события, если оно не осознается или переживается слишком сильно, то воспоминание расщепляется: часть его становится недоступной сознанию и



превращается в «комплекс». Он живет собственной, отдельной жизнью, у него есть эмоции, образы и верования, которые действуют вполне активно, но остаются недостижимыми для нашего обычного мышления. Когда элементы комплекса поднимаются на поверхность, мы склонны к реакциям, не соответствующим или прямо противоречащим нашим сознательным намерениям. В такие моменты активируется эмоциональный заряд комплекса, и бессознательное заново переживает события прошлого.

Например, люди, страдающие фобиями, чувствуют страх в настоящем, даже если причина его скрыта в бессознательных воспоминаниях прошлого. Один из моих клиентов обнаружил, что испытываемый им немотивированный гнев на самом деле относится к тем далеким временам, когда у него не было возможности его выразить. Таким образом, гнев проявился лишь много лет спустя. В другом случае женщина неизменно создавала в отношениях именно те ситуации, которых боялась больше всего. Отношения заканчивались отчуждением и обидой. Ее бессознательное воссоздавало и переживало заново негативный опыт прошлой жизни, в которой она была служанкой равнодушного хозяина.

Подобного рода случаи демонстрируют нашу психологическую двойственность. Мы можем вполне осознавать окружающую нас реальность, но в это время наше бессознательное может переживать давно умершее воспоминание и таким образом окрашивать настоящее влечением, страхом, гневом или печалью, соответствующими этому воспоминанию. Таким образом, во внешний мир просачиваются эмоции, этому внешнему миру абсолютно не адекватные. Единствен-

ный выход — заглянуть глубоко внутрь себя и найти то могущественное воспоминание, которое ответственно за происходящую с нами кратковременную утрату ясности сознания. Только недостаток знания о внутренней природе этих мощных эмоций и о том, что их исток лежит в прошлом, заставляет нас относиться к ним как к проблемам, с которыми мы можем справиться.

Невзирая на все эти неполноценные переживания, неудовлетворенные влечения и отторгнутые части нашего «я», мы продолжаем внутренне стремиться к целостности и неустанно искать способов достичь ее. Эта потребность завершить незавершенные воспоминания и является механизмом, который запускает в нас «любовь с первого взгляда», а также заставляет неосознанно провоцировать разного рода травматические события.

Поведение, эмоции, отношения и влечения, которые мы называем «неадекватными», диагност назовет «симптомами», от которых следует избавляться как можно скорее. Для глубинно-ориентированного психотерапевта (особенно для терапевта прошлых жизней) эти «симптомы» — дорожные указатели, обозначающие место, где две реальности пытаются слиться в единое целое. Они — не проблема, но попытка *разрешить* проблему, возникшую во времена, недоступные сознательной памяти.

*Другими словами, мы можем рассматривать карму как интегрирующую силу, неумолимо и безжалостно помещающую нас в ситуации и отношения, которые могли бы заставить нас вспомнить забытые части себя.* Те части, которые мы растеряли в незавершенных, неполноценных или непонятных переживаниях, а так-

же в ситуациях, в которых мы не вполне могли быть собой.

*Цель терапии прошлых жизней не в том, чтобы запутаться в картинках, возникающих в нашем мозгу, и не в том, чтобы найти удовлетворительное объяснение всему, что мы делаем и что чувствуем. Ее цель — психологически завершить незавершенные дела, оставить в прошлом то, что принадлежит прошлому, с тем чтобы иметь возможность сосредоточиться на настоящем со всеми его возможностями.*

Все, что нам нужно, — это заявить свои права на силу, от которой мы некогда отказались, на фрагменты своего «я», которые мы проецируем на других, и продолжать идти по жизни целостным существом.

Карма предстает перед нами в жизненных паттернах, с которыми нам приходится встречаться снова и снова. Эти паттерны действуют вне связи с нашими сознательными намерениями. Мы можем искренне решить двигаться в одном направлении, но, несмотря на все усилия, обнаружить, что идем совсем в другую сторону — будь то в отношениях, выражении эмоций или неадаптивном поведении. В жизни человека паттерны проявляются в повторяющихся снах, неадекватных эмоциональных реакциях, хронических болезнях тела, саморазрушительном поведении, убеждениях и навязчивых мыслях, в склонности испытывать симпатию к определенным историческим периодам или страхе перед ними, в глубоко скрытых фантазиях и, конечно же, в отношениях.

## Наше многомерное «я»

Человек — то есть каждый из нас — существо сложное и уникальное. За мелочами повседневной жизни мы забываем масштабность, глубину и благородство того, кто есть мы. Если на мгновение задуматься о некоторых аспектах того, кто мы есть, можно убедиться, что наша личность — не что иное, как сконструированная внутренняя реальность, созданная опытом и потребностями. В эту реальность входят:

- Роли
- Текущие отношения
- Отношения из прошлого
- Неудовлетворенные внутренние потребности
- Родительские образы
- Высшее «Я»
- Выражение души через карму и благодать

Действительно, мы живем в многомерной матрице отношений, и они оказывают влияние на наше представление о себе. С родителями мы считаем себя детьми, в школе — учениками, со своими детьми — роди-

телями, с супругом или супругой — женой или мужем. Мы играем эти роли, каждой из которых соответствует свой набор правил и ожиданий. Мы легко и непринужденно переходим из одной роли в другую, подстраивая свое поведение под текущую роль.

Любые отношения отражают один из аспектов нашего «я». Люди, с которыми мы находимся в отношениях, не просто находятся вовне, но и отражают силы, действующие *внутри* нас. Они — как фигуры на шахматной доске, которые выбирает и двигает гроссмейстер, сидящий глубоко в каждом из нас.

Во внешнем мире наше развитие определяется людьми и ситуациями, оказывающими на нас влияние в ключевые моменты нашего развития. Мы появились на свет в семье со своими традициями и ожиданиями. Большинство из нас росли и развивались в окружении друзей, учителей, возлюбленных, конкурентов, работодателей и религиозных авторитетов. У некоторых детей (полагаю, их больше, чем мы думаем) есть «воображаемые» друзья.

Кроме того, с нами остается и наш внутренний ребенок. Как бы хороши и чистосердечны ни были наши родители, наш внутренний ребенок несет в себе потребности, которых они не распознали, качества, которых они не приняли, слова, которых не услышали. Он хранит *образ* отца и матери, который может не иметь связи с действительными, реально существующими людьми, но быть неким сплавом его внутренних переживаний. Таким образом, у этого внутреннего ребенка есть собственные убеждения, установки и потребности, играющие свою роль в нашей сложно устроенной личности.

С течением времени мы обретаем новые мнения и переживания, и хотя ситуации, их породившие, могут остаться далеко в прошлом, воспоминания о них возвращают к нам эти убеждения, эмоции, мечты, видения и фантазии.

Собственная жизнь порой представляется нам состоящей из разрозненных фрагментов. Однако нужно только совсем чуть-чуть рефлексии, чтобы понять, что единое «я» — как бы глубоко оно ни было сокрыто — постоянно пытается удержать все это вместе и поставить нас в ситуацию, которая помогла бы нам заявить свои права на утраченные части себя и интегрировать все это в полноценную жизнь.

Таким образом, у нас есть социализированное «я», сформировавшееся во взаимодействии с миром, а наряду с ним — несоциализированные фантазии, надежды, страхи, желания, импульсы и внутренние конфликты, которые мы предпочитаем не выносить на всеобщее обозрение. Вдобавок, и у нашего физического тела есть свои потребности и генетическое наследство.

Под всеми этими элементами настоящей жизни лежат отношения и привязанности, обретенные нами в прошлых жизнях, — они и становятся кармой наших отношений.

### *В широкой перспективе*

При составлении психосоциальной истории, необходимой для понимания обстоятельств жизни конкретного человека, наибольшее внимание, как правило, сосредоточено на семейных паттернах, данных о здоровье и развитии, проблемах, жизненных событиях

и невзгодах. Однако это неверный подход, поскольку сознание берет свое начало отнюдь не в детстве, а познания ребенка не ограничиваются кратким временем его жизни. Дети осознают такое, чему их никто не учил, страдают от ночных кошмаров, не менее реальных, чем сама реальность, и некоторые из них вызваны воспоминаниями из прошлых жизней.

Идея кармы предполагает, что истоки нашей идентичности следует искать дальше в глубине времен. Я объясняю это примерно так. Некое переживание, имевшее место в прошлой жизни, оказало на нас тогда столь серьезное влияние, что не потеряло силу даже после смерти в той жизни, к которой относилось. Интегративная функция Высшего «Я» ищет возможности повторить незавершенный опыт, пытаясь таким образом найти разрешение того, что не было разрешено. Для этого требуется снова войти в мир, причем не в первую попавшуюся жизнь, а именно в ту, которая позволит кармическим потребностям, ищущим разрешения, обрести его.

Наши кармические потребности выбирают для нас родителей, обеспечивающих наиболее подходящий физический и социальный носитель (то есть тело и семью), способный стать ареной для выражения предзаданной нам динамики. (О периоде внутриутробного развития мы будем говорить несколько позже.) При взрослении любая проблема, с которой мы сталкиваемся, обусловлена не только актуальными ментальными привычками (как утверждают бихевиористы) и событиями раннего детства (как утверждают психоаналитики), но также влиянием периода внутриутробного развития и опытом прошлых жизней.

Детство и период внутриутробного развития — это мост между нашей кармой и взрослой жизнью. Это место *во времени*, где наш предшествующий опыт начинает воплощаться в сознании, вооруженном языком и памятью. Полный курс терапии обязательно подразумевает работу с каждым из этих уровней: с прошлой жизнью, периодом внутриутробного развития, детством и взрослой жизнью.

### *Стремление к целостности*

Взаимодействие с окружающими отражает наше внутреннее состояние и вместе с тем является «точкой роста» нашей личности. Именно здесь мы вынуждены встречаться с теми аспектами себя, которых предпочли бы не знать. Именно здесь нам требуется развивать коммуникативные навыки, до того оставшиеся неостребованными (например, напористость или мягкость), настаивать на своем, доверять, уважать границы и находить для себя источники истинного удовольствия.

Существует множество суррогатов целостности — богатство, свобода, власть, добродетель, религия, одобрение, химические вещества. Любой из них может отвлечь нас на некоторое время. Однако каждый из них может вызвать зависимость, поскольку настоящая потребность, скрывающаяся за ним, не распознана и не удовлетворена. Это *потребность в интегрированной целостности*.

Кажется, что привычки и взаимоотношения, ставшие объектом зависимости, могут помочь нам обрести целостность. Но они лишь привносят что-то извне, вместо того чтобы позволить нам расти изнутри. Только



осознав, что рассматривать отношения как способ обретения целостности — ошибка, мы сможем начать сознательно создавать свою целостность, а затем искать таких отношений, которые служили бы ее выражением.

В следующих главах мы рассмотрим влияние кармы прошлой жизни на отношения в семье, период внутриутробного развития, сексуальность, любовные и дружеские отношения. Наряду с этим будут рассмотрены и творческие аспекты кармы.

## Родная душа

**Н**ичто не вызывает такого романтического интереса в литературе о реинкарнации, как идея «второй половинки». Измученные внутренним голодом, мы с готовностью хватаемся за идею о том, что где-то на свете есть человек, который может затронуть наше сердце глубже, чем кто бы то ни было. Этот человек превратит тьму в свет, снимет с нас невыносимое бремя одиночества и на его место принесет чувство единения. Он поймет нас без слов, с ним мы наконец-то сможем быть самими собой, он позволит проявиться лучшим качествам нашей натуры, воплотит наши тайные фантазии, его физические качества подойдут нам как нельзя лучше.

Многие видели отблески такого рода отношений в своей жизни. Бывает, что кто-то вдруг пробуждает в душе человека некие глубокие, дремавшие доселе силы, или есть в нем нечто необъяснимо родное и знакомое, или эти двое читают мысли друг друга, или их сексуальные отношения превосходят по интенсивности все, что им приходилось испытывать до встречи, или им удается, отбросив обычную настороженность, достичь настоящей близости за очень короткое время. Но нередко бывает и так, что со временем, по мере того как партнеры

осознают свое новое состояние, отношения начинают провоцировать в них самые затаенные страхи. Могут возникнуть ревность и сомнения. Блаженное состояние партнеров может омрачиться бытовыми мелочами. (Должен оговориться, что по роду занятий мне чаще всего приходится иметь дело с самыми драматическими и проблемными историями. Отношения, которые развиваются гладко, редко требуют вмешательства психотерапевта.)

Мы ведем себя как одержимые. На самом деле, мы *действительно* одержимы воскресшей личностью и испытываем влечение такой силы, глубины и полноты, что оно подавляет наше восприятие нынешнего времени и пространства. В такие моменты мы воссоединяемся с неким аспектом самих себя, и это ощущается как мистический союз. Нет на свете большего блаженства.

Но нет и большей боли. Наше измененное состояние рассеивается, как ночная тьма на рассвете, и мы снова начинаем видеть, что происходит вокруг. Вторгаются бытовые мелочи, и чувство, перевернувшее весь наш мир, становится жалким и хрупким перед лицом банальностей обыденной жизни. Две реальности нашей жизни — прошлое и настоящее — обретают форму и вступают в непримиримую борьбу друг с другом.

Что происходит при подобном переходе от счастья к мучению? Мы должны поступать так же, как поступали мистики, шаманы и религиозные лидеры всех времен. Получив видение и спустившись с вершины горы, они должны были интегрировать новое знание в ту реальность, которую знали прежде. Если этим видениям суждено остаться с нами, они должны быть интегрированы,

иначе нам придется жить с раздвоенным умом, раздвоенным сердцем в раздвоенном мире.

В такие моменты мы склонны объяснять наши страдания несоответствием между прошлым и настоящим. Но это не всегда верно, поскольку в некоторых случаях боль, которую мы испытываем, может происходить от потерь и измен, имевших место в прошлом. Открытие в себе бессознательных воспоминаний приносит радость *ipso facto*\* наряду с радостью от обретения приятных воспоминаний далекого прошлого. Но под этой эйфорией может скрываться боль от перенесенного некогда расставания.

### Столкновение реальностей

Александр и Элизабет познакомились на вечеринке и сразу же почувствовали сильное влечение друг к другу. Каждый из них состоял в браке, и в течение некоторого времени им удавалось удерживать взаимное влечение в рамках приличия. Вечеринки в этой компании происходили нередко, и Александр с Элизабет использовали их как возможность увидеться, они шутили и прикасались друг к другу как бы не всерьез. Их чувства были сильны, восторженны и несомненны. В результате проблемы, существовавшие в их браках и прежде, обострились, они развелись и стали жить вместе.

Разрыв близких отношений — а тем более брака — неизбежно связан с определенными трудностями, но отношения, возникшие между этими двумя людьми,

---

\* *Ipsa facto* (лат.) — в силу самого факта.

стоили того, чтобы справиться с любыми проблемами. Развод Элизабет прошел более мирно и цивилизованно, чем у Александра, ей удалось сохранить дружеские отношения с бывшим мужем. Однако это вызвало сильную ревность Александра, поскольку он никогда ранее не чувствовал такой страсти и преданности. Казалось, его неуверенность и неудовлетворенные потребности поднимались на поверхность даже в период эйфорической влюбленности на начальных этапах их отношений.

Александр хотел знать, не лежит ли за этими бурными отношениями какой-либо опыт прошлой жизни. Для входа в регрессию я посоветовал ему сосредоточиться на той эйфории, которая была первым признаком его влечения к Элизабет. Он описывал эмоции, закипавшие внутри него, трепет и бесконечное желание, которые он испытывал, и постепенно все более и более погружался в измененное состояние, содержащее воспоминания прошлого.

Перед его глазами возникла картина жизни, которую он вел некоторое время спустя после женитьбы на Элизабет, — жизни европейского аристократа. Их отношения обладали всеми преимуществами, возможными в подобных случаях: Александр и Элизабет быстро почувствовали влечение друг к другу, они были богаты, обе семьи, из которых происходили жених и невеста, считали этот брак удачным.

Элизабет забеременела. Во время беременности она стала чаще посещать своих родителей, и их отношения с Александром постепенно утратили прежнюю беззаботность. Над ними нависло ощущение надвигающейся ответственности: следовало

решать вопросы, связанные с наследством, уходом за ребенком, его будущим образованием. Этот ребенок должен был окончательно связать между собой две аристократические семьи.

Александр с радостью ожидал предстоящего события, но скучал по Элизабет во время ее частых визитов к родителям. Он боялся, что семья жены вынашивает тайные мотивы в отношении ребенка, который, по его мнению, должен был принадлежать только ему и Элизабет. Он не хотел, чтобы его ребенок стал пешкой в политической игре.

Но были и более серьезные причины для опасений. В те времена европейская медицина была примитивна, и рождение ребенка было связано с риском для жизни. Во время одного из визитов к родителям у Элизабет случился выкидыш, и через несколько дней она умерла от острой инфекции. Известие о выкидыше шло к Александру несколько дней, затем ему пришлось проделать долгое путешествие к родителям своей жены. В результате он не успел попрощаться с ней.

Он доживал оставшееся ему время, посвятив всю свою жизнь памяти той, что подарила ему такую любовь. Через много лет он умер в своей постели — той самой, в которой он испытал счастье супружеской любви и где был зачат их ребенок.

В этой регрессии выяснилось, что беспокойство Александра по поводу дружбы Элизабет с ее бывшим мужем в настоящей жизни было для него отголоском ее частых визитов к семье в прошлой жизни. Когда Элизабет встречалась с бывшим мужем из этой жизни,

Александра преследовали воспоминания о том, как в прошлой жизни она покинула его, чтобы навестить родителей, и больше уже не вернулась.

Любовь Александра и Элизабет была сильна, и им, вполне возможно, удалось бы сохранить ее и без исследования прошлой жизни. Но теперь они были еще более уверены друг в друге и любили не только того человека, которого знали в прошлой жизни, но и того, кем этот человек является сейчас. Они поженились, решили не заводить детей и вместе вели все домашние дела и занимались общественной деятельностью.

Подобные встречи снимают наши защиты и обещают нам максимально возможную целостность. Они оживляют воспоминания о том, чего, как нам казалось, мы никогда не могли иметь, и пробуждают в нас голод, утолить который выше человеческих сил.

Потрясение, которое мы испытываем при появлении нашей «второй половины», заставляет нас совершить досадную, хотя и вполне понятную ошибку — заключить, что причиной этого потрясения является человек, которого мы видим. На самом деле, помимо того, чем этот человек является сам по себе, он — посланник, доставляющий нам дар обретения самого себя. Мы поступим правильно, если примем этот дар, узнаем его в себе, а затем воздадим должное посланнику, передавшему его нам. То есть оценим этого человека таким, каков он есть.

Но как же быть с нашими текущими привязанностями? Не означает ли это, что ради всепобеждающей и вечной любви мы должны оставить наши прежние от-

ношения? Вовсе не обязательно! «Вторые половины» могут войти в нашу жизнь в обстоятельствах, совершенно не располагающих к романтическим отношениям. Их приход может означать для нас необходимость изменить свою жизнь и расширить представление о себе. Но с другой стороны, он может потребовать от нас встроить сделанные с помощью «вторых половин» удивительные открытия в нашу обычную повседневную жизнь.

Например, мужчина среднего возраста, состоящий в счастливом браке, встречает женщину, которую по всем признакам можно считать его «второй половиной». Среди этих признаков — мгновенно возникшее влечение, глубокая дружба, развившаяся за очень короткое время, ощущение, что они близко знакомы, — как будто им с давних пор известны привычки и предпочтения друг друга. Это влечение было признано обоими и превратилось в дружбу. У него бывают спонтанные воспоминания о том времени, когда он был ее мужем, в том числе — о горе, которое он испытал, когда она умерла.

Оба имели большой жизненный опыт и были преданы каждый своему браку. Они почтили память влечения, которое испытывали друг к другу в прошлой жизни, дружбой в настоящем. Признав обе реальности (настоящее и прошлое), они позволили дружбе обогатить, а не разрушить ту жизнь, что они вели до встречи друг с другом.

Приведу еще один пример. Жоржет пришла в мой офис, желая узнать, почему она целых пять лет не может уйти от мужа, который относится к ней пренебрежи-



тельно и постоянно оскорбляет ее. Мы сфокусировали ее внимание на чувствах, которые вызывала в ней эта ситуация, и сцена начала проясняться.

В прошлой жизни ее муж был не слишком богатым, но вполне преуспевающим купцом. Его положение позволяло ему держать несколько слуг. В этом качестве и состояла при нем Жоржет. Она служила ему без жалоб, не требуя ничего для себя, — так было принято в те времена. Жоржет была достаточно хорошо воспитана, чтобы повиноваться беспрекословно. Она умерла от болезни легких.

Мы обратились к этой жизни, чтобы понять, чего в ней не хватало Жоржет. Она быстро поняла, что ее научили быть неуверенной в себе, не требовать для себя ничего, кроме простой пищи и крыши над головой, и покорно сносить оскорбления, которые она принимала как неотъемлемую часть ее социального статуса.

«Но это неправильно!» — воскликнула она, осознав, что у той ситуации есть параллели в ее нынешней жизни.

Жоржет была в состоянии оценить собственную жизненную позицию с точки зрения общественных норм, принятых в *современном* обществе, и возможностей, открытых для нее *в наши дни*. Она стала уделять больше внимания отношениям с друзьями, своему интересу к искусству и нашла в себе силы противостоять позиции своего мужа.

Порой отношения между супругами выигрывают от того, что каждый из них отстаивает свои права, но это был не тот случай. Они развелись.