

Серия
СЛУШАЙ СВОЕ ТЕЛО

Lise Bourbeau

LES RELATIONS PARENT-ENFANT

Collection
ÉCOUTE TON CORPS

ЛИЗ БУРБО

Вопросы и ответы

**МЫ И НАШИ РОДИТЕЛИ,
МЫ И НАШИ ДЕТИ**

Серия
СЛУШАЙ СВОЕ ТЕЛО

УДК 159.95

ББК 88.2

Б91

Перевод с французского под редакцией И. Старых

Бурбо Лиз

Б91 Мы и наши родители, мы и наши дети / Перев. с фр. — М.: ООО Книжное издательство «София», 2020. — 160 с.

ISBN 978-5-906897-72-5

В этой книжке Лиз Бурбо говорит о самых трудных и самых распространенных проблемах и конфликтах, возникающих в отношениях между нами, нашими родителями и нашими детьми. Вопросы разделены на два класса — с позиции детей и с позиции родителей. Простые и четкие ответы автора делают книгу не только легкой и интересной, но и весьма полезной в практическом отношении.

Книга предназначена для широкого круга читателей.

УДК 159.95

ББК 88.2

LES RELATIONS PARENTS-ENFANTS

Copyright © Lise Bourbeau, 1993

Гостевая книга автора, в которой вы можете оставить свои комментарии о любой ее книге на своем родном языке:
<http://users3.smartgb.com/g/g.php?a=s&i=g35-73974-1a&l=12>

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

ISBN 978-5-906897-72-5 © ООО Книжное издательство «София», 2014

СОДЕРЖАНИЕ

Благодарности	12
Предисловие	13

Часть 1. ОТНОШЕНИЯ С РОДИТЕЛЯМИ

Как вы можете с уверенностью утверждать, что мы выбираем своих родителей?	15
Объясните, что такое эдипов комплекс?	17
До какого возраста проявляется эдипов комплекс?	19
Нормально ли, если человек не помнит о том, что пережил эдипов комплекс?	20
Если эдипов комплекс не изжит то может ли он быть причиной сложных отношений женщины с ее матерью?	21
Могут ли иметь место эдиповы отношения между ребенком и родителем одного с ним пола?	22
Почему так трудно сказать «Я тебя люблю» своей матери?	23
Хорошо ли стремиться сохранить у себя некоторые качества своих родителей?	23
Как мне реагировать, когда супруг нелицеприятно отзывается о моих родителях?	24
Нормально ли, что я сравниваю друзей с моим отцом?	25
Чему я могу научиться у негативно настроенной матери, заставляющей меня переживать эмоции?	26
Означает ли мое предположение, что некая женщина является любовницей моего отца, так как избегает меня?	27
Как прекратить проявление отношений «мать—сын» со знакомыми девушками?	28
Я боюсь обидеть родителей, если буду говорить им правду.	30

Как мне поговорить с умирающей матерью, если мы с ней не ладим?	31
Имеет ли отношение к нашим родителям тот факт, что человеку так трудно преобразовать себя?	32
Мои родители постоянно советуют мне, что надо делать . . .	33
Как научиться переживать негативные эмоции из-за грубости родителей?	34
Почему столько детей критикуют своих родителей, проявляют агрессивность и таят гнев против них?	35
Должен ли ребенок скрывать от родителей то, что они считают неприемлемым?	35
Если я хочу понять мою мать, должна ли я пережить тот же опыт, что и она?	36
Как мне принять уход матери, скончавшейся месяц назад?	37
Что делать, если мне не всегда хочется есть то, что готовит моя мать?	38
Почему тридцатитрехлетний мужчина расстраивается, когда ему говорят, что он похож на своего отца?	39
Почему вы все сваливаете на наших родителей?	39

Часть 2. ОТНОШЕНИЯ С ДЕТЬМИ

Вы говорите, что мы выбираем своих родителей, а своих детей мы тоже выбираем?	41
Может ли ребенок вновь воплотиться в неблагоприятный момент или в неподходящей семье?	42
Должна ли я позволять ребенку ложиться спать, когда он захочет? Как стать достойным его уважения воспитателем и советчиком?	43
Как правильно воспитывать сына, не контролируя его? . . .	46
Как можно увидеть дар в потере ребенка?	47
Как стать более открытым и ласковым со своими детьми? . .	48
Моя дочка была госпитализирована в четырехмесячном возрасте, и с тех пор она постоянно боится, что я ее брошу	49

Может ли переживать травму отвергнутого младенец, отданный в ясли в трехмесячном возрасте?	50
Правильно ли я поступаю, когда после развода поощряю детей к сближению с их отцом?	51
Если я отдаю ребенка в другую семью на усыновление со дня рождения, означает ли это, что он полностью отвергнут?	52
Означает ли аборт, что ребенок полностью отвергнут?	53
Несет ли отец свою долю ответственности при аборте?	54
У меня трудные и дерзкие дети. Может быть, они такие потому, что они — дети Индиго?	54
Как мне помочь моему шестилетнему сыну стать более уверенным в себе?	58
Как вести себя с ребенком, который постоянно делает глупости?	59
Как помочь четырнадцатилетнему сыну, пережившему за последние месяцы несколько трудных опытов?	60
Как согласовать расписание занятий с замедленным ритмом жизни ребенка?	62
Чем объяснить авторитарное поведение дочери по отношению ко мне после смерти мужа?	63
Считаете ли вы важным, чтобы дети имели обязанности по дому?	64
Что мне делать с моей тринадцатилетней дочерью, которая постоянно боится быть отвергнутой?	66
Должна ли я своей двенадцатилетней дочери, которую интересует только телевизор, советовать какие-то другие занятия?	68
Следует ли давать советы своим детям, и если да, то как это делать?	68
Как дисциплинировать детей, уважая при этом их индивидуальность?	69
Почему инцест происходит чаще между отцом и дочерью, чем между матерью и сыном?	71
Я властная мать, а муж все время кричит на нашего двенадцатилетнего сына и слишком много от него требует	71

Что делать с четырехлетним ребенком, который поднимается в 4:30 утра?	73
Как помочь ребенку сказать мне, что он считает меня несправедливым?	74
Как мне научиться безусловно любить сына без ожиданий для него или ради него?	75
Моя дочь посещает частную школу, и я не хочу еще раз платить, если она останется на второй год. Не даваю ли я на нее?	76
Как возложить на семилетнего ребенка ответственность за уборку его комнаты?	77
Мой супруг отказывает в нежности нашему шестилетнему сыну	80
Как мне сблизиться с сыном, который замкнулся в себе? . . .	80
Что делать с насилием, которое царит в отношениях между мужем и дочерью?	81
Наш семилетний ребенок иногда заявляет нам, что ему с нами плохо	83
Что может сделать мать, которой очень трудно добиться любви своего ребенка?	84
Могут ли дети слушать кассеты с записью ваших лекций?	84
Почему я забеременела, хотя и не хотела этого?	85
Должна ли я требовать от дочери, чтобы она возвращалась домой до полуночи?	86
Мой девятнадцатилетний сын постоянно манипулирует мною по поводу денег.	88
Что делать с ребенком, которому нет еще и двух лет, а он все время в движении, но мало говорит?	89
Как установить нормальные отношения с дочерью, если я часто конфликтую с ней?	90
Наша семилетняя дочь подглядывает за нами, когда мы с мужем целуемся	91
Почему я всегда боюсь, что мои дети будут ссориться друг с другом?	91
Что делать, когда потребности детей не совпадают с потребностями родителей?	92

Можно ли так сильно пожелать чего-то для нашего ребенка, чтобы это желание исполнилось?	92
Что нужно делать, чтобы не вторгаться в проблемы детей? Как не чувствовать себя обделенной вниманием, если они проявляют ко мне мало любви?	94
Как помочь пятнадцатилетнему сыну, который бросил учебу в школе?	95
Что делать с детьми, которые делают что хотят и берут без спроса наши личные вещи?	96
Почему мои дети мало спят?	98
Как мне быть с сыном, который сквернословит?	99
Моя трехлетняя дочь говорит, что у нее в голове слишком много мыслей, поэтому она не может заснуть	100
Что делать, если детям не нравится приготовленная мною еда?	101
Как нужно готовить своих детей к будущему?	102
Является ли ребенок Индиго трудновоспитуемым? И если эти дети правильные, то почему они воруют?	103
Мой сын увлекается музыкой «хэви метал»	104
Моя пятилетняя дочь все время хочет спать с нами.	105
Я становлюсь агрессивной с сыном-подростком, когда он настаивает на своем после моего запрета	106
После рождения второго ребенка у меня появились мигрени	107
Что сказать пятнадцатилетнему подростку, больному лейкемией?	108
Мой двадцатидвухлетний сын не торопится брать на себя ответственность и жить самостоятельно	110
Желания наших детей — это желания или капризы?	112
Мне трудно наладить отношения с двумя из троих моих детей	113
После того как отец ушел от нас, мой сын перестал смеяться	113
Почему ребенок становится алкоголиком или наркоманом?	114
Что мне делать с сыном, который сидит в тюрьме?	115
Мой семилетний сын говорит иногда, что он — девочка	115

Что делать с буйным ребенком?	117
Как быть, если у ребенка повышенная активность?	118
Как научить детей не сравнивать себя с другими?	119
Какое послание хочет мне передать сын, страдающий аутизмом?	120
Как объяснить дочери, что она слишком балует своего ребенка?	120
Что делать с двухлетним мальчиком, которого я взяла в нашу семью? Боюсь, что у него проявится фрустрация из-за того, что его бросили родители	121
Манипулируют ли нами дети, когда мы выражаем свои эмоции?	122
Как помочь дочери, страдающей анорексией?	123
Не явился ли мой образ мышления причиной физического недостатка у сына?	125
Как реагировать на неуважительные комментарии детей в адрес взрослых?	127
Мой семилетний сын — рассеянный и беспокойный мальчик.	128
Мой шестнадцатилетний сын занимается гипнозом.	129
Мой шестилетний ребенок испытывает разочарование, когда сделанный им выбор оказывается неосуществимым	130
Как сделать так, чтобы муж был в семье на первом месте, и при этом не обидеть детей?	131
Должна ли я рассказывать о своих страхах моим ученикам?	132
Каковы истинные семейные ценности?	133
Могут ли нанести ущерб детям отец и мать, у которых разные верования?	135
Могут ли дети вырасти счастливыми, если в семье отсутствует любовь?	136
Мои дочери, девяти и трех лет, сосут большой палец	137
Супруг унижает нашего сына.	138
Как заставить других членов семьи выполнять свою часть работы по дому?	140

Следует ли мне говорить одному из сыновей, что он — мой любимец?	140
Нам не нравится навещать дочь из-за царящего в ее доме беспорядка	141
Что сказать ребенку, который говорит, что хочет других родителей?	142
Как вести себя с шестилетним мальчиком, который мочится в постель?	143
Я кричу и испытываю гнев, когда вижу, как дерутся трое моих сыновей	143
Возможно ли, чтобы четырехмесячный младенец уже умел манипулировать нами?	144
Является ли причиной болезни и трудного характера сына тот факт, что я не хотела его?	146
Почему сейчас так много детей страдают астмой и имеют проблемы с ушами, глазами и горлом?	147
Какие положительные моменты приносит рождение детей у супружеской пары?	149
Заключение	151
Об авторе	158

БЛАГОДАРНОСТИ

Спасибо всем тем, кто посещает мои лекции и семинары.

Благодаря вашему стремлению к более высокому качеству жизни, вашему интересу к учению «*Слушай свое тело*» и вашим многочисленным вопросам я смогла основать эту серию книг «*Слушай свое тело*».

Огромное спасибо издателям, которые с самого начала сотрудничают со мной и стараются, чтобы все книги выходили вовремя.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Приведенные в этой книжке вопросы были заданы мне такими же, как и вы, мужчинами и женщинами на моих лекциях и курсах.

Чтобы извлечь максимальную пользу из этой книжки, прочитайте вопросы и сначала дайте на них свои собственные варианты ответа, а затем сверяйте их с моими.

Вы можете заметить, что от женщин поступило больше вопросов, чем от мужчин. Это легко можно было предвидеть, поскольку мои семинары по личностному развитию и мои лекции посещает гораздо больше женщин, чем мужчин. И женское начало само по себе направляет нас на личностный внутренний поиск.

Кроме того, легко убедиться, что большинство вопросов могли быть заданы как мужчинами, так и женщинами.

Несколько раз в ответах я подчеркиваю, что и родители, и дети оказались на нашем пути для того, чтобы помочь нам познать самих себя. Я объясняю эту теорию «зеркала» в первой книжке этой серии, которая называется *«Интимные отношения»*. Вы можете заметить также, что здесь нет ответов на вопросы об отношениях «родитель—ребенок» в случае неполной семьи и на вопросы сексуального характера. Эти темы будут более глубоко раскрыты в следующих книгах.

Лиз Бурбо

Некоторые из приведенных здесь вопросов могут повторяться и в других книжках, поскольку они затрагивают взаимосвязанные темы.

Все ответы, которые вы найдете в этой книжке, основываются на подходе, который лежит в основе жизненной философии, преподаваемой в центре «*Слушай свое тело*». Я, однако, не претендую на то, что у меня есть один-единственный ОПРЕДЕЛЕННЫЙ ответ на всё. Но прежде, чем сказать себе: «*Я уверен, что это решение не принесет мне желаемого результата*», я настоятельно советую вам опробовать его по меньшей мере три раза, прежде чем отложить в сторону. Не позволяйте интеллекту играть с вами дурные шутки! Пусть решает ваше сердце, а не страх, возникающий на ментальном плане.

Если вы для управления своим настоящим постоянно пользуетесь только тем, чему научились в прошлом, и не экспериментируете ни с чем новым, не удивляйтесь, если в вашей жизни нет заметных изменений к лучшему.

Вы хотите улучшений? Тогда пробуйте новое!
Желаю удачи!

С любовью, Лиз Бурбо

Часть 1

ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ, КАСАЮЩИЕСЯ ОТНОШЕНИЙ С РОДИТЕЛЯМИ

Я очень люблю вашу первую книгу «Слушай свое тело — твоего лучшего друга на Земле». Она уже стала моей настольной книгой. Однако должна вам признаться, что есть кое-что в этой книге, что в моем случае не оправдывается. Вот вы говорите, что мы сами выбираем своих родителей. Если это действительно так, то я по меньшей мере мазохистка, так как отец бросил нас с матерью, когда мне было три года. После этого я всегда чувствовала себя у матери лишней. Думаю, что без меня ей жилось бы гораздо легче. Как вы можете с уверенностью утверждать, что мы выбираем своих родителей?

Тысячи людей реагируют точно так же, как и вы, когда в первый раз слышат это утверждение. Отказываясь верить в свое право выбора, вы отрицаете одну из величайших способностей человека. Если же вы решаете принять свою способность вы-

бирать, то должны верить в это на 100%. Или уж тогда не верьте совсем. Вы не должны ограничиваться верованием в то, что можете выбрать жизнь лишь в определенных обстоятельствах. Например, среди всех живых существ на этой планете только человек обладает способностью смеяться. Верите ли вы в то, что иногда вы способны смеяться, а иногда нет? Конечно же. Вы сами выбираете, хотите вы смеяться или нет, независимо от обстоятельств.

Способность выбирать существует лишь на материальном плане. Так как родители, которых вы получаете в каждом из ваших воплощений, являются частью вашего материального мира, то они включены в совокупность того, что вы выбрали до своего рождения.

Вы выбрали также окружение, тело и пол, которые вам необходимы, чтобы пережить опыты вашего нынешнего жизненного плана. Ваш выбор был осуществлен с помощью вашего духовного Советника.

В следующей книжке я подробнее останавлиюсь на том, что происходит в мире души между двумя жизнями.

Родители, которых мы выбираем, имеют такие же подлежащие улучшению и приятию черты, какие мы выбрали сами, прежде чем родиться. Вот почему мы так похожи на них. Они присутствуют здесь, чтобы помочь нам увидеть те части нас, которые нам необходимо *принять*. Когда мы отказываемся видеть себя через них, мы замедляем развитие своей души. Это как тело ребенка: если оно получает недостаточно питания, то не будет развиваться должным образом.

Чтобы расти и развиваться, душа также нуждается в питании, то есть в любви.

В вашем случае важно понять, что уход отца входил в ваш жизненный план. Теперь вам предстоит сделать выбор: либо навсегда обидеться на него, что непременно будет сказываться на ваших отношениях с мужчинами, либо проявить к нему сострадание, соблюдая свои пределы. Если он не имел достаточно сил, чтобы взять на себя ответственность в качестве супруга и отца, это его дело. У него есть право на то, чтобы не иметь сил вырваться за собственные ограничения.

Что касается вашей матери, то действительно ли вы были лишней для нее? Вы это проверяли? Или же ваше решение основано на некоторых проявлениях раздражения с ее стороны? Как знать, может быть, благодаря вашему присутствию она и смогла идти вперед по жизни? Настоятельно рекомендую вам выяснить это вместе с ней и рассказать ей о ваших чувствах.

Не могли бы вы объяснить мне, что такое эдипов комплекс?

Этот термин впервые был использован знаменитым австрийским психоаналитиком Зигмундом Фрейдом. В конце XIX века он использовал технику гипноза для обследования нескольких взрослых, страдающих истерией и неврозами. Он обнаружил, что в детстве над ними совершали насилие отец или близкий родственник.

В греческой мифологии Эдипом звали молодого человека, который убил во время ссоры случайно встреченного им человека (своего отца), а затем женился на вдове убитого, Иокасте. Он не знал, что это его мать, поскольку был разлучен с родителями еще новорожденным. Когда они узнали правду, Иокаста повесилась, а Эдип ослепил себя и отправился в добровольное изгнание.

Вот почему Фрейд использовал это имя для объяснения своих выводов, сделанных им в ходе исследований. По его мнению, все дети испытывают сексуальное влечение к своему родителю противоположного пола.

Такое влечение представляет собой просто пробуждение сексуальности у ребенка. В этот период маленький мальчик испытывает физическое влечение к первой женщине в своей жизни, своей матери, и тайно хочет жениться на ней. Поэтому ребенок бессознательно надеется, что его отец исчезнет, а сам он займет место отца рядом с матерью.

То же наблюдается и у девочки по отношению к ее отцу и матери. Однако дети не хотят этого «по-настоящему». Эта фаза сексуального пробуждения, как правило, наблюдается в возрасте от двух до шести лет, и ребенок часто забавляется тем, что пытается соблазнить объект своей любви. Иногда он даже становится эксгибиционистом. Ребенок действует подобным образом не в надежде получить конкретное сексуальное удовлетворение, а просто потому, что его беспокоят незнакомые странные ощущения, пронизывающие его тело.

ОБ АВТОРЕ

Автор бестселлеров, переведенных на многие иностранные языки, Лиз Бурбо, психолог, философ и просветительница, посвятила свою жизнь изучению души человека и человеческим взаимоотношениям.

В 1984 году Лиз Бурбо создает в Квебеке (Канада) крупный Исследовательский центр развития личности и изучения проблем, связанных с душевными переживаниями, телесными болезнями и недомоганиями.

В своих книгах, на практических занятиях и семинарах Лиз Бурбо проповедует основополагающий философско-религиозный принцип «Аз есмь», сводящийся к следующему: «Главное — ясно и четко представлять себе, кто мы такие, и неуклонно стремиться к более углубленному самопознанию и само совершенствованию».

В настоящее время благодаря просветительской деятельности Лиз Бурбо и ее высококвалифицированных помощников, философия жизни «Слушай свое тело» получила распространение во многих странах мира и преподается на 9 языках.

Официальный сайт Лиз Бурбо:

www.ecoutetoncorps.com

*Если вы хотите получить информацию
о выходе следующей книги Лиз Бурбо,
пришлите нам свои координаты*

электронной почтой: info@leseditionsetc.com

факсом: 450-431-0991

обычной почтой: Les Éditions ETC,
1102 boul. La Salette,
St-Jérôme (Québec)
J5L 2J7 CANADA

Школа «Слушай свое тело»

Ежегодно проводит программу семинаров в России,
для желающих ведется профессиональный курс по
специализации «Эффективные техники
для психологической помощи»,
по окончании курса выдается сертификат.
Программы семинаров вы найдете на сайте
www.sophia.ru

По вопросам организации
и проведения семинаров Лиз Бурбо обращайтесь:

Марина Талалай

talalaim@mail.ru

+7 (921) 992-46-11 (СПб)

Екатерина Посох

marketolog_01@list.ru

+7 (951) 650-22-52 (СПб)

etc-school.online

+38 063 47 5858 7

+ 38 095 48 998 49

16+

Литературно-художественное издание

Лиз Бурбо
МЫ И НАШИ РОДИТЕЛИ,
МЫ И НАШИ ДЕТИ
Вопросы и ответы

Перевод под редакцией *И. Старых*
Корректор *Т. Селезнева, Е. Яковенко*
Оригинал-макет *Г. Рудая*
Обложка *И. Дерий*

ООО Книжное издательство «София»
115191, г. Москва, пер. Духовской,
д. 17, стр. 15, этаж 2, ком. 11, оф. 26

Подписано в печать 16.06.2020 г.
Формат 84×108/32. Усл. печ. л. 8,40.
Тираж 4000 экз. Зак. №

Вся дополнительная информация на сайте:

www.sophia.ru

Мы в соцсетях
facebook.com/SophiaBooks
vk.com/sophia_publishing
instagram: [sophia_publisher](https://instagram.com/sophia_publisher)