

# 16

## **ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ РОЛИ ПАЛАЧА И ЖЕРТВЫ**

- Теперь мне ясно, что я сам себя программировал. Это странно звучит, но в роли жертвы мне было очень удобно, я прожил так всю жизнь. Я даже не осознавал, что сам создавал боль, постоянно сопровождавшую меня, – сказал Ричард. – Мне было выгодно демонстрировать людям, что я – жертва, что я сильно страдаю, ведь при этом никто не пытался показать мне, что я сам в ответе за мое положение. Мне казалось, что такое поведение спасало меня от новых мучений и давало мне контроль над ситуацией. Но я вижу, что первым шагом на пути превращения в «жертву» был мой выбор «стать жертвой».

*КЛЮЧЕВАЯ МЫСЛЬ – Жертв не существует, все - только добровольцы. Мы добровольно выбираем свои реальности и добровольно удерживаем их в своей жизни.*

Оглядываясь назад, я вижу, что намеренно играл роль жертвы, чтобы люди не начали мучить меня сами! Какая манипуляция, каким извращенным способом я использовал людей! – Ричард словно разговаривал сам с собой. – Когда я вспоминаю прошлое, я понимаю, что мной двигала энергия страха. Да, это были страх и злость. Похоже, что у меня был выбор только из них двоих. Мне действительно придется поработать, чтобы заменить страх и злость, лежащие в основе моих отношений с людьми, на Любовь.

Я считаю, что Любовь – это наиболее могущественная сила на Земле. Мне кажется, что если я избавлюсь от осуждений и чувства вины, освобожусь от этих чугунных оков, я смогу восстановить свою силу. Это так? Я правильно понимаю, что ключом к изменениям является мой выбор? – спросил он с надеждой.

- Все верно, новый выбор, который ты сделал сегодня, соединяет тебя с твоей силой, - сказал я.

- То есть, ты хочешь сказать, что сила, которую я утратил, играя роль жертвы, возвращается ко мне, чтобы я осознанно восстановил свою жизнь? **Когда я думаю о том, что все части меня соединены воедино и содержат в себе лишь Любовь – все во мне ликует!** – воскликнул Ричард.

- Прекрасно, но для этого потребуются еще поработать. Обретение такого состояния - не событие, которое происходит за одно мгновение, это процесс, который возникает из ответственности за то, что ты создаешь в своей жизни. **Заметь, что Правда безопасна и целительна.** Сейчас, когда ты осознал шаблоны своего поведения, следование которым не приносит тебе пользы, ты в состоянии изменить их. *Это и есть обретение силы!*

*КЛЮЧЕВАЯ МЫСЛЬ – Когда ты осознаешь шаблоны поведения, которые не приносят тебе пользы, ты в состоянии их изменить. Это и есть обретение силы*

- Похоже, что ты думал, что помимо роли жертвы для тебя существовал лишь еще один путь к силе – через враждебность.

- Именно так я и думал. Без своей злости я был бессилён, – откровенно признался Ричард.

- Враждебность подобна опасному наркотику, к которому быстро привыкаешь. Каждому человеку, попавшему в эти сети, постоянно нужна очередная доза, чтобы подавлять свою боль. Те, кто применяют этот наркотик, втягивают в эту зависимость и окружающих, поскольку они сами не могут смело взглянуть на то, что подавляют при помощи *своего* гнева. Зачастую, доказывая, что имеют «право на гнев», люди просто находят оправдание для того, чтобы продолжать эту форму самоистязания. Но если мы стремимся к исцелению, мы должны быть готовыми встретиться с тем, что мы прятали от самих себя, и прекратить использовать привычный наркотик.

- Что ты имеешь в виду?

- Ты согласен с тем, что наркотики подавляют боль? – Ричард кивнул.

- Если заглянуть вглубь человека, настроенного в высшей степени враждебно, в нем всегда обнаружится глубокая эмоциональная боль. В результате враждебного поведения в теле человека вырабатываются определенные химические вещества, которые

удерживают боль в подавленном состоянии. Привычка к враждебному поведению подобна употреблению любого другого наркотика. А когда в организм человека перестает поступать необходимое наркотическое вещество (в нашем случае – химические элементы, возникающие в теле в результате проявлений враждебности), у него начинается ломка, потому что боль, прежде подавляемая наркотиком, поднимается на поверхность. В этот момент тяга к наркотику становится столь сильной, что многие возвращаются к своим поставщикам за очередной дозой.

Одна из самых больших проблем для наркоманов враждебности заключена в том, что их поставщик наркотиков – внутри них самих, ловкий барыга, с которым необходимо порвать раз и навсегда. К враждебности следует относиться так же, как и к любому другому наркотику: если человек настроен на выздоровление, **ее применение нужно прекратить.**

Другой проблемой является то, что общество покровительствует враждебности.

Ричард закашлялся. – Что ты имеешь в виду? Как это – «покровительствует»?

В традиционном лечении наркотической и алкогольной зависимости «покровитель» - человек, который находит оправдание этой пагубной привычке другого человека или оказывает содействие в сохранении у него такой привычки. Например, муж каждые выходные напивается до потери сознания, но по понедельникам у него не возникает никаких проблем на работе, потому что его жена звонит его начальнику и находит оправдания. Если бы ему самому пришлось пообщаться со своим шефом и признать, что он с похмелья, он бы лично столкнулся с последствиями собственного поведения. Если бы его начальник узнал, что происходит, он мог бы уволить его.

Ричард нахмурился. - Если бы жена его не прикрывала, он бы остался без работы, а их семья – без денег. Им бы пришлось голодать!

- Это великолепное объяснение, которое используют большинство людей, чтобы избежать необходимости прямо взглянуть на свои проблемы. Подобными мыслями «покровители» оправдывают поведение наркоманов и мирятся с ним как с неизбежностью. Я предлагаю тебе пообщаться с такой женщиной. Если ты сможешь оценить ущерб, который наносит такая ситуация ее умственному, физическому и эмоциональному здоровью, напряженную обстановку, в которой живут ее дети, и другие сложности, возникающие в ее

жизни, ты увидишь, что все это имеет чудовищные размеры. Едва ли этот вред можно компенсировать той самой зарплатой. Люди заслуживают того, чтобы жить в доброжелательной, наполненной Любовью обстановке, где нормой являются радость и удовольствие от жизни. Что-либо меньшее будет оскорблением для человеческого духа. Используя инструменты для внутренней работы, такую жизнь можно создать для каждого человека.

*КЛЮЧЕВАЯ МЫСЛЬ – люди заслуживают того, чтобы жить в доброжелательной, наполненной Любовью обстановке, где нормой являются радость и удовольствие от жизни. Что-либо меньшее будет оскорблением для человеческого духа.*

- Я вижу, что это за это покровительство, и понимаю, что жизнь может быть другой. Но я все же не понимаю твоих слов о том, как общество становится покровителем враждебности.

- Любая система, в которой жестокое поведение выглядит приемлемым, желательным или необходимым, покровительствует продолжению такого поведения. Зачастую люди поддерживают насилие в мире, потому что не осознают, что существует другой путь, и что они сами могут повлиять на эту ситуацию. Они не говорят вслух о существующем положении вещей, подобно тому, как ты в детстве хранил семейные секреты.

Как та женщина, что мирится со злоупотреблениями своего мужа-алкоголика, чтобы сохранить свой образ жизни, общество оправдывает проявления враждебности в поведении людей, считая, что это необходимо для продолжения существования самого общества. Вопрос «А нужно ли нам агрессивное поведение для защиты общества?» задавать неприлично, не принято. Агрессивность - неотъемлемая часть нашей современной культуры. На самом деле мы должны спросить: «Достоин ли аспект насилия в нашей цивилизации того, чтобы его несли сквозь века?»

- Как же общество покровительствует жестоким людям?

- Ричард, подумай о существующих в нашей культуре профессиях и должностях, в которых враждебное поведение воспринимается как нормальное и приемлемое. Драчунов часто не только терпят, но и одобряют. Многие государственные чиновники пропитаны

враждебностью. Более пятидесяти процентов государственного бюджета используется для финансирования производства вооружений. Сколько же таких ситуаций, по-твоему, возникло как проявление шаблонов жестокого обращения, с которым многие люди столкнулись в детстве?

- Думаю, что большинство. Но как эти шаблоны появляются у людей?  
– спросил Ричард.

- Многие дети росли в домах, где словесное, физическое или эмоциональное насилие было нормой. И они решили, что плохое обращение – это нормально. Обычно они ненавидят жестокость и тех людей, которые жестоко с ними обращались. Но людям свойственно превращаться в то, что они ненавидят. Со временем они вносят свой вклад в общество, которое, в свою очередь, предоставляет им возможность зарабатывать себе на жизнь, поддерживая шаблон поведения, усвоенный в детстве - проявляя жестокость. Таким способом общество выполняет роль «покровителя» жестокости, и цикл повторяется уже для нового поколения. Сегодняшние жертвы насилия через какое-то время станут угнетать и мучить других. Но жестокость не становится признаком здравого смысла и благоразумия только потому, что она признана законной, наделена государственным статусом или выглядит нормальной.

- Нужно давать отпор жестокости и защищать себя, - запальчиво произнес Ричард.

- Именно из-за такого образа мыслей насилие становится нормой в нашей культуре. Люди настолько неотделимы от того, что они делают, что они не могут видеть собственного безумия. Уверяю тебя, в обществе, поклоняющемся «богам вулканов», жертвоприношения юных девственниц не считались чем-то ненормальным. пытки и сжигание людей на кострах не были странными с точки зрения инквизиторов – это был «разумный, приемлемый» способ уберечь человеческие души. ***Если интеллектом не управлять осознанно, он оправдает любые свои мысли, идеи и решения.***

Мы живем в мире, который допускает и оправдывает убийства, войны и жестокость. Словесное, эмоциональное и физическое насилие воспринимается как стандарт поведения во многих ситуациях. Родители кричат на своих детей; учителя считают, что во имя «дисциплины» они могут оскорблять и унижать своих учеников. Дети-убийцы перестали быть редкостью.

Средства массовой информации регулярно показывают нам поведение, наполненное «небольшим насилием», преподнося его как приемлемую обыденность. Члены семьи грызутся между собой, отпускают ехидные замечания и унижают друг друга - и это представляется как проявления остроумия и нормальное человеческое взаимодействие. Ты никогда не задумывался, почему так высок уровень разводов? Гармоничные отношения крайне редко можно встретить и в жизни, и на экране.

- Где я был всю свою жизнь? – заговорил Ричард, с трудом подбирая слова. – Я никогда не задумывался о влиянии старших поколений и средств массовой информации. Мне никогда не приходило в голову, что мир мог бы быть другим. Я не предполагал, что моя жестокость поддерживает механизм воспроизводства насилия в мире.

- Оглянись вокруг, Ричард, ты не один такой. Проявления «небольшого насилия» редко затрагивают чувства человека, приученного думать о таких формах оскорбления человеческой целостности как о проявлениях остроумия и повсеместной норме. С позиций глобальной жестокости, на которой стоит наш мир, проявления «небольшого насилия» не заслуживают внимания. А я считаю их ручейками, которые стекаются в единую реку насилия, разрушительно проносающуюся через нашу мировую культуру.

По моим наблюдениям, причиной тотального насилия в современном мире стало то, что многие от насилия в мыслях переходят к насилию в словах, а затем и в действиях. Его губительная природа для семейных отношений в значительной степени игнорировалась, хотя именно это и является начальной точкой всех конфликтов, разводов, убийств и войн. Дети и взрослые сбиты с толку, они зачастую не видят, что обижают тех, кто рядом, поскольку подвергаются жестокому обращению со стороны других людей либо истязают себя сами. Конец этому безумию наступит, когда каждый из нас овладеет способами, помогающими исцелиться от насилия, которому мы подвергаем себя и других. **Мир – это не цель, это путь к здравому смыслу и исцелению.**

*КЛЮЧЕВАЯ МЫСЛЬ – инструменты,  
которые ты используешь, оставляют  
свой отпечаток на том, что ты сделал  
с их помощью.*

- Страх и насилие были с нами на протяжении всей истории человечества, Майкл. Я хочу жить в мире не меньше, чем любой другой человек, но ты серьезно считаешь, что можно избавить мир от

безумия предлагаемыми тобой способами? Для меня это звучит как несбыточная мечта.

- Ты считаешь, что страх является естественным состоянием человеческого существа? – Ричард кивнул в знак согласия. – Я думаю, мы увязли во лжи. **Я считаю, что время лжи прошло, настало время прямо посмотреть на самих себя! Настало время избавиться от всего, что поддерживает ментальное, эмоциональное, духовное, словесное и физическое насилие. Враждебность и насилие в любой форме внутри семей, общин и народов должны прекратиться, если мы, люди, намерены выжить, не говоря о том, чтобы жить в мире.** Ответственность за собственную жестокость и отказ от очередной «дозы наркотика» каждый раз, когда ум автоматически будет его предлагать – вот ключ к исцелению и наполнению жизненной силой.

А сколько людей убеждены в том, что мир не только недостижим, но и не нужен, а насилие не только естественно, но и необходимо! Такое безумное варварское убеждение порождается умами, не готовыми к ответственности за самих себя, встрече со своими ранами и исцелению. Утверждение «Мир невозможен» является оправданием насилию, которое используется теми, кто не может или не хочет контролировать свои собственные мысли, слова или действия. Я помню, мой сын, когда ему было примерно лет восемь, спросил меня: «Почему людей убивают, когда хотят показать, что убивать нельзя?»

*КЛЮЧЕВАЯ МЫСЛЬ – Эйнштейн сказал, что невозможно решить проблему при помощи ума, который ее создал. Враждебно настроенный ум безумен и не может решить свои проблемы. Решение под силу лишь уму, наполненному Любовью.*

**«Давайте наберемся мужества, чтобы исцелить свою жизнь, и сделаем немислимое: все будем подвергать сомнению».**

Мы с Ричардом решили размять ноги и прогуляться к озеру. От быстрого подъема в гору мы оба запыхались, но чистый воздух долины Озарк тут же освежил наши разгоряченные тела.