



Александр Баженов

**Бажаник. Семь сфер.
Курс лекций Артема.
Работа с Родом. Семь
Колен и Свет Предков.**

Александр Баженов

**Бажаник. Семь сфер. Курс
лекций Артема. Работа с Родом.
Семь Колен и Свет Предков.**

«Автор»

2026

Баженов А. Н.

Бажаник. Семь сфер. Курс лекций Артема. Работа с Родом. Семь Колен и Свет Предков. / А. Н. Баженов — «Автор», 2026

«Ты — не начало и не конец. Ты — нота в песне, которую поёт твой род». Этот курс — для тех, кто уже умеет работать с семью сферами и готов идти вглубь — к корням. Восемнадцать встреч, в которых Артём Бажаник раскрывает искусство исцеления родовой памяти: от построения геносоциограммы и распознавания сценариев до принятия благословения, работы с нерождёнными душами и передачи света потомкам. Вы научитесь видеть невидимое: родовые травмы, финансовые и любовные программы, проклятия и клятвы, дары и таланты. Освойте практики «Возвращение судьбы», «Свеча для нерождённого», родовой алтарь, диалог с умершими, встречу с духами-хранителями. Итог курса — большой ритуал Единства Рода, возвращающий ощущение опоры и связи с семьёй поколениями. Это не гонка, а возвращение домой. Приходите, если готовы слышать сердцем.

© Баженов А. Н., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Лекция 1. Введение: Род как живой организм	5
Лекция 2. Семь Колен и геносоциограмма	6
Лекция 3. Диагностика родовых сценариев	7
Лекция 4. Исцеление родовых травм	8
Лекция 5. Благословение Рода: принятие мужского и женского потоков	9
Лекция 6. Работа с умершими предками: диалог с ушедшими	10
Лекция 7. Родовые сценарии: разрыв круга	11
Лекция 8. Очищение родового канала: проклятия, клятвы, отречения	12
Лекция 9. Родовые дары и таланты	13
Лекция 10. Работа с нерождёнными и забытыми душами	14
Лекция 11. Род и деньги: исцеление финансовых сценариев	15
Лекция 12. Род и отношения: исцеление любовных сценариев	16
Лекция 13. Род и здоровье: психосоматика предков	17
Лекция 14. Сила родовых реликвий	18
Лекция 15. Родовые духи-хранители	19
Лекция 16. Передача света будущим поколениям	20
Лекция 17. Интеграция Рода: жизнь с предками	21
Лекция 18. Итоговый ритуал Единства Рода	22
Послесловие	23
Словарик	23
Конец ознакомительного фрагмента.	39

Бажаник. Семь сфер. Курс лекций Артема. Работа с Родом. Семь Колен и Свет Предков.

Глава

Лекция 1. Введение: Род как живой организм

О родовом эгрегоре, связи с семью сферами, правилах безопасности и первой диагностике.

Лекция 2. Семь Колен и геносоциограмма

Как построить карту родовой памяти, прочитав повторяющиеся паттерны и найти своё место в цепи поколений.

Лекция 3. Диагностика родовых сценариев

Инструменты распознавания невидимых программ: геносоциограмма, сны, интервью, расстановки.

Лекция 4. Исцеление родовых травм

Практики «Внутренний ребёнок предка», «Возвращение судьбы», письма ушедшим.

Лекция 5. Благословение Рода: принятие мужского и женского потоков

Как открыться силе отца и матери, простить и принять, восстановить два крыла рода.

Лекция 6. Работа с умершими предками: диалог с ушедшими

Правила безопасного контакта, родовой алтарь, медитация «Встреча с предком».

Лекция 7. Родовые сценарии: разрыв круга

Техники выхода из повторяющихся судеб: переписывание, новый символ, аффирмации действия.

Лекция 8. Очищение родового канала: проклятия, клятвы, отречения

Распознавание и снятие тёмных слов, отмаливание, огненные и водные ритуалы.

Лекция 9. Родовые дары и таланты

Как найти и принять наследие предков, раскрыть целительские, ремесленные и духовные способности.

Лекция 10. Работа с нерождёнными и забытыми душами

Исцеление травм аборт, выкидышей, умерших в младенчестве; «Свеча для нерождённого».

Лекция 11. Род и деньги: исцеление финансовых сценариев

Как освободиться от программ бедности, родовых долгов и страха изобилия.

Лекция 12. Род и отношения: исцеление любовных сценариев

Сценарии одиночества, измен, жертвенности; благословение на счастливую любовь.

Лекция 13. Род и здоровье: психосоматика предков

Как болезни передаются через поколения; диалог с симптомом, камни исцеления.

Лекция 14. Сила родовых реликвий

Предметы как носители памяти; очищение, зарядка, превращение реликвии в амулет.

Лекция 15. Родовые духи-хранители

Тотемы и покровители: как встретить, распознать и принять их силу.

Лекция 16. Передача света будущим поколениям

Благословение детей, семейный кодекс, письма потомкам, обряды перехода.

Лекция 17. Интеграция Рода: жизнь с предками

Ежедневные практики, родовой календарь, места силы, передача памяти.

Лекция 18. Итоговый ритуал Единства Рода

Большой ритуал объединения семи сфер и семи колен под старым дубом.

Послесловие

Словарик

Предисловие

«Ты — не начало и не конец. Ты — нота в песне, которую поёт твой род. И от того, как ты звучишь, зависит, каким будет следующий куплет».

— Мария Васильевна Бажаник

«Человек, не знающий своих корней, подобен дереву, посаженному в пустыне: он жив, но не укоренён. А без корней любой ветер становится врагом».

— Из бесед с Ригденом Джапо

Дорогой ученик!

Если ты держишь в руках этот курс, значит, ты уже проделал немалый путь. Ты знаешь, что такое семь сфер, умеешь дышать не только воздухом, но и светом, чувствуешь границы своего поля. Ты больше не новичок, который спрашивает: «А правда ли это работает?» Ты знаешь: работает. Теперь вопрос в другом — как глубоко ты готов заглянуть в собственную историю?

Перед тобой — восемнадцать встреч, посвящённых работе с Родом. Это не курс о том, как «вызывать предков» или «снимать проклятия». Это путь возвращения к самому себе через тех, кто стоял за твоей спиной задолго до твоего первого вдоха. Потому что всё, что ты называешь своим — черты характера, страхи, таланты, болезни, судьба, — на самом деле выросло из семян, посеянных семь поколений назад. И пока эти семена не узнаны, не признаны, не исцелены, они продолжают прорастать в твоей жизни, хотим мы этого или нет.

Мы пройдем долгий путь: от первой диагностики, когда ты увидишь свой род как живую карту, до итогового ритуала, когда все семь колен встанут за твоей спиной, а ты почувствуешь себя мостом между прошлым и будущим. Нас ждут непростые разговоры — о травмах, о нерождённых душах, о проклятиях, о деньгах и любви. Но будут и светлые главы: о дарах, о благословениях, о духах-хранителях, о передаче света. Потому что Род — это не только боль. Это ещё и сила. И наша задача — не застрять в боли, а извлечь из неё урок и передать дальше уже исцелённый свет.

Ты будешь вести родовой дневник — свою личную летопись. Записывай в него всё: сны, знаки, разговоры, озарения. Через годы ты перечитаешь его и увидишь, как складывается узор, который раньше казался хаосом. Ты будешь строить геносоциограмму, собирать реликвии, создавать алтарь, учиться благословлять и отпускать. Всё это — не разовые техники, а кирпичики нового образа жизни, в котором предки перестают быть тенями и становятся спутниками.

Я не обещаю, что будет легко. Работа с Родом поднимает со дна то, что долго лежало виле. Но я обещаю: если ты пойдёшь этим путём, ты больше никогда не будешь один. Потому что за тобой — семь поколений, а впереди — семь. И ты — в самом центре этого круга. Держись достойно.

Живи. Люби. Свети. И передай свет дальше.

Артём Бажаник

Лекция первая

Введение: Род как живой организм

«Ты — не начало и не конец. Ты — нота в песне, которую поёт твой род. И от того, как ты звучишь, зависит, каким будет следующий куплет».

— Мария Васильевна Бажаник

«Человек, не знающий своих корней, подобен дереву, посаженному в пустыне: он жив, но не укоренён. А без корней любой ветер становится врагом».

— Из бесед с Ригденом Джапо, записанных Артёмом

Февраль в Ольховке — месяц, когда зима уже не кажется вечной, но весна ещё не решается войти. Снег лежит глубокий, но по краям дорог он уже подтаял, обнажая тёмную, мокрую землю. В старом клубе, где вот уже второй год проходят занятия Школы самоисцеления, с самого утра топилась печь. Пахло берёзовыми дровами, сушёными травами, развешанными под потолком, и воском свечей, которые Артём расставил по залу ещё до рассвета.

Ученики собирались медленно, стряхивая снег с валенок и курток. Это были те, кто уже прошёл базовый курс, кто умел работать с семью сферами, кто знал цену внутренней тишине и не боялся смотреть в себя. Здесь была Вера — целительница с сильной Аджной, Елена — мастерица сердечных практик, Виктор — бывший хирург, прошедший через тьму и вернувшийся, Георгий — исследователь тонких материй, Ирина — молчаливая, но глубокая, и ещё несколько человек, за плечами которых были годы самоисцеления. Они рассаживались на деревянных скамьях, и в зале стоял тот особый, уважительный гул, какой бывает перед началом важного разговора.

Артём появился не из подсобки, как обычно, а со двора. Он был в тёплом тулупе, с вязанным шарфом на шее, и в руках нёс небольшой глиняный горшок с ростком — то ли яблони, то ли дуба, трудно было разглядеть. Поставив горшок на стол, он снял тулуп, повесил на крючок у двери и повернулся к собравшимся.

— Ну вот, — произнёс он, и голос его прозвучал негромко, но отчётливо, как всегда, когда он начинал новую тему, — мы снова вместе. И сегодня мы начинаем разговор, который, пожалуй, глубже всех предыдущих. О Роде. О предках. О тех, кто стоит за нашей спиной, даже когда мы о них не помним.

Он подошёл к столу, на котором уже лежали его вещи: бабушкин звёздный кулон, старая книга в кожаном переплёте, несколько свечей и маленький мешочек с землёй. Взяв в руки горшок с ростком, Артём поднял его, показывая всем.

— Видите? Это росток. Он тянется к свету, но жив он только потому, что под ним — корни. Корни, уходящие в землю, в темноту, в прошлое. Точно так же и человек. Мы видим его ствол, его ветви, его листья. Но не видим корней. А корни — это Род. Это те, кто жил до нас, кто страдал и радовался, кто рожал детей и хоронил близких, кто молился и проклинал, кто передал нам не только кровь, но и судьбу.

Он бережно поставил горшок на подоконник, где уже стояли другие растения, и продолжил:

— Сегодняшняя лекция — вводная. Мы не будем углубляться в конкретные техники. Мы попробуем почувствовать Род как живой организм, как единую систему, частью которой является каждый из нас. И главное — мы поговорим о безопасности. Потому что работа с Родом — это не прогулка по парку. Это погружение в глубокие воды, где есть и свет, и тени. И без правил безопасности туда лучше не соваться.

Артём прошёлся перед скамьями, останавливаясь то у одного, то у другого ученика, будто вглядываясь в их ауры.

— Итак, что такое Род? — задал он вопрос и сам же ответил: — В самом широком смысле это система связей, которая тянется от первых предков до будущих потомков. Связей кровных — это генетика, наследственность. Связей психологических — это убеждения, страхи, сценарии, которые передаются из поколения в поколение. Связей кармических — это долги и уроки, которые души выбирают для воплощения в этой семье. И связей энергетических — это невидимые нити, по которым течёт сила рода, его благословение или его проклятие.

Он остановился у стола и взял в руки бабушкин кулон.

— Вот мой звёздный кулон. Он достался мне от бабушки Марии. Но это не просто вещь. Это символ моей связи с Родом. Когда я держу его в руке, я чувствую не только бабушку, но и её мать, и её бабушку, и всех женщин, которые передавали этот кулон из рук в руки. В нём — их тепло, их молитвы, их сила. И когда я его надеваю, я как будто становлюсь звеном в этой цепи. Не первым и не последним. Звеном.

Он положил кулон и обвёл взглядом слушателей.

— Но Род — это не только предки. Это ещё и родовой эгрегор. Что такое эгрегор? Это коллективное энергетическое поле, которое создаётся мыслями, эмоциями и действиями всех членов рода. Представьте себе невидимую паутину, которая связывает всех — живых и ушедших. В этой паутине есть узлы — это души. И есть нити — это связи. Эгрегор не является живым существом в привычном смысле, но он обладает своим характером, своей памятью, своей волей. Он может защищать, а может и душить. Он может давать силу, а может забирать её. И от того, как мы взаимодействуем с ним, зависит очень многое.

Артём сделал паузу, давая ученикам осмыслить.

— Важно понимать разницу между родовым эгрегором и живыми предками. Предки — это конкретные души, которые имеют своё сознание, свои желания, свою историю. Эгрегор — это поле, которое они создали. Когда вы обращаетесь к предкам, вы говорите с ними как с личностями. Когда вы работаете с эгрегором, вы взаимодействуете с энергией. Это разные уровни. И в нашей практике мы будем работать и с тем, и с другим.

Затем Артём подошёл к доске, висевшей на стене, и начал рисовать схему — семь кругов, соединённых вертикальной линией.

— Теперь о том, как Род связан с семью сферами. Вы уже знаете, что каждая сфера отвечает за определённый аспект нашей жизни. Так вот, Род присутствует в каждой из них.

Он указал на нижний круг.

— Муладхара — корень. Это буквально связь с предками, с землёй, на которой они жили. Если у человека проблемы с Муладхарой — страхи, неуверенность, отсутствие опоры, — это почти всегда говорит о нарушенной связи с Родом. Родовые травмы, войны, переселения, потеря земли — всё это бьёт по корневой сфере.

Он указал на второй круг.

— Свадхистхана — эмоции, отношения, сексуальность. Здесь живут родовые сценарии любви, брака, деторождения. Если в роду были несчастные браки, измены, насилие, аборт — всё это отпечатывается в Свадхистхане потомков. И часто человек, сам того не зная, повторяет судьбу бабушки или прабабушки.

Третий круг.

— Манипура — воля, социальная реализация, деньги. Родовые сценарии бедности, страха перед властью, подавленной воли — всё это живёт здесь. Если у вас не ладится с работой, с деньгами, с достижением целей — ищите корень в родовой Манипуре.

Четвёртый круг.

— Анахата — сердце, любовь, прощение. Здесь копятся родовые обиды, невыплаканные слёзы, непрощённые предательства. И здесь же — великая сила родовой любви, которая может исцелять даже через поколения.

Пятый круг.

— Вишудха — голос, слово. Проклятия и благословения, сказанные предками, звучат в нашем горле. Молчание, в котором хоронили правду, — тоже. Работа с Вишудхой помогает освободить родовой голос.

Шестой круг.

— Аджна — интуиция, мировоззрение. Убеждения, верования, иллюзии предков. Часто мы смотрим на мир глазами прадеда, даже не подозревая об этом. Работа с Аджной позволяет увидеть свои собственные глаза.

Седьмой круг.

— Сахасрара — связь с высшим. Здесь Род предстаёт не как отдельные души, а как единый поток, вливающийся в общий океан бытия. И здесь же — высшее благословение, которое нисходит через предков к нам.

Артём отложил мел и повернулся к ученикам.

— Как видите, Род — это не что-то отдельное от нас. Это мы сами, только растянутые во времени. И когда мы работаем с Родом, мы работаем с собой. Исцеляя предка, мы исцеляем часть своей души. Принимая их силу, мы усиливаем свой корень.

Он снова сел на край стола, как делал, когда хотел быть ближе к слушателям.

— Теперь о безопасности. Работа с Родом — это не медитация на свечку. Это погружение в глубины, где есть не только свет, но и тени. И есть правила, которые нельзя нарушать.

Первое: заземление. Прежде чем обращаться к предкам, вы должны прочно стоять на земле. Почувствовать свои ноги, свой корень. Если вы будете «витать в облаках», вы станете лёгкой добычей для любых сущностей, которые могут прийти вместо предков.

Второе: защитный круг. Перед началом работы очертите вокруг себя круг света. Представьте, что вы стоите внутри сияющего кольца, через которое не может проникнуть ничто враждебное. Это ваш щит.

Третье: распознавание «подмен». Не всё, что приходит в медитации, является вашим предком. Иногда под маской родственника может явиться сущность, питающаяся вашей энергией. Как отличить? Настоящий предок приносит чувство тепла, узнавания, покоя. Подмена — холод, тревогу, ощущение чужого. Если вы почувствовали что-то неладное, немедленно завершите контакт: откройте глаза, заземлитесь, умойтесь холодной водой.

Четвёртое: не отдавайте свою энергию. Предки не должны «пить» из вас. Вы можете дать им свет, но не силы. Если вы чувствуете, что после контакта вы опустошены, — это знак, что вы сделали что-то неправильно.

Пятое: завершение и благодарность. Каждый контакт с Родом должен завершаться благодарностью и чётким закрытием канала. Не оставляйте двери открытыми.

Артём обвёл взглядом учеников.

— Эти правила могут показаться простыми, но они спасают. Я знаю людей, которые, пренебрегая ими, попадали в неприятности. Род — это сила, но сила требует уважения.

Затем Артём предложил перейти к практике.

— Сейчас мы выполним медитацию «Дерево Рода». Сядьте удобно, закройте глаза. Дышите ровно. Поставьте ноги на пол, почувствуйте опору. Представьте, что из ваших стоп в землю уходят корни — тёплые, живые, пульсирующие. Они прорастают всё глубже, достигая подземных вод. Теперь представьте, что ваш позвоночник — это ствол дерева. От него отходят ветви — вверх, к небу. Вы — дерево. Ваши корни — это предки. Ваши ветви — это будущие потомки. Почувствуйте, как по стволу снизу вверх поднимается сок — это сила Рода. Она тёплая, золотистая, живая. Позвольте ей наполнить ваше тело. Дышите. Осознавайте, что вы — часть чего-то большего. Что вы не одиноки. Что за вами стоят семь поколений, а перед вами — семь поколений. Побудьте в этом состоянии несколько минут.

Артём говорил медленно, и в зале стояла глубокая тишина. Ученики сидели с закрытыми глазами, и по их лицам было видно, что медитация работает: у кого-то расслабились плечи, у кого-то появилась лёгкая улыбка, у кого-то по щеке скатилась слеза.

Через несколько минут он произнёс:

— Теперь медленно возвращайтесь. Пошевелите пальцами рук и ног. Сделайте глубокий вдох. Откройте глаза.

Когда все открыли глаза, Артём спросил:

— Что вы почувствовали?

Первой заговорила Вера:

— Я почувствовала, как из ног пошло тепло вверх, в живот, в грудь. И вдруг я увидела свою бабушку — она улыбалась. И от этого стало так спокойно.

— Это хороший знак. Значит, ваш канал с Родом открыт.

Елена добавила:

— А я почувствовала тяжесть в плечах, как будто на них что-то лежит. И потом — как будто кто-то снял эту тяжесть.

— Возможно, это родовой груз, который вы готовы отпустить. Сегодняшняя медитация только начала процесс.

Виктор, сидевший в углу, поднял руку и сказал негромко:

— Я видел только темноту. Но в этой темноте было тепло. Как у печки в детстве.

Артём кивнул:

— Тьма не всегда враждебна. Иногда это просто покой. Ваш Род, Виктор, возможно, хранит вас в тишине. Это тоже сила.

Затем Артём предложил вторую практику — диагностику связи с Родом через телесные ощущения.

— Закройте снова глаза. Подумайте о своих родителях. О матери, об отце. Где в теле отзывается мысль о них? Может быть, теплеет в груди, или сжимается горло, или тяжелеет внизу живота. Запомните эти ощущения. Потом подумайте о бабушках и дедушках. Снова отметьте, где отзывается. Потом — о прабабушках и прадедушках. И так далее, до седьмого колена, если сможете. Каждое ощущение — это сигнал о состоянии вашей связи с конкретным уровнем Рода.

Ученики сосредоточились. Артём ходил между ними, иногда останавливаясь, чтобы положить руку на плечо, поправить дыхание.

После практики он спросил:

— Кто хочет поделиться?

Георгий ответил:

— Когда я думал о матери, у меня теплело в груди. А когда об отце — сжималось в солнечном сплетении. Как будто там узел.

— Это говорит о том, что с материнской линией у вас связь сердечная, тёплая, а с отцовской — напряжённая, возможно, есть невысказанное. Над этим мы будем работать в следующих лекциях.

Ирина тихо добавила:

— А я вообще ничего не почувствовала. Пустота.

— Это тоже сигнал. Пустота может означать, что связь с Родом разорвана или глубоко спрятана. Не пугайтесь. Это поправимо. Всё поправимо.

После практики Артём рассказал о своём опыте.

— Когда я впервые начал работать с Родом, я не понимал, зачем это нужно. Я был самоуверен, молод, и мне казалось, что я сам по себе. Но жизнь заставила меня копнуть глубже. Однажды, после тяжёлого разговора с отцом, я пошёл к старому дубу, сел под ним и заплакал. И вдруг почувствовал, как из земли поднимается тепло. Это была не магия. Это была любовь моих предков, которую я, сам того не зная, отвергал. В тот день я понял: я не один. И никогда не был один.

Он взял со стола мешочек с землёй.

— Это земля из-под нашего дуба. Того самого, что посадил ещё мой прадед. Когда я держу её в руке, я чувствую связь с четырьмя поколениями моей семьи. И я благодарен им. За жизнь. За уроки. За то, что они были, со всеми своими ошибками и победами.

Артём помолчал, затем добавил:

— Моя бабушка Мария передала мне книгу о семи сферах. Но она передала мне не только знания. Она передала родовую задачу — исцелять. И когда я понял это, моя жизнь обрела смысл. Я перестал бороться с Родом и начал сотрудничать с ним. И это изменило всё.

В конце лекции Артём дал домашнее задание.

— Первое: составьте список «Что я знаю о своём Роде». Впишите имена, даты, события, которые помните или знаете от родственников. Даже если это крохи — всё важно. Второе: заведите родовой дневник. Это будет ваш рабочий инструмент на весь курс. Записывайте туда сны, ощущения, мысли, которые будут приходить. И третье: каждый вечер перед сном уделяйте минуту благодарности предкам. Просто говорите: «Благодарю вас за жизнь». Не нужно сложных обрядов. Только искренность.

Он обвёл учеников тёплым взглядом.

— Мы начинаем большой путь. Путь к корням. И пусть он будет освещён любовью, а не страхом. Потому что Род — это не тюрьма, а дом. И в этом доме нас ждут.

Артём подошёл к горшку с ростком, стоявшему на подоконнике, и легонько погладил его листья.

— Пусть каждый из нас, — сказал он, — вырастит своё дерево. Настоящее. Живое. С крепкими корнями и высокими ветвями. И пусть это дерево будет частью великого леса, имя которому — Род.

«Род — это не прошлое, которое надо забыть, а почва, из которой мы растём. Ухаживай за почвой — и дерево само потянется к свету».

— Артём Бажаник, из дневника после первой лекции

Домашнее задание:

Составьте список «Что я знаю о своём Роде»: имена, даты, события, легенды.

Заведите родовой дневник. На первой странице напишите, что для вас значит Род.

Каждый вечер перед сном уделяйте минуту благодарности предкам.

Запишите в дневник, какие ощущения вы испытали во время медитации «Дерево Рода» и диагностики телесных откликов.

Подумайте, с кем из предков вы хотели бы познакомиться ближе, и запишите его имя. На следующих занятиях мы будем работать с этим.

Лекция вторая

Семь Колен и геносоциограмма: карта родовой памяти

«Семь поколений до тебя и семь после — ты стоишь в центре круга. И то, что ты делаешь сейчас, слышат и те, кто ушёл, и те, кто ещё не родился».

— Ригден Джапо

«Дерево, не помнящее своих корней, падает от первого ветра. Но дерево, знающее глубину, стоит и в бурю».

— Из записей гнома Терры

Февраль всё ещё держал Ольховку в морозных ладонях, но в воздухе уже угадывалось что-то новое: свет стал длиннее, и в полдень с крыш начинала капать первая, робкая капель. В старом клубе, где проходили занятия, с утра было протоплено, и к приходу учеников в зале стоял сухой, уютный жар. На столе у Артёма, рядом с уже привычными свечами и книгами, лежали сегодня необычные предметы: несколько больших листов плотной бумаги, цветные карандаши, линейки, моток красной шерстяной нити и маленькие деревянные фигурки — человечки, вырезанные из липы.

Артём встретил учеников стоя. Он был сосредоточен, но в глазах его светился тот особый огонёк, который появлялся, когда он готовился открыть что-то важное. Когда все расселись, он подошёл к столу, взял в руки красную нить и, не спеша, начал разматывать её, укладывая на пол перед собой в виде длинной линии.

— Прошлая наша встреча была вводной. Мы говорили о Роде как о живом организме, о правилах безопасности, о том, что предки — это не тени, а корни. Сегодня мы пойдём глубже. Мы построим карту. Карту семи колен. И научимся читать её, как читают старинные письма.

Он разложил нить так, что она образовала круг, а внутри него — ещё несколько концентрических кругов, соединённых короткими отрезками. Получилась подобие паутины или спирали.

— Представьте, что этот круг — ваш Род. В центре — вы. Вокруг вас, по кругам, — поколения. Первый круг, ближайший к вам, — ваши родители. Второй — бабушки и дедушки. Третий — прабабушки и прадедушки. И так далее, до седьмого колена. Семь кругов. Семь поколений. Семь сфер. Всё связано.

Он поднял с пола один из кругов нити и накинул его на спинку стула.

— В традиции многих народов — славян, индусов, кельтов — существует представление о семи коленах. Почему именно семь? Потому что семь — число полноты, число сфер, число нот, число дней творения. Семь поколений до вас — это сто двадцать шесть человек, если считать по прямой линии. Сто двадцать шесть жизней, сто двадцать шесть судеб, сто двадцать шесть источников вашей силы или вашей боли. Они стоят за вашей спиной. И каждый из них передал вам что-то: цвет глаз, черту характера, страхи, таланты, болезни, мечты.

Артём сделал паузу и обвёл учеников взглядом.

— Сегодня мы поговорим о том, как эти семь колен влияют на нашу жизнь. И я покажу вам инструмент, который помогает увидеть эти влияния. Называется он геносоциограмма.

Он подошёл к доске, висевшей на стене, и начал чертить схему: вертикальная линия, от которой в стороны расходились ветви, и на каждой ветви — кружок.

— Геносоциограмма — это графическое изображение семьи. Не просто генеалогическое древо, где записаны имена и даты, а карта судеб. На ней мы отмечаем не только, кто кем кому приходился, но и ключевые события: рождения, смерти, браки, разводы, болезни, переезды, войны, трагедии. Мы ищем повторения, совпадения, узлы. И когда мы видим эти узлы, мы начинаем понимать, почему в нашей жизни происходит то, что происходит.

Он повернулся к слушателям.

— Например, если в каждом поколении женщины рожали первых детей в одном и том же возрасте — это не случайность, а родовой ритм. Если мужчины умирали в сорок пять — это родовой сценарий. Если все старшие сыновья уходили из семьи — это родовой паттерн. Геносоциограмма позволяет увидеть эти нити.

Артём взял со стола один из листов и показал, как строить диаграмму.

— Основные символы: квадрат — мужчина, круг — женщина. Горизонтальная линия между ними — брак, косая черта — развод. Вертикальная линия вниз — дети. Крестик — смерть. Волнистая линия — конфликт. Двойная линия — сильная связь. Пунктир — разрыв. Это язык, на котором говорит история семьи.

Он быстро набросал пример: мужчина и женщина, их трое детей, у одного из детей — ранняя смерть, у другого — развод. Соединил линии, поставил даты.

— Вот так выглядит фрагмент геносоциограммы. Но главное — не сами символы, а то, что за ними. Даты. Совпадения. Повторения. В геносоциограмме важно искать синхронии: события, которые повторяются в одной и той же точке, в одном и том же возрасте, в одном и том же поколении. Эти синхронии — как стук в дверь: предок стучится, просит, чтобы его услышали.

Артём положил лист и прошёлся перед скамьями.

— Теперь — о связи семи колен с семью сферами. Вы уже знаете, что каждая сфера отвечает за определённую область жизни. Каждое колено тоже связано со своей сферой. Давайте разберём.

Он начал загибать пальцы.

— Первое колено — родители. Это Муладхара. Вопросы выживания, безопасности, базового доверия к миру. Всё, что мы получили от отца и матери в первые годы жизни, закладывает фундамент. Если родители были в страхе, если им не хватало ресурса, если они боялись, — это отпечатывается в нашем корне. И наоборот: если родители были в покое и силе, наш корень крепок.

Второе колено — бабушки и дедушки. Это Свадхистхана. Сфера эмоций, отношений, брака. Здесь живут родовые сценарии любви: кто кого любил, кто кого бросил, кто страдал. Многие наши проблемы в отношениях — это отголоски судеб наших бабушек и дедушек.

Третье колено — прабабушки и прадедушки. Это Манипура. Воля, социальная реализация, деньги. Сценарии бедности, власти, подавленной силы. Если ваши прадеды были раскулачены, сосланы, лишены имущества — этот страх может жить в вашей Манипуре.

Четвёртое колено — это восемь предков. Анахата. Сердце. Здесь копятя родовые любви и обиды, прощения и непращения. Часто именно здесь хранятся самые глубокие сердечные раны.

Пятое колено — шестнадцать предков. Вишудха. Голос, слово. Проклятия, сказанные в этом поколении, звучат до сих пор. Благословения — тоже. Молчание, в котором хоронили правду, — тоже.

Шестое колено — тридцать два предка. Аджна. Мировоззрение, убеждения, верования. Если в этом поколении кто-то отрёкся от веры, проклял Бога, ушёл в секту, — это влияет на видение потомков.

Седьмое колено — шестьдесят четыре предка. Сахасрара. Связь с высшим, с Родом как целым. Здесь — карма рода, его общая судьба, его место в потоке бытия.

Артём развёл руками.

— Конечно, это упрощённая схема. В жизни всё переплетено. Но она даёт нам карту, по которой можно ориентироваться. И когда мы смотрим на свою жизнь, на свои проблемы, мы можем спросить: а какое колено за этим стоит? Какая сфера задета? И тогда работа становится точнее.

Он сел на край стола и взял в руки деревянную фигурку.

— Теперь — медитация. Она называется «Спираль Семи Колен». Она помогает не умом, а сердцем пройти через все семь кругов и почувствовать их по-разному.

Артём попросил учеников закрыть глаза и снова устроиться удобно. Голос его стал мягче.

— Представьте, что вы стоите в центре круга. Вокруг вас — семь концентрических кругов, как на воде от брошенного камня. Первый круг — ваши родители. Они стоят ближе всех. Посмотрите на них. Что вы чувствуете? Тепло, холод, боль, благодарность? Не оценивайте, просто наблюдайте. Теперь сделайте шаг к ним, встаньте в первый круг. Почувствуйте их жизнь, их заботы. Теперь шагните дальше, во второй круг — к бабушкам и дедушкам. Их четверо. Они смотрят на вас. Почувствуйте их. Ещё шаг — третий круг, прабабушки и прадедушки. Их уже восемь. Ещё шаг — четвёртый, шестнадцать. Пятый — тридцать два. Шестой — шестьдесят четыре. Седьмой — сто двадцать восемь. Вы стоите в центре огромного хоровода. Все они смотрят на вас. И вы смотрите на них. Почувствуйте их общую силу. Почувствуйте, как от них к вам течёт свет. Это ваш Род. Это ваша опора. Побудьте в этом несколько минут.

В зале стояла тишина. Артём медленно прохаживался между учениками, иногда останавливаясь, чтобы коснуться плеча того, у кого дыхание сбивалось.

Через несколько минут он произнёс:

— Теперь медленно возвращайтесь. Поблагодарите своих предков. Откройте глаза.

Ученики открыли глаза. По лицам было видно, что переживания были глубокими. Вера вытирала слёзы, Елена сидела с отстранённым выражением, Виктор смотрел в одну точку, будто ещё видел кого-то.

— Поделитесь, — попросил Артём.

Первой заговорила Вера:

— Я видела свою бабушку по матери. Она стояла во втором круге и улыбалась. Но за ней, в третьем, я почувствовала темноту. Как будто кто-то плачет. Я не знаю кто.

— Это нормально. В следующих практиках мы сможем подойти к этой темноте и узнать, кто там плачет. Возможно, это какой-то непризнанный предок.

Елена сказала:

— А я почувствовала, что в первом круге — будто стена. Родители стоят, но между нами — холод. И это больно.

— Это тоже материал для работы. Первое колено, Муладхара. Возможно, там есть непрощённые обиды. Мы будем работать над принятием родителей.

Виктор, помедлив, произнёс:

— Я видел только темноту, но в ней — много людей. Они молчали. Но от них шло тепло. Как от печки.

Артём кивнул.

— Значит, ваш Род стоит за вами, даже если вы его не видите. Темнота — не всегда плохо. Это может быть плодородная почва.

Георгий поделился:

— Я почувствовал, что в шестом колене что-то странное. Как будто кто-то смотрит с недоверием. Как будто там были люди, которые не верили в Бога, а наоборот, в тёмные силы.

— Это важное наблюдение. Шестое колено связано с Аджной, с мировоззрением. Возможно, там были люди, отрёкшиеся от света. Это влияет на видение. Мы разберём это, когда будем говорить о родовых убеждениях.

После медитации Артём раздал ученикам листы бумаги и цветные карандаши.

— Теперь — построение геносоциограммы. Попробуйте изобразить свою семью хотя бы на три-четыре поколения. Используйте символы, которые я показывал. Квадрат — мужчина, круг — женщина. Отмечайте важные события: смерти, разводы, болезни, переезды. Если чего-то не знаете, оставьте пустое место. Пустота тоже говорит.

Ученики склонились над листами. Артём ходил между ними, подсказывал, помогал. Кто-то рисовал быстро, кто-то надолго задумывался. Вера, например, часто смотрела в потолок, прежде чем поставить дату. Виктор чертил аккуратно, как хирург. Елена то и дело вытирала глаза.

Когда все закончили, Артём попросил желающих показать свои диаграммы. Вызвался Георгий.

— Вот моя семья. Я изобразил до прабабушек. И я увидел, что все женщины по материнской линии теряли мужей в возрасте около пятидесяти. Это повторяется трижды.

— Вот видите? Это родовой паттерн. Если вы его видите, вы можете его изменить. Это первый шаг.

Вера показала свою диаграмму: в ней было много пустых мест.

— Я очень мало знаю о своих предках. Только бабушку и деда. Остальное — темнота.

— Пустые места — это не провал, а приглашение. Поговорите со старшими родственниками. Съездите на родину. Информация есть, просто она спрятана.

Елена не показала свою диаграмму, но сказала:

— Я обнаружила, что все мужчины в моём роду либо уходили, либо умирали рано. И я вдруг поняла, почему я так боюсь близости.

— Это глубокое осознание. В следующих лекциях мы будем работать именно с такими страхами.

В конце лекции Артём вернулся к столу и взял в руки красную нить.

— Запомните главное. Семь колен — это не абстрактная цифра. Это живые люди, которые стоят за вашей спиной. И у каждого из них есть имя. Есть судьба. Есть боль и радость.

Когда вы строите геносоциограмму, вы возвращаете им имена. Вы говорите: «Я помню вас. Я вижу вас». И это уже исцеление.

Он обмотал нить вокруг запястья, завязал узел.

— Домашнее задание. Первое: заполните карту семи колен хотя бы частично. Впишите имена, даты, события, которые знаете. Если есть пробелы — отметьте их. Второе: расспросите старших родственников. Каждый разговор — это нить, которая связывает вас с прошлым. Третье: запишите в родовой дневник, что вы почувствовали во время медитации «Спираль Семи Колен». И четвёртое: выберите одного предка, с которым вы хотели бы познакомиться ближе. В следующий раз мы начнём работать с конкретными судьбами.

Он поднял руку с нитью.

— И помните: вы — не первый и не последний. Вы — звено. И это великая честь.

«Семь колен — это семь дверей. За каждой — жизнь, которая ждёт, чтобы её признали. Открой эти двери — и ты войдёшь в дом, где тебя всегда ждали».

— Артём Бажаник, из дневника после второй лекции

Домашнее задание:

Заполните карту семи колен (хотя бы частично): имена, даты, события, легенды.

Расспросите старших родственников о семейной истории. Запишите в родовой дневник всё, что узнали.

Опишите свои ощущения во время медитации «Спираль Семи Колен».

Выберите одного предка, с которым хотите работать, и запишите его имя.

Постройте геносоциограмму своей семьи на 3–4 поколения, используя символы. Найдите хотя бы одно повторение (событие, возраст, болезнь) и отметьте его.

Лекция третья

Диагностика родовых сценариев: как увидеть невидимое

«Повторяющееся — это не случайность, а почерк Рода. Научись его читать — и ты перестанешь быть заложником».

— Артём Бажаник

«Судьба — это не то, что с нами случается, а то, что мы неосознанно повторяем».

— Карл Густав Юнг, в пересказе Артёма

«Невидимое не значит отсутствующее. Оно значит — ждущее, чтобы его увидели».

— Мария Васильевна Бажаник, из дневника

Март в Ольховке — время, когда зима и весна спорят за власть. По утрам ещё подмораживает, и наст хрустит под ногами, но к полудню солнце уже припекает, и с крыш срываются звонкие капли. В старом клубе, где проходили занятия, было тепло и немного душно от натопленной печи, но Артём, как всегда, распахнул верхнюю фрамугу окна, чтобы впустить свежий воздух. Пахло талым снегом, мокрой корой и чем-то неуловимо весенним — может быть, надеждой.

Ученики пришли все, и в зале чувствовалось приподнятое, но сосредоточенное настроение. На столе у Артёма сегодня лежали не привычные камни и травы, а предметы, напоминавшие инструменты исследователя: несколько листов с нарисованными геносоциограммами, цветные карандаши, маленькие деревянные фигурки — мужские и женские, вырезанные из липы, — и колода карт с символами. Но главное — на столе стоял старый, пожелтевший от времени альбом с фотографиями, который Артём принёс из дома.

Когда все расселись, Артём поднялся, обвёл учеников внимательным взглядом и заговорил:

— На прошлых встречах мы построили карту семи колен и научились видеть связь поколений. Сегодня мы пойдём дальше — мы будем учиться распознавать родовые сценарии. Те самые невидимые программы, которые заставляют нас повторять судьбы предков, даже когда

мы этого не хотим. Но сначала — вопрос: как вы думаете, почему человек, имея свободу воли, так часто повторяет чужие ошибки?

Первой ответила Вера:

— Потому что он не знает, что это чужие. Ему кажется, что это его собственная жизнь, его собственные решения.

— Именно, — кивнул Артём. — Мы не повторяем сознательно. Мы повторяем, потому что не видим образца. Сценарий живёт в нас как нечто само собой разумеющееся. Мы не спрашиваем: «Почему я вышла замуж за такого же человека, как мой отец?» Мы просто это делаем. Или не делаем, но страдаем от одиночества, не понимая, что это тоже сценарий. Задача диагностики — вывести невидимое на свет. Сделать бессознательное видимым. И тогда у нас появляется выбор.

Он сделал паузу, прошёлся перед скамьями.

— Сегодня мы поговорим о трёх вещах. Первое: что такое родовой сценарий и как его узнать. Второе: какие инструменты помогают его увидеть — геносоциограмма, анализ совпадений, сны, разговоры с родными, расстановки. И третье: как связано повторение с блокировкой определённых сфер. А в конце — практика «Зеркало Рода», которая помогает увидеть свою жизнь как отражение судеб предков.

Артём подошёл к столу и взял в руки старый альбом.

— Вот семейный альбом. Ему больше ста лет. В нём — лица моих предков. Когда я впервые открыл его, я был потрясён: я увидел, что мой дед по отцу как две капли воды похож на меня в молодости. Но ещё больше я был потрясён, когда узнал его судьбу. Он погиб на войне, оставив жену с тремя детьми. И я вдруг понял, что всю жизнь боялся оставить тех, кого люблю, без защиты. Этот страх не был моим. Он был его. Но я носил его, как носят чужую одежду, пока не понял, чья она.

Он положил альбом на стол.

— Вот что такое родовой сценарий. Это некая программа, которая передаётся из поколения в поколение и определяет наше поведение, наши чувства, наши выборы. Часто она рождается из травмы — войны, потери, голода, насилия, отвержения. Предок не смог прожить свою боль, не смог выразить её, и она осталась в родовом поле как непрожитая энергия. Потомки бессознательно берут эту боль на себя, надеясь исцелить её. Но вместо исцеления они повторяют ту же судьбу.

Он обвёл учеников взглядом.

— Признаки родового сценария. Первый: повторение. Если одно и то же событие — развод, болезнь, потеря, банкротство — происходит у нескольких родственников в разных поколениях, это не случайность. Второй: чувство «чужой жизни». Когда вы делаете что-то, что вам не свойственно, и думаете: «Это не я, это какая-то сила мной управляет». Третий: внутренние запреты. Например, вы не можете зарабатывать больше определённой суммы, хотя объективных причин нет. Или не можете построить длительные отношения, хотя желание есть. Это тоже сценарий — сценарий «нельзя».

Артём сделал паузу, как бы давая словам укорениться.

— Второй важный момент: сценарий всегда связан с блокировкой одной или нескольких сфер. Если сценарий финансовый — заблокирована Манипура. Если любовный — Анахата или Свадхистхана. Если сценарий потери, страха за жизнь — Муладхара. Если молчание, ложь — Вишудха. Если искажённое видение мира — Аджна. Диагностика сценария — это одновременно диагностика сфер. И наоборот: зная, какая сфера у вас ослаблена, можно предположить, какой родовой сценарий за ней стоит.

Затем Артём перешёл к инструментам.

— Первый и главный инструмент — геносоциограмма, о которой мы начали говорить. На прошлом занятии вы составили свои диаграммы. Сегодня мы посмотрим на них внимательнее:

не на имена, а на повторения. Возьмите свои листы. Найдите события, которые повторяются. Это может быть возраст, в котором умирали мужчины, или число детей, или разводы в одном и том же возрасте, или профессии, или болезни. Отметьте их. Это и есть следы сценария.

Он дал ученикам несколько минут. Кто-то уже начал водить пальцем по своим схемам, кто-то задумался, глядя в потолок.

— Второй инструмент — анализ совпадений. В родовой системе часто есть «синхронии»: события, которые происходят в одном и том же возрасте, в одну и ту же дату, в одном и том же поколении. Например, у прабабушки умер первый ребёнок в год, когда ей было двадцать пять; у бабушки — тоже; у матери — выкидыш в том же возрасте; и вот вы боитесь беременности, не понимая почему. Это синхрония. Если вы её видите — вы уже наполовину освободились.

Третий инструмент — сны и знаки. Предки часто приходят во сне, чтобы указать на проблему. Обращайте внимание: снятся ли вам умершие родственники? Что они говорят? Какие чувства вызывают? Иногда сон — это прямой диалог. Иногда — символ. Например, если вам снится, что вы тонете, — возможно, это указывает на непрожитую эмоцию вашей прабабки, которая утонула в горе. Сны — это мост.

Четвёртый инструмент — родовое интервью. Разговоры со старшими родственниками. Но не простые расспросы «кто где жил», а вопросы о судьбе, о чувствах, о трудных событиях. Как умер дед? Что пережила бабушка, когда её мужа забрали? Почему тётя не вышла замуж? Задавайте вопросы, слушайте внимательно, записывайте. Иногда одна фраза открывает целую историю.

И пятый инструмент — семейные расстановки. Это метод, пришедший из психологии, но мы в Школе используем его в эзотерическом ключе. Суть: вы ставите фигурки (или живых заместителей) в пространстве, отображая вашу семью, и наблюдаете, что происходит. Кто куда смотрит, кто к кому тянется, кто отворачивается. Это позволяет увидеть скрытую динамику. Сегодня мы попробуем сделать простую расстановку.

Артём перешёл к практической части.

— Начнём с медитации «Зеркало Рода». Сядьте удобно, закройте глаза. Представьте, что перед вами большое зеркало. Но это не обычное зеркало. В нём отражается не ваше лицо, а лица ваших предков. Сначала вы видите отца и мать. Потом их сменяют бабушки и дедушки. Потом прабабушки и прадедушки. Всматривайтесь в эти лица. Ищите в них себя. Вы увидите: ваши глаза — это глаза прабабки. Ваш рот — это рот деда. Ваша осанка — это осанка того, кто жил сто лет назад. Не пугайтесь, если увидите слёзы. Просто наблюдайте. Теперь задайте вопрос: «Что из того, что я считаю своим, на самом деле принадлежит им?» Слушайте. Ответ может прийти как слово, как образ, как чувство. Побудьте в этой тишине.

Артём говорил медленно, и в зале стояла глубокая, почти осязаемая тишина. Ученики сидели с закрытыми глазами; у некоторых по щекам текли слёзы, но никто не всхлипывал — это были слёзы осознания.

Через несколько минут он произнёс:

— Теперь медленно возвращайтесь. Запомните то, что увидели. Откройте глаза.

Ученики открыли глаза. Артём дал им минуту, чтобы прийти в себя.

— Поделитесь, — попросил он.

Первой заговорила Елена:

— Я увидела, что у меня бабушкины руки. И вдруг поняла: я же всё время делаю ими то же самое — стряпаю, шью, вяжу, хотя мне казалось, что я это сама выбрала. Но это не моё. Это её. И ещё я почувствовала, что она не доделала что-то важное. И я как будто должна за неё доделать.

— Это очень точное наблюдение. Ваша задача — понять, что именно не доделала бабушка, и завершить это уже для себя, а не вместо неё. Не «за неё», а «для продолжения её линии». Понимаете разницу?

Елена кивнула.

Виктор, помолчав, сказал:

— Я увидел в зеркале только своё лицо. Но оно было чужим. Как будто я смотрю на себя со стороны и не узнаю. И вдруг мелькнуло лицо моего отца — он был пьян и зол. И я испугался, что я — это он.

— Это глубокий страх, Виктор. Вы боитесь повторить судьбу отца. Но одно то, что вы это увидели и назвали, уже отделяет вас от него. Вы не он. Вы — тот, кто смотрит и выбирает.

Вера поделилась:

— А я видела свою маму, но она была молодая и счастливая. И вдруг я поняла, что она, выходя замуж, отказалась от своей мечты — учиться на художницу. И теперь я рисую, но всё время бросаю. Наверное, я повторяю её отказ.

— И это сценарий. Ваша Свадхистхана, сфера творчества, заблокирована незавершённой мечтой матери. Осознание — первый шаг. Дальше нужно будет позволить себе завершить её мечту, но по-своему.

Георгий сказал:

— Я увидел, что все мужчины в моём роду смотрели в одну сторону — как будто вдаль, на войну. И я тоже всегда смотрю вдаль, не замечая того, что рядом. Это тоже сценарий?

— Да. Сценарий «мужчина, который всегда на посту, но не в семье». Это блокирует вашу Анахату. Ваша задача — научиться быть здесь, с теми, кто рядом. Это и есть исцеление.

После медитации Артём предложил мини-расстановку.

— Возьмите деревянные фигурки. Их достаточно, чтобы обозначить ключевых членов семьи. Выберите те, которые ассоциируются с вами, родителями, бабушками, дедушками. Поставьте их на стол так, как чувствуете. Не думайте — просто ставьте. Потом отойдите и посмотрите: кто куда смотрит? Кто стоит спиной? Кто слишком близко? Кто далеко? Всё это — отражение вашей родовой динамики.

Ученики начали расставлять фигурки. Вера поставила свою фигурку спиной к материнской. Виктор поставил отца в дальний угол, а сам встал рядом с матерью, но на расстоянии. Елена долго не могла решить, куда поставить бабушку, и наконец поместила её между собой и матерью.

Артём обходил столы, комментировал мягко, без оценок.

— Вера, ваша поза говорит о неприятии материнской линии. Это может быть связано с обидами, которые вы ещё не готовы прожить. Не торопитесь. Но обратите внимание: пока вы стоите спиной, вы не получаете энергию рода. Когда будете готовы, развернётесь.

— Виктор, вы поставили отца далеко. Это не значит, что вы его ненавидите. Это может быть защита от его судьбы. Но он всё равно ваш отец. Попробуйте мысленно поставить его не так далеко, но и не вплотную. Почувствуйте разницу.

— Елена, бабушка между вами и матерью — это точное отражение: вы приняли её сценарий как буфер между собой и матерью. Возможно, мать не смогла прожить какую-то боль, и вы взяли на себя роль посредника. Это частая роль младших.

После расстановок Артём попросил каждого записать в дневник, что они увидели.

В конце лекции Артём подвёл итог.

— Сегодня вы сделали первый шаг: вы увидели невидимое. Но увидеть — мало. Дальше будет работа: исцеление травм, принятие благословений, разрыв сценариев. Не всё сразу. Идите медленно. Род — это не гора, которую нужно покорить, а поле, которое нужно возделывать.

Он взял со стола альбом, открыл на последней странице и показал пустой лист.

— Видите? Здесь заканчивается прошлое и начинается будущее. Ваше будущее. Вы можете вписать туда свою судьбу. И это будет уже не сценарий, а выбор.

Артём закрыл альбом и улыбнулся.

— Домашнее задание. Первое: пересмотрите свои геносоциограммы и отметьте три повторяющихся события. Запишите, какая сфера за ними стоит. Второе: проведите хотя бы одно родовое интервью — с родителями, бабушками, старшими родственниками. Задавайте вопросы о судьбах, чувствах, трудностях. Записывайте. Третье: в родовом дневнике опишите, что вы увидели в зеркале Рода и в расстановке. И четвёртое: выберите один сценарий, который вы хотите разорвать, и сформулируйте его в одной фразе. Например: «В моём роду женщины остаются одни». В следующей лекции мы начнём работать с ним.

Он подождал, пока ученики запишут.

— И помните: то, что вы увидели сегодня, может вызывать боль. Это нормально. Боль — признак того, что вы прикоснулись к живому. Не бегите от неё. Но и не тоните в ней. Просто позвольте ей быть. И она начнёт отпускать.

Ученики начали расходиться. Виктор задержался у стола, разглядывая альбом.

— Артём, — сказал он тихо, — а вы сами какой сценарий разрывали?

Артём подошёл, положил руку на альбом.

— Страх потери. Страх, что я не смогу защитить тех, кого люблю. Он передался мне от деда, который не вернулся с войны. Я долго не понимал, почему мне постоянно кажется, что я должен быть везде, должен всё контролировать. Потом я увидел его судьбу и понял: это не моя война. Это его. И я не обязан за него погибать. Я обязан жить.

Он посмотрел на Виктора.

— У каждого свой сценарий. Но у каждого есть и своя жизнь. И право выбрать её.

Виктор кивнул, забрал свою фигурку со стола — ту, что обозначала его, — и вышел.

Артём остался один. Он подошёл к окну, распахнул его шире. В зал ворвался свежий мартовский ветер, пахнувший талым снегом и надеждой.

«Увидеть сценарий — значит выйти из подчинения. Ибо то, что названо, больше не имеет власти над нами».

— Артём Бажаник, из дневника после третьей лекции

Домашнее задание:

Пересмотрите свои геносоциограммы. Найдите три повторяющихся события (разводы, болезни, потери, возраст). Определите, какая сфера заблокирована.

Проведите родовое интервью: расспросите старших родственников о судьбах предков, о чувствах, о трудных событиях. Запишите в дневник.

Опишите в родовом дневнике, что вы увидели во время медитации «Зеркало Рода» и в мини-расстановке.

Выберите один родовой сценарий, с которым хотите работать, и сформулируйте его в одной фразе.

Запишите, что вы чувствовали, когда увидели сценарий: боль, облегчение, страх, злость? Не подавляйте чувства — они важны.

Лекция четвёртая

Исцеление родовых травм: отпустить прошлое

«Раны, которые не залечили отцы, наследуют дети. Но у детей есть шанс не передать их дальше».

— Карл Густав Юнг, в пересказе Артёма Бажаника

«Боль, которую не прожили предки, становится нашим невидимым грузом. Мы можем сбросить его, только если сначала признаем, что он существует».

— Мария Васильевна Бажаник, из дневника

«Плакать о прошлом — не слабость. Это поливка корней, которые слишком долго стояли в сухой земле».

— Анна Степановна, из бесед с учениками

Апрель в Ольховке — месяц, когда земля наконец просыпается. Снег сошёл почти везде, оставив после себя мокрые, блестящие проталины; на пригорках уже пробивалась первая, робкая зелень, а в саду Артёма набухли почки на яблонях. Пахло сырой землёй, прелыми листьями и той особенной, тревожно-сладкой свежестью, какая бывает только перед настоящей весной.

В старом клубе было прохладнее, чем обычно: Артём не стал топить печь слишком жарко, чтобы воздух оставался бодрящим. Ученики пришли в распахнутых куртках, но без шапок, и в зале сразу стало тесно от дыхания, от ожидания. На столе у Артёма сегодня лежали только свечи, чистые листы бумаги, карандаши и небольшой глиняный сосуд с водой. Никаких камней, никаких трав — только тишина и свет.

Когда все расселись, Артём не стал садиться. Он стоял у окна, глядя на сад, и в его лице было то особое, глубокое спокойствие, которое появлялось перед трудными разговорами. Наконец он повернулся к собравшимся.

— Мы подошли к самому сердцу нашей работы, — произнёс он негромко. — К тому, ради чего, возможно, вы и пришли на этот курс. Сегодня мы будем говорить о родовых травмах. О боли, которая передаётся из поколения в поколение, как непрошенная наследница. И о том, как эту боль можно исцелить. Не отмахнуться, не спрятать, а именно исцелить — так, чтобы она перестала управлять нашими жизнями.

Он сделал паузу, обводя взглядом лица учеников. Вера сидела, обхватив себя руками, Елена теребила край шарфа, Виктор, как всегда, был собран, но в его глазах стояла та особая настороженность, какая бывает у человека, знающего, что сейчас заденут старое.

— На прошлой лекции мы учились видеть родовые сценарии. Сегодня мы пойдём глубже — к их истокам. Потому что сценарий — это не просто повторение событий. Это крик о помощи. Это непрожитая боль предка, которая осталась в родовом поле и теперь ищет выход через нас. И пока мы не поможем предку прожить его боль, мы будем повторять его судьбу.

Артём подошёл к столу, взял в руки глиняный сосуд с водой и поднял его, показывая всем.

— Вода. Символ эмоций, текучести, жизни. В родовой работе вода — наш главный союзник. Она помогает смывать то, что застряло, отпускать то, что держит. Сегодня она будет с нами. Но сначала я расскажу, что такое трансгенерационная травма.

Он поставил сосуд и опёрся ладонями о стол.

— Трансгенерационная травма — это рана, полученная предком, которая не была заживлена при его жизни. Война. Голод. Репрессии. Потеря детей. Насилие. Отвержение. Разорение. Всё, что ломает человека настолько, что он не может справиться. И тогда психика предка делает то, что умеет лучше всего: замораживает боль. Не проживает, не отпускает, а замораживает, чтобы выжить. Но замороженная боль никуда не исчезает. Она остаётся в родовом поле, как ледяной ком, и передаётся потомкам.

Он выпрямился, прошёлся перед скамьями.

— Как передаётся эта боль? Три пути. Первый — через молчание. Когда в семье о чём-то не говорят, когда какая-то тема под запретом, когда ребёнок чувствует, что есть тайна, которую нельзя трогать. Это молчание становится глухим звуком, который звучит внутри потомков. Второй — через страх. Предок, переживший ужас, передаёт детям не сам ужас, а его отпечаток — постоянную тревогу, ожидание беды, недоверие к миру. Третий — через симптомы. Часто то, что мы считаем своей болезнью или своей неудачей, на самом деле является отголоском чужой судьбы. Боли в спине у человека, чей прадед всю жизнь гнул спину на барщине. Страх голода у внучки блокадницы. Неумение радоваться у потомка тех, кто выживал, но не жил.

Артём остановился, посмотрел на учеников.

— Узнаёте? Почти у каждого из нас есть такое. Важно понять: это не ваша вина. Вы не выбирали эту боль. Но вы — тот, кто может её исцелить. Потому что вы живы. Потому что у вас есть сердце, способное сострадать. Потому что вы здесь.

Он вернулся к столу, взял лист бумаги и карандаш.

— Теперь — практики. Их несколько, и все они направлены на одно: помочь предку прожить его боль, а вам — освободиться от неё. Первая практика называется «Внутренний ребёнок предка». Суть в том, чтобы увидеть предка не взрослым, сломленным человеком, а маленьким ребёнком, который когда-то был испуган, ранен, лишён любви. И дать ему то, чего ему не хватило.

Он отложил карандаш.

— Сядьте удобно. Закройте глаза. Подумайте о предке, чья судьба вызывает у вас сострадание. Это может быть дед, погибший на войне. Бабушка, потерявшая детей в голод. Прадед, раскулаченный и сосланный. Представьте его не таким, каким вы его знали или видели на фотографиях, а маленьким. Ему пять, шесть, семь лет. Он стоит перед вами — испуганный, одинокий, не понимающий, за что ему столько боли. Посмотрите на него. Скажите ему: «Я вижу тебя. Ты не один. Твоя боль не напрасна». Подойдите к нему. Обнимите его. Почувствуйте, как он дрожит. Держите его столько, сколько нужно. Скажите ему: «Я тебя люблю. Я тебя помню. Ты важен». Пусть он поплачет у вас на плече. Пусть выплачет то, что не выплакал тогда. А теперь представьте, что из вашей Анахаты — из сердца — течёт зелёный свет, тёплый и мягкий. Он окутывает ребёнка, согревает его, наполняет силой. Ребёнок успокаивается. Он улыбается. Он свободен. Побудьте с ним ещё немного. Потом отпустите его — не навсегда, а в свет. Пусть он идёт, зная, что вы его любите.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.