



Глушко Светлана

Холодность. Ревность.

Измены.

**Как вернуть гармонию в
семье?**

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?

Введение

1. Холодность	4
2. Разочарование	7
3. Ревность	8
4. Измены	9
5. Как вернуть гармонию в семье	11
6. Примеры из практики	14
7. Скорая помощь в отношениях	19
8. Обо мне	21

Заключение

Мужчины имеют столь же преувеличенное представление о своих правах, как женщины – о своем бесправии.

Эдгар Уотсон Хоу

Эмансипация – это когда к женским недостаткам прибавляются мужские.

Аркадий Давидович

Без равенства нет супружества. Жена, исключенная из всех интересов, занимающих ее мужа, чуждая им, не делящая их, – наложница, экономка, нянька, но не жена в полном, в благородном значении слова.

Александр Иванович Герцен

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?

Введение

Когда у человека не стоит проблема здоровья, то на первый план выходят такие взаимосвязанные задачи как:

- Осознание своего пути, открытие таланта
- Самооценка, любовь к себе
- Взаимоотношение с противоположным полом



Если что-то из этого хромает, то у человека нет состояния гармонии, умиротворенности, счастья, полёта. В этой небольшой книге мы поговорим о взаимоотношениях, любви и супружестве.

Эта проблема самая запутанная и неизведанная. Нет ни одной другой с таким количеством неверных установок и убеждений у мужчин и женщин.

Искала мудрые афоризмы для этой книги, прочитала несколько сотен мыслей великих мира сего о любви и супружестве, но смогла

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье? выбрать из них только три. В остальных: боль, непонимание, разочарование, одиночество.

Я поделюсь с вами своим опытом построения счастья в семье. Мы с супругом вместе более 20 лет, преодолели разные периоды в нашей жизни, и не всё было гладко с самого начала. Но самое важное, что нам удалось пронести через эти годы – это уважение и любовь друг к другу. Благодаря постоянной работе над собой. Какой,- поговорим позже.

1. Холодность

Непостижимое таинство – Любовь. Начало романа. Так хорошо быть вместе, спутник рядом кажется идеальным. Свадьба. Не хочется расставаться ни на минуту.

Ожидание ребенка, радость появления. Внимание и забота. Кажется, так будет всегда.

Прошли годы. Со стороны всем кажется, что у вас идеальная семья. Подружки завидуют. Но, почему-то, вы уже не торопитесь домой, всё чаще хочется отдохнуть друг от друга, съездить в отпуск поодиночке. Страсть прошла, осталось мертвенное спокойствие и привычка.

Приходят мысли: «Неужели уже больше ничего не будет? Как незаметно растворилась радость в отношениях? А можно ли её вернуть?»

Подружки говорят: «Что ты с «жиру бесишься?» Не пьет, не скандалит, детей любит, чего тебе еще?»

А на сердце одиночество и щемящая тоска, которую ты заполняешь работой, сериалами, сладкими пирожными, шоколадом и заботой о детях. А кто-то решается на любовные интрижки на стороне, что добавляет к остальным проблемам еще и чувство вины.

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?
А что делать? Развод? Остаться одной ничем не лучше одиночества с мужем. Привычка. Страх перемен. А впереди старость, непонимание и одиночество вдвоём.

Редко кому из мужчин и женщин удастся не попасться в этот **кажущийся** безвыходным круг. Только тем, кто обладает врожденной мудростью и интуитивным знанием, как надо, или благодаря огромной работе над собой.

Когда начинаешь разбираться, то видишь, что эта проблема возникает у всех одинаково, как по шаблону, только с разной силой.

Причин здесь несколько:

- Обида, холодность сердца, страх любить
- Самозапрет на радость
- Ложные установки о взаимоотношениях и сексуальности между мужчинами и женщинами



Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?

Причина здесь не в спутнике жизни, а у самого человека внутри.

Мы несём свои обиды из глубокого детства и генетической памяти, где мы любили открыто и искренне. Душа в детстве настолько ранима, что многие ситуации она расценивает как отвержение и нелюбовь к себе со стороны родителей.

Теряется вера в себя, в свою ценность, возникает обида. Обида настолько сильная, что маленький человечек решает, что безопаснее не любить больше никогда. Ведь он уже открыл своё сердце один раз, и было очень больно от разочарования.

Человек принимает решение не чувствовать, закрывается от всего мира и от самых близких людей, погружаясь в одиночество.

Защищаясь от боли, он, к сожалению, теряет и радость. Радость от любви, жизни, отношений с близкими людьми. Возникает бесчувствие, которое постепенно из чувств переходит на уровень тела, уже тело становится бесчувственным к боли и ласкам.

Защитившись от боли, мы теряем радость. Это состояние формируется в детстве и накапливается с годами. В среднем к 40 годам набирая большую силу. Мы начинаем понимать, что вроде всё хорошо, но какая-то тревога, неудовлетворенность, одиночество. И любовь вроде есть, но не захватывает, внутри какой-то барьер и тоска.

Потеряв веру в себя, мы перестаем себе доверять, своим чувствам, ощущениям, мыслям, всё больше веря установкам общества, морали. Всё больше запутываемся в жизни, теряя ориентиры.

Судя по моим наблюдениям, более 90% людей в таком состоянии, глубина защиты от чувств может быть разная, в зависимости от того, как вели себя родители во время вашего взросления.

В чём состоит трудность?

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье? Всё это было в глубоком детстве и забыто. Мозг, не видя полную картину, не может решить задачу и даже не может понять, что это проблема. Так как живёт с ней всю жизнь и стал считать это состояние нормой.

Всё решается очень быстро, после того, как дать человеку возможность увидеть картинку целиком, проанализировав цепочку из глубокого детства в настоящее.

Есть способ, как это сделать достаточно быстро и с большой точностью. И всё становится ясно: человек, восстановив события, выбирает, при желании, новый путь – чувствовать, любить, радоваться, доверять себе. Как будто пелена с глаз спадает и открывается другая реальность, которую не замечал.

Как это сделать, рассмотрим ниже.

2. Разочарование



Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье? Любовь. Страсть. Свадьба. Медовый месяц. И вдруг начинают открываться глаза на того, кто рядом. Всё, что раньше не замечал, начинает раздражать, злить. То, что мы раньше видели милым, сейчас бесит.

До свадьбы не могли жить друг без друга, а сейчас не можем находиться рядом, под одной крышей.

Причина всё та же.

Когда мы захвачены страстью, всё остальное отступает на второй план и до поры не заметно. Как только страсть немного стихает, в нас просыпаются обиды, неудовлетворенность, ожидание разочарования из нашего далекого детства.

3. Ревность



Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье? Жгучее, раздирающее чувство, не имеющее к любви никакого отношения. Многие убеждены, что ревнует, значит, любит. И обратное: если нет ревности, то нет любви.

Много семей разрушило это чувство, кажущееся невинным вначале. Постоянно под подозрением, тебе не верят ни в чем, бесконечные оправдания. Унижающий обыск карманов, проверка СМС, распечатка звонков, отслеживание местонахождения по телефону, бесконечные скандалы и выяснения отношений.

Это может уничтожить любую любовь и привести к разрыву. Или к желанию изменить. Что терять, если уже столько раз обвинили и наказали.

На самом деле ревность – это низкая самооценка. Человек настолько сомневается в том, что он достоин любви другого, что его гложат постоянные подозрения. Он не любит себя и не способен по настоящему любить других, постоянно ожидая боли от любви. От страха будущей боли он не способен жить и наслаждаться настоящим.

Это ожидание боли настолько сильно захватывает человека, что он теряет контроль над собой.

Лечится ревность так же, как и предыдущие проблемы. Когда человек видит полную картину и понимает, как он потерял любовь к себе. Тогда он возвращается в реальность, ревность отступает. Навсегда!

4. Измены

Почему возникают измены, мы разобрали выше. Когда в семье потеряна близость и искренность, ощущение единства, многие идут путем, который предложен обществом. Есть такое мнение в народе, что, меняя тела, можно оживить чувства.



Мужчины более активны вовне, по природе своей. Когда они чувствуют неудовлетворенность, но не знают, как решить её, то есть выход, который применялся многими поколениями. Можно сказать, что он передается в генетической памяти. Легче изменять, начать

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье? пить, уходить с головой в работу и находить другие способы уйти от решения проблемы.

В основе же лежит холодность в отношениях и потеря духовной близости. Не всегда осознаваемые разумом, ощущения на уровне тела. Мы чувствуем намного больше, чем осознаём.

Женщины больше погружены в себя, чувствуя неудовлетворенность, – они уходят в быт, работу, заботу о детях. Что тоже не способствует решению проблемы, а только усугубляет её.

Современные женщины всё чаще стали идти путём мужчин, выбирая измены. Глубоко убеждена, что это нисколько не решает проблему и не прибавляет счастья, а усугубляет разобщенность в паре.

В современной психологии уже найдены способы возвращения чувственности и любви, понимания и общности. Не откладывайте на потом, – часто даже нескольких глубинных коррекций достаточно, чтобы вернуть гармонию.

5. Как вернуть гармонию в семье

Понять, что происходит в настоящем, можно, только взглянув на всё как на систему. Человек приходит в эту жизнь с генетической матрицей, дальше идет матрица Зачатия, пренатальный период, где человечек впитывает информацию родителей, и матрица Рождения.

Матрица – это такой момент, когда всё, что происходит в этот момент: в каком настроении были мама и папа; как они реагируют на происходящее; как думают о ребенке; с какими эмоциями малыш их проходит, влияет на все события его жизни в последующем.



К трём годам у ребёнка уже сформирован взгляд на мир. На взаимоотношения между мужчиной и женщиной – на примере отца и матери, способы реагирования на разные ситуации.

Если присмотреться внимательно к играм ребёнка в трехлетний период, то можно увидеть, как он будет строить отношения в своей семье.

Какой путь выбирает маленькая девочка: Я-мама или Я-жена. Редко какая женщина находится в гармонии и для нее это – равные по ценности составляющие.

В супружестве мужчина и женщина повторяют опыт, приобретённый в своей родительской семье, хотя бы они этого или нет. Нужна большая работа над собой, чтобы выйти из приобретенного шаблона.

Чтобы восстановить гармонию в семье, необходимо избавиться от приобретенной в родительской семье боли.

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?

У славян существовали свои методы работы с болью семьи, они назывались крисением. Эти методы применялись постоянно при возникновении непонимания и обид.

Также существует очень мощное современное направление работы с сознанием и подсознанием – кинезиология по концепции «Три в одном», ниже описаны случаи из практики по этой методике.

За основу в этом направлении взято **мышечное тестирование**. Наши мышцы реагируют на эмоции нормальным или пониженным тонусом, который кинезиолог умеет понимать. Считывая ответы тела, мы можем быстро выйти на уровень подсознания. За несколько минут узнать настоящую причину нарушения взаимоотношений, и какие эмоции за ними стоят.

С помощью этой техники можно быстро вывести семью из кризиса.

Тогда между мужем и женой:

- Снова вспыхнут любовь, страсть и желание
- Нежный взгляд и поцелуй украдкой
- Желание быть вместе и спешить домой
- Тепло и нежность
- Счастье на лицах детей
- Ощущение общности и понимание цели семьи
- Желание дорожить друг другом и идти навстречу

Любование будет не «супружеской обязанностью», а моментом, когда хочется подарить себя друг другу. Окружить нежностью и любовью, подарить всю свою женскую (мужскую) сущность, энергию и внутреннюю гармонию, объять ею любимого. Ощутить, как сливаются

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье? две равные, мощные, сильные и нежные энергии, становясь единым целым, даря частичку себя любимому.

Любовь на уровне души, когда безразличны позы, не нужны слова. Когда энергия бьет через край, становится всё сильнее, когда останавливается время.



6. Примеры из практики

Альберт, 26 лет

Проблема: у Альберта не получались отношения с женщинами, ему были неприятны их прикосновения и он ничего не мог с этим сделать.

Коррекция: мышечный тест показал необходимость работать с матрицей Рождения. Альберт рассказал, что, когда он родился, женщина-врач взяла его в руки - очень грубо и равнодушно. Начала трясти, перевернув вверх ногами, шлепала по лицу и ягодицам.

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?
Это была первая женщина, которую он увидел после рождения, и его тело и подсознание стало ожидать от женщин только неприятностей.

Как это ни печально, но 80% мужчин, которые были у меня на коррекции, имеют тот же стресс на женские прикосновения.

Когда я брала их за руки, чтобы протестировать, их тело реагировало сильнейшим стрессом. Я думаю, поэтому бытует мнение среди сексологов, что мужчины безразличны к поглаживаниям – на самом деле они просто испытывают сильный стресс, который можно преобразовать.



Дарья, 40 лет

Проблема: тяжелые взаимоотношения с мужем, которые изматывают и отнимают все силы.

Коррекция: мы протестировали, что в основе этой проблемы лежит зависимость от мужа, низкая самооценка. Зависимость вызывает состояние безысходности.

Тест указал возраст причины, когда она впервые почувствовала себя зависимой от мужчин – 2 месяца перинатального периода. Дарья научилась так вести себя у своей мамы, которой казалось, что если

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье? она расстанется со своим мужчиной, то навсегда останется одна. На нее будут показывать пальцем, как на мать-одиночку, поэтому она должна терпеть ради ребенка.

К сожалению, у женщин часто бывают такие заблуждения, они очень сильны на подсознательном уровне. Женщины уверены, что для ребенка они обязаны жить с нелюбимым мужем – это иллюзия.

Ребенок чувствует неискренность и напряженность в отношениях между родителями, он на их примере усваивает модель поведения, которую воплотит в жизнь, когда вырастет.

Если вы хотите сохранить семью, то здесь только один вариант, вам необходимо понять причину ваших разногласий, и устранить их, чтобы в семью вернулась любовь.

Дарья поняла причину своей проблемы, преобразовав её, стала спокойной, перестала нервничать и ругаться. Дети сразу это заметили, а муж удивился. Такие перемены в жене привели к тому, что он стал стремиться наладить их отношения.

Татьяна, 42 года

Проблема: измена мужа, депрессия

Коррекция: часто изменяет один, а проблема общая. Почему в семье произошла измена? Мы искали ответ на этот вопрос с помощью мышечного теста и анализа семьи. 15 лет вместе, всё казалось спокойным и благополучным, произошедшее для Татьяны было громом среди ясного неба.

Тест показал необходимость работать с матрицей Рождения. Отец не принял маленькую Татьяну, её мама с Зачатия ребенка была одна, и во время рождения им было так одиноко и тоскливо.

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?

Казалось, что с ней что-то не так, поэтому папа не принял её. Развился сильный стресс на себя, своё тело, упала самооценка, потерялась вера в себя, в то, что на мужчину в этой жизни можно положиться.

Татьяне всегда казалось, что мужчина может предать, была сильная ревность, всегда искала и требовала от супруга подтверждения того, что она любима, что её можно любить.

Ей казалось, что с таким телом, как у неё, невозможно быть любимой. Очень часто была в подавленном настроении, депрессии, слабости, ощущении упадка сил. От этого состояния пыталась сбежать в религию, стала ходить в церковь.

Сексуальные отношения стали казаться грязными, неприятными, превратились в вынужденную необходимость, супружескую повинность. Жизнь была однообразна: дом, быт, ребёнок.

Мы очень часто притягиваем те события в свою жизнь, которых ожидаем. Если женщина уверена, что мужчина может предать, она выберет именно такого, который пойдет по этому пути решения проблем.

Когда мы в депрессии, всё становится однообразным, нет сил начать стремиться, развиваться, что-то менять в своей жизни. Когда сознание запуталось и «утопло в трясине», душа не видит другого выбора, как поставить человека в состояние сильной боли. Это единственное, что может заставить подумать о своей жизни, начать развиваться.

После серии коррекций Татьяна стала выходить из состояния депрессии, захотелось жить, развиваться, любить.

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?

Александр, 45 лет, муж Татьяны

Проблема: сожаление о сделанном, невозможность найти выход из сложившейся ситуации.

Коррекция: нам, прежде всего, нужно было понять, почему именно такой шаг был сделан. Мышечный тест показал необходимость работать с матрицей Зачатия. В зачатии он почувствовал себя таким ненужным. Казалось, что мама не любит его и не принимает. Хотелось закрыться от родителей, ничего не чувствовать и скорее повзрослеть.

Когда маленький Саша рос, он делал попытки сблизиться с мамой, но не чувствовал от неё любви, тепла, первый опыт подтверждался. Стало казаться, что все женщины такие – холодные и отстраненные, погруженные в свой внутренний мир и не пускающие туда никого.

Часто так бывает, что мужчина выбирает себе в жёны женщину, похожую по душевному состоянию на свою маму. На духовном плане – это возможность понять, что же ты сделал не так в своей родительской семье. Почему всё именно так воспринял, стал защищаться, бояться любить.

Душа намеренно выбирает эту боль, чтобы помочь человеку понять, что не надо прятаться от любви. Мир отвечает тебе тем, что ты от него ожидаешь.

Александр описывал свою беспомощность перед отстраненностью жены, невозможностью пробиться сквозь эту стену. Так не хватает душевного тепла, любви. Одиночество.

Как вдруг в его жизнь ворвалась любовь, правда не в семье. Новые чувства вскружили голову, появилась радость.

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье? Скандал в семье, необходимость выбора. Оказалось всё не так, как виделось в начале, и новой подруге не нужна семья, для неё все было не серьезно, так, мимолетное развлечение.

Александр остался у «разбитого корыта». В семье не принимают, новой подруге он не нужен, как восстановить разрушенное?

Пришло понимание, что он пошел не тем путём, что холод жены можно растопить любовью.

7. Скорая помощь в отношениях



Главный механизм разрушения взаимоотношений – **молчание**. Мы имеем внутри себя представление о мужчинах \ женщинах, взаимоотношениях, о других сферах жизни, что является нашей картиной мира, созданной иллюзией.

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?
Сами решили, сами сделали выводы, сами обиделись и так далее – что часто не соответствует реальной действительности.

Начните говорить о своих чувствах!!! Помните, что человеку с которым вы живётё хочется быть с вами рядом. Он также как и вы, готов приложить к этому усилия, начните выяснять, как он видит ситуацию, которая сложилась?

На многое у вас откроются глаза, вы станете ближе друг другу, будет меньше обид. Потому что в отношениях не бывает прав один и виноват другой, семья это равновесная система, где каждый выполняет свою задачу.

Если вы хотите быстрых результатов, то выделите на это 9 дней.

Уединитесь вдвоём с мужем \ женой в таком месте, где никого нет, нет телевизора и интернета, компьютера и других устройств, отключите телефон, никаких развлечений, никакого общения с другими людьми – только вы вдвоём, друг для друга. Выясните все, что требует прояснения между вами, говорите друг с другом, делитесь своими мыслями, мечтами, видением будущего и настоящего. Вы удивитесь, насколько изменятся ваши представления о человеке рядом с вами.

Главное не обвинять друг друга. Возьмите на себя ответственность за отношения и свое счастье. Вы сами выбрали именно этого человека, который наиболее полно вас отражает, показывает вам ваши недоработки и вашу боль.

Всё что вас эмоционально затрагивает – это ваша проблема, разбирайтесь с ней, не обвиняйте мир, который вас отражает. Это очень сложно сделать, мешает накопленная боль, мы не видим сквозь неё реальность.

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?
Если вы чувствуете, что сами не справляетесь, обратитесь за помощью, когда на коррекции рассеивается боль прошлого, уходит этот огромный накопленный заряд, то легче увидеть реальность сквозь иллюзию.

8. Обо мне



- Кинезиолог, перинатальный психолог, консультант по использованию эфирных масел с 2008 года. Более 500 часов коррекций и консультаций
- Автор и ведущая тренингов с 2012 года
- Автор книг:
 - «Древние славянские практики изменения сознания»;
 - «Детский страх. Алгоритм преобразования»;
 - «Здоровый ребенок. От чего зависит?»;
 - «Трудно учиться? Плохая память? Выход есть!»;
 - «Как правильно применять эфирные масла»;

Холодность. Ревность. Измены. Как вернуть гармонию в семье?
«Психологические причины заболеваний. Психосоматика»;
«Холодность. Ревность. Измены. Как восстановить гармонию в семье»;

«Роды: боль или наслаждение. Что выбираешь ты? 9 способов трансформации».

- В 2012 году основан Интернет-проект «Видо». На его страницах изложен опыт и методы, проверенные личной практикой
- Создатель авторской методики подбора эфирных масел. Опыт применения фитотерапии с 1993 года
- Опыт Даосских энергетических практик с 2002 года
- Жена, мама четверых деток

Заключение

Все ваши проблемы в семье – это отражение душевных травм, приобретенных в раннем детстве. Любые преобразования легче начинать с отработки боли детства.

Вы можете попробовать применить методы крисения, изучив их по книге [«Древние славянские практики изменения сознания»](#).

Или более быстрый метод – [кинезиология «Три в одном»](#).

Также можете обратиться ко мне за [консультацией](#).

На [семинарах](#) мы будем разбирать: как любить, как строить гармоничные отношения, что важно.