

<https://www.youtube.com/watch?v=B7iqs8rZd0k>  
<https://rutube.ru/video/d7b45355038f68e8baf159d06af3f094/>  
[https://vkvideo.ru/video-183810725\\_456242902](https://vkvideo.ru/video-183810725_456242902)  
<https://dzen.ru/video/watch/69342148b57f1009259e2574>  
<https://ok.ru/video/11866174919134>

## **#854 Как людям строить гармоничные отношения друг с другом? Советы инопланетного психолога.**

09 декабря 2025 г.

Участники конференции:

Ирина Подзорова – контактёр с внеземными цивилизациями, с тонкоматериальными цивилизациями и с Духовным миром;

Виктория Тимашёва – мастер медитаций, сонастройки с Высшим Я, психолог, энергопрактик, проводник тонкоматериальных энергий проекта «Кассиопея»;

МидгасКаус – представитель планеты Эслер, биолог, психолог, микробиолог, специалист по инопланетным формам жизни.

### **00:00 Начало видео.**

### **00:34 Фрагменты конференции.**

«Договариваться в состоянии гнева вообще не рекомендуется».

«На этом месте всё равно будут определённые энергии, которые как бы впитались в ткань пространства. И если их не удалить другими энергиями, они могут существовать практически до окончания существования Земли».

«Если вам хочется кого-то постоянно видеть, это признак неуверенности в себе. Это не является любовью. Любовь – она основана на свободе».

### **01:20 Представление участников. Тема встречи.**

**Ирина:** Здравствуйте, дорогие друзья! Всем доброго времени суток! Меня зовут Ирина Подзорова, я являюсь контактёром с внеземными цивилизациями, с Духовным миром, с тонкоматериальными цивилизациями.

Сегодня я пригласила своего куратора с планеты Эслер – МидгасКауса. Он является биологом, психологом и специалистом по изучению земной цивилизации, по изучению наших физической, энергетической и психологической структур. А вопросы ему будет задавать его земной коллега, наш психолог, энергопрактик, целитель, проводник тонкоматериальных, высоких энергий и, конечно же, мастер по соединению с нашей Божественной частицей, это Виктория Тимашёва.

**Виктория:** Доброго времени, дорогие друзья! Все уже полностью представились, поэтому я не буду повторяться. Благодарю. Да, сегодня у нас будет такая тема: мы рассмотрим различные ситуации, которые происходят с человеком в жизни, и зададим вопрос Миду, как бы он поступил в них.

**Ирина:** Очень интересно.

**Виктория:** Я разделила вопросы на несколько сфер, они будут про любовь, про отношения, про дружбу, про карьеру, про детей. Будет очень интересно посмотреть, что скажет Мид.

**Ирина:** Очень интересная тема, да, действительно любопытно послушать ответы. У нас уже были похожие темы, когда люди задавали вопросы, «как бы поступил инопланетянин на моём месте, если бы оказался в этой ситуации». Мид уже давал там интересные ответы. Ладно, давай начнём.

### **03:11 Любовь, когда родители против.**

**Виктория:** Да, я предлагаю начать с любви, потому что, наверное, эта тема актуальна для всех. И вот представим такую ситуацию, как молодые люди встречаются, но по каким-то причинам их родители против – не знаю, из-за вероисповедания, просто не нравится человек, или что-то подобное. Вот как им поступить: продолжать бороться за свои чувства либо прислушаться к разумному голосу старших людей? Как у вас такие ситуации решают?

**Ирина (МидгасКаус):** Давай немножко конкретизируем, что значит «против». Это очень неопределённое понятие – что конкретно они делают против?

**Виктория:** Допустим, молодые люди хотят пожениться, а родители девушки говорят: «Нет, он тебя не достоин: у него работа плохая. И вообще посмотри, какой он неблагонадёжный!» – вот в таком духе. А они собрались пожениться.

**Ирина:** МидгасКаус сейчас говорит, что родители просто высказывают своё мнение, своё видение ситуации, так как тоже имеют на это полное право – сказать, что они думают по этому поводу. И в этом свободная воля девушки, как поступать: прислушаться к ним или нет, или же прислушаться к себе. Но я бы порекомендовал, конечно же, в любом случае, слушать себя. Даже если она ошибётся, это будет её опыт.

**Виктория:** Это ценно, да. Это важное замечание.

**Ирина (МидгасКаус):** А родителям я бы хотел порекомендовать следующее. Да, конечно, вы можете высказывать своё мнение, и сдерживать его не нужно, но необходимо также добавлять: «Моё мнение вот такое, но твоё право – меня не слушать, а слушать себя. И если ты ошибёшься, то это твоя ответственность за свою жизнь».

**Виктория:** А вот смотри, Мид: у нас есть такое, что некоторые родители очень авторитарные – даже когда их дети уже создают отдельные семьи, они всё равно пытаются как-то влиять и контролировать, например, высказывать своё мнение о невестке либо о зяте, и часто это портит отношения. Вот в этом случае как быть? Ограничить общение с родителями? Как эти вот границы верно можно выстроить?

**Ирина (МидгасКаус):** Принимать родителей и их мнение таким, какое оно есть. Не пытаться с ними спорить, а просто сказать: «У тебя такое мнение о моём супруге или о моей супруге, а у меня оно другое, и поэтому наш спор бессмысленный. Давай мы лучше вместе поищем нечто общее».

### **05:48 Родительское манипулирование.**

**Виктория:** А если родители начинают манипулировать? Есть же тоже такое, когда звонят: «Ой, сынок, я при смерти, приезжай!» И сынок вечером из семьи уезжает к маме, чтобы что-то сделать. И так из раза в раз. Как быть в таких ситуациях? Откровенная манипуляция!

**Ирина (МидгасКаус):** Очень часто такое делают родители из-за внутренней обиды и из чувства внутреннего одиночества. Конечно, необходимо их поддержать. Это же всё-таки даже не просто человек и любимое дитя Бога, но это родной человек по крови, и поддержать его, конечно, это дело сострадания.

Но как это сделать в каждом конкретном случае, это нужно смотреть по ситуации. Кому-то достаточно просто поговорить, объяснить, что «я не могу к тебе приехать по таким-то и таким-то обстоятельствам, но готов оказать тебе помощь, какая требуется, находясь здесь». Не отказывать в помощи, но в то же время и не жертвовать собой в том плане, что прямо отложить все свои дела, свою семью (что может вызвать конфликт уже в семье) и поехать к маме.

Здесь необходимо компромисс искать. Если это мужчина, то обязательно сообщить жене об этом звонке и вместе с ней уже решать, как действовать в данной ситуации. Но здесь главное, что я бы порекомендовал: даже если мама и обманывает, чтобы получить внимание, всё равно этот вопрос нужно решать с любовью. Потому что она и так уже находится в негативных переживаниях, в обиде и в снижении вибраций, и я бы

рекомендовал помочь ей повысить свои вибрации. Может быть, найти для неё какое-то дело, которым она может увлечься и забыть о своём одиночестве, или порекомендовать ей увлечение, хобби.

Спросите её прямо, что именно ей не нравится. Может быть, ей вообще хочется жить рядом. И здесь ещё такой вопрос: может быть, ей уже физически тяжело справляться со своими бытовыми делами? Тогда необходимо это решать тоже с любовью, то есть представить себя на месте этого человека. Ведь пока супруги молодые и сильные, они не могут понять человека, который находится в преклонном возрасте и слаб телом. Соответственно, необходимо понять, что со временем есть большая доля вероятности, что ваше тело тоже постареет, и ваши дети вырастут, уедут и создадут другую семью. Как бы вы хотели, чтобы в этом случае складывались ваши отношения?

#### **09:04 Разногласия при проживании молодой семьи с родителями.**

**Виктория:** Тогда такой сразу вопрос вытекает. Как ты считаешь, Мид, благоприятно ли, когда родители и дети, уже со своими семьями, живут вместе? Потому что у нас тоже на практике это рождает много конфликтов. Две хозяйки на одной кухне – это просто атомная война! Что можно посоветовать таким людям?

**Ирина:** Он удивляется, говорит: «Что значит «две хозяйки на одной кухне – атомная война»? Что это конкретно значит?»

**Виктория:** Ну, смотри: очень часто женщине хочется чувствовать себя хозяйкой в доме. И когда две женщины проживают вместе, тут очень тяжело разделить обязанности, потому что с одной стороны, допустим, мама супруга, которая, естественно, старше, и к ней важно проявлять уважение. Но и молодой жене тоже хочется самостоятельности и хочется создавать свой быт, свой уют. В результате получается конфликт: с одной стороны – мама, с другой стороны – жена. Как в такой ситуации их разграничить?

**Ирина (МидгасКаус):** Нужно убрать слово «свой» и посмотреть на слово «общий». «Свой» – это когда человек будет жить один, вообще без семьи. А если он живёт в семье, необходимо договариваться и сотрудничать.

**Виктория:** То есть искать общее, что объединяет?

**Ирина (МидгасКаус):** Да. Что значит «она хочет свой порядок», который противоречит общему порядку, или что?

**Виктория:** Просто у разных людей разные представления об уровне чистоты, красоты, порядке, и эти представления могут не совпадать. Вот если они не совпадают, то, я так поняла, нужно искать общее, договариваться опять в любом случае?

**Ирина (МидгасКаус):** Здесь нужен конкретный пример ситуации. Что значит «разные представления об уровне чистоты и красоты»?

**Виктория:** Это значит, например, один посуду ставит вот так, а другой человек по-другому. Кто-то её моет и оставляет около раковины, а для кого-то это неприемлемо, надо убрать сразу в шкаф. Это, кажется, мелочи, но на самом деле... Я думаю, что эта проблема актуальна для всех, кто оказывается в такой ситуации.

**Ирина (МидгасКаус):** В этой ситуации можно поговорить, откровенно рассказать о своём представлении, выслушать представление другого человека и предложить компромисс какой-то, чтобы устраивал и вас, и его. Вот посуда – один говорит мыть её сразу после еды, а второй говорит её мыть в конце дня, например, скапливать. Так ведь?

**Виктория:** Да, допустим, так.

**Ирина (МидгасКаус):** Они садятся, и каждый говорит: «Я считаю, что так правильно». Например одна женщина говорит: «Я вот так считаю правильно», – а другая говорит: «А я вот так считаю правильно». И дальше они принимают друг друга, право другого на его представление, и думают вместе, как им создать какое-то правило, с которым они бы обе согласились. Не чтобы одна перешла на сторону другой, а чтобы они обе согласились.

Скажем, в приведённом примере может быть так: каждый человек, который

использовал посуду, сам решает, когда её мыть. Тот, который считает, что нужно помыть сразу, это делает за собой. А тот, кто копит, собирает её у себя в шкафчике каком-то, а потом, в конце дня, моет. Здесь можно найти компромисс.

**Виктория:** Ну, хорошо. Я надеюсь, что...

**Ирина:** Я, как всегда, говорю: как тебе такой компромисс?

**Виктория:** Это разумный компромисс, да. Просто тут ещё главное – внутреннее сопротивление преодолеть, потому что иногда даже трудно сесть и просто поговорить. Когда уже много негатива накоплено в отношениях, то там любая капля становится последней. Поэтому очень важно работать над собой и договариваться, я согласна.

**Ирина (МидгасКаус):** Да. Или, например, часто так бывает, когда у людей о чистоте и о чистоплотности разные представления, потому что их по-разному воспитывают в семьях. Например, если живут вместе свекровь и невестка, то бывает так, что у свекрови представление, что купаться, мыться нужно каждый день, а у невестки – она выросла где-то в другом месте – представление, что раз в неделю или раз в три дня. И свекровь говорит: «От тебя неприятно пахнет (условно говоря). Почему ты не моешься каждый день?» Невестка говорит: «Я не хочу, я привыкла делать так». Как им тогда найти компромисс?

**Виктория:** Я не знаю.

**Ирина (МидгасКаус):** Сесть и поговорить. Свекрови высказать своё мнение, а невестке своё мнение, и принять друг друга такими, какие есть, и решить: «Как бы мы придумали, чтобы было комфортно и тебе, и мне?» Чтобы об этом подумать, нужно включить, направить любовь на эту ситуацию. И тогда будет понятно, что в чём-то уступает свекровь, а в чём-то уступает невестка, и так они находят нечто третье.

**Виктория:** Раз в полтора дня. Не в три, а раз в полтора. (смеётся)

**Ирина (МидгасКаус):** Например, невестка говорит: «Я готова купаться чаще, но не каждый день». И свекровь уступает, говорит «да», и вот это своё категоричное требование «каждый день» снимает, а невестка снимает своё категоричное требование «раз в неделю». Вот это и называется «компромисс», когда находят нечто среднее.

**Виктория:** Тогда, получается, основная проблема именно в категоричности каждой из сторон. Правильно? Надо градусы её сбавить, и всё будет хорошо.

**Ирина (МидгасКаус):** Да, но для того чтобы «сбавить градус», нужно изменять своё ментальное тело, свой разум, потому что категоричность – это свойство разума. Это свойство называется в психологии «твёрдость, жёсткость ментальных установок». А разум нужно сделать более гибким, чтобы он смог свернуть со своего убеждения и принять другое убеждение, не отказываясь при этом от своего, то есть найти нечто среднее. Это и есть одно из главных качеств воспитанного и духовно развитого человека, которое называется «адаптивность» – способность к адаптации к разным условиям.

### **16:35 Техника преодоления конфликтной ситуации.**

**Виктория:** Мид, а может быть, нам дать какую-то небольшую практику? Потому что я знаю, что у многих людей есть такая категоричность. И допустим, в момент, когда он чувствует, что «всё, закипаю, сейчас я начну высказывать своё мнение», есть что-то, что поможет успокоиться?

**Ирина (МидгасКаус):** Да, я сейчас дам вам совет, что договариваться в состоянии гнева вообще не рекомендуется. Если кто-то из договаривающихся сторон гневается, то вторая сторона чувствует это и тоже начинает гневаться. Потому что гнев одного человека воспринимается даже не через слова, а через тон, через взгляд, через положение тела. Это называется «воспринимать поле человека», когда ты гнев другого человека воспринимаешь как нападение на себя и начинаешь тоже выпускать гнев, то есть реагировать, чтобы защищать себя.

Поэтому необходимо говорить не с раздражением: «Ты меня выслушай, иначе я на тебя обижусь». Нет, необходимо в спокойном состоянии духа сказать, что «да, я уважаю

твое право на твоё пространство, понимаю, что это для тебя очень важно, но я хотел бы обсудить с тобой некоторые моменты». Вот скажи же, это звучит по-другому?

**Виктория:** Ну конечно, да. Уже хочется дальше слушать, продолжать.

**Ирина (МидгасКаус):** Хочется уже к такому человеку проявить терпимость и помочь ему, правильно? А если сказать, что «я считаю вот так», и сделать это с раздражением, то человек почувствует как бы нападение на свои моральные устои, на своё представление о мире, и начнёт его защищать и спорить. Так ведь?

**Виктория:** Конечно, автоматически.

**Ирина (МидгасКаус):** Да, поэтому главное – необходимо искать компромисс. Очень важно иметь смелость и уверенность в себе, чтобы подойти с этим разговором в нужный момент, когда другой человек находится в добром расположении духа, когда он не в состоянии раздражения. Например, не сразу после ссоры, конечно же: человек вас не услышит в состоянии гнева. Понимаешь же, о чём я говорю?

**Виктория:** Конечно, понимаю.

**Ирина (МидгасКаус):** И самому быть в добром расположении, в спокойном состоянии. Если вы чувствуете, что разгневались, о делах с этим человеком лучше вообще не говорить. И чтобы погасить гнев, лучше вообще покинуть комнату.

**Виктория:** Прямо физически устраниться из этого?

**Ирина (МидгасКаус):** Да, либо заняться чем-то другим, каким-то иным делом. Но в любом случае, если вы чувствуете, что разозлились, то первое, что необходимо сделать – понять это. Потому что многие этого не понимают. Самым эффективным будет прекратить разговор. В этом состоянии вы всё равно выскажете какие-то свои обиды и негативные мысли, которые будут вашим видением ситуации, но покажутся несправедливыми для другого человека.

## **20:16 Способы борьбы с гневом.**

**Ирина (МидгасКаус):** Я знаю несколько ваших земных способов, как бороться с гневом, но они не до конца эффективны.

**Виктория:** Расскажи.

**Ирина (МидгасКаус):** Например, я изучал ваши способы в религиях. У вас есть такие религиозные эгрегоры, которые предлагают бороться с гневом так: почувствовав, что начинается спор, предлагают человеку буквально на физическом уровне набрать в рот воды, тогда что бы ему ни говорили, он не сможет ответить, потому что у него во рту вода.

**Виктория:** Это тоже вариант.

**Ирина:** Как тебе такой вариант? (смеётся)

**Виктория:** Хорош, когда уже нет других.

**Ирина:** Это будет выглядеть так: ему высказывают всё, что думают: «Ты такой, такой», – а он набрал в рот воды. И вторая сторона как бы видит, что человек молчит, и начинает сбавлять обороты своего гнева, постепенно успокаивается.

(МидгасКаус) Но это, на самом деле, не тот способ, который можно считать эффективным, потому что, несмотря на физическое молчание, внутри у человека может происходить очень бурный процесс гнева. А это, на самом деле, формирует блоки и в пятой чакре, потому что человек не высказался. Поэтому важно не только не выпускать гнев наружу, но и работать с ним внутри, чтобы не было блоков и тех физических заболеваний, которые эти невысказанные блоки могут вызвать.

Вы спросите: «А что же делать? Высказываться не нужно, чтобы не поссориться. Молчать не нужно, чтобы не накопить блок, который уже разрушит тело. А что же тогда делать?» Есть один самый простой ответ на этот вопрос: не высказывать именно гнев в той форме, в которой он есть, а выражаться более конструктивно, с любовью. Тогда вы спросите: «А где же я возьму любовь, если у меня сейчас гнев?» А есть практика, которая позволяет работать с гневом, не высказывая его, но и не накапливая блоки.

**Виктория:** Ждём с нетерпением.

**Ирина:** Он говорит: «Я сейчас покажу на тебе».

**Виктория:** Хорошо, я готова.

## **22:55 Практика работы с гневом от МидгасКауса.**

**Ирина (МидгасКаус):** Для этого нужно... Дорогие друзья, посмотрите, что сейчас будет делать Вика, а вы можете делать так же в момент гнева.

Но так как ты сейчас не в моменте гнева...

**Виктория:** Я могу это представить.

**Ирина (МидгасКаус):** Тебе нужно вспомнить свой последний момент гнева. Что ты чувствовала?

**Виктория:** Я чувствовала возмущение, желание покинуть территорию прямо физически, да.

**Ирина (МидгасКаус):** Вспомни, представь себя в этой ситуации, и вот закрой глаза и скажи, а в каком месте тела у тебя гнев?

**Виктория:** (закрывает глаза) В груди.

**Ирина (МидгасКаус):** В груди, отлично. И вы, дорогие друзья, когда будете гневаться, обратите внимание на своё тело, где у вас эмоции, напряжение, ещё что-то. А как ты его чувствуешь? Как он проявляется?

**Виктория:** Как жар, поднимается жар, да.

**Ирина (МидгасКаус):** Это энергия. И мы сейчас её посмотрим. Теперь физически вот так положи руку на место, где у тебя гнев (на грудь), закрой глаза... Нет, сейчас пока открой глаза и сделай вот так – пальцы сожми, как будто ты его берёшь. Закрой глаза и физически оторви руку от груди, как будто с зажатым в кулаке гневом и посмотри на него. Итак, что ты видишь?

**Виктория:** У меня аж ладонь немеет.

**Ирина (МидгасКаус):** Что там?

**Виктория:** Я вижу, что это какая-то такая неприятная масса.

**Ирина (МидгасКаус):** Тащи её. Что ты вытащила?

**Виктория:** Она как замазка какая-то, я не знаю, как грязная жевательная резинка, только её много.

**Ирина (МидгасКаус):** А цвет?

**Виктория:** Какой-то серый. Вот он такой прямо, как старая жевательная резинка.

**Ирина (МидгасКаус):** Эфирные пальцы находятся внутри физических, и мы действительно можем ими брать разные энергии, вытаскивать их из себя, ставить перед глазами и рассматривать. Рассмотрите её, определите своё отношение. Тебе нравится эта энергия?

**Виктория:** Нет, конечно, не нравится, она неприятная, причём она такая старая, накопленная, прямо вот несвежая, скажем так. Не огонь, который вспыхнул и погас, а это уже копилось, копилось, и она вот такая.

**Ирина (МидгасКаус):** Ну да, дело в том, что гнев, если он долго копится, потом может вспыхивать даже не в похожей ситуации, а просто в воспоминании о ней. Понимаешь, о чём я говорю?

**Виктория:** Да.

**Ирина (МидгасКаус):** А теперь мы его вытащили, и нужно признать, что всё равно это твоя энергия, и сказать: «Приветствую тебя, мой гнев!»

**Виктория:** Приветствую тебя, мой гнев!

**Ирина (МидгасКаус):** Дальше ты спрашиваешь: «Скажи, пожалуйста, какое препятствие в моей жизни ты хочешь устранить?»

**Виктория:** Скажи, пожалуйста, какое препятствие в моей жизни ты хочешь устранить?

**Ирина (МидгасКаус):** Так, какое?

**Виктория:** У меня идёт слово «сопротивление», как это сформулировать, а не знаю.

**Ирина (МидгасКаус):** Тогда спрашиваешь: «Что ты хочешь изменить в моей жизни?» Мы спрашиваем у эмоции её цель. Например, мы спрашиваем у гнева: «Что ты хочешь изменить в моей жизни?»

**Виктория:** Удивительно, но «добавить в неё лёгкости».

**Ирина (МидгасКаус):** Так, видишь: значит, положительная цель у этого гнева?

**Виктория:** Положительная, да.

**Ирина (МидгасКаус):** Что ты хочешь ему сказать?

**Виктория:** Я хочу его поблагодарить за благое намерение.

**Ирина (МидгасКаус):** Правильно. Скажи: «Гнев, я благодарю тебя...»

**Виктория:** Гнев, я благодарю тебя...

**Ирина (МидгасКаус):** «...за то, что ты хочешь добавить в моей жизни лёгкости».

**Виктория:** ...за то, что ты хочешь добавить в мою жизнь лёгкости.

**Ирина (МидгасКаус):** «У меня, действительно, её мало».

**Виктория:** У меня, действительно, её мало, не хватает.

**Ирина (МидгасКаус):** Спроси: «Скажи мне, гнев, а могу ли я добавить в свою жизнь лёгкости другим способом?»

**Виктория:** А мне сразу ответ: «Да, можешь».

**Ирина (МидгасКаус):** Каким?

**Виктория:** Идёт такой образ, что вот эта вот масса в руке, она очень плотная, а её надо как-то настолько расширить, чтобы она стала такой, как будто бы её больше нет, я не знаю, плотность убрать, напряжение убрать. Вот – напряжение убрать!

**Ирина (МидгасКаус):** Хорошо. Тогда говоришь так: «Я осознаю себя свободным ребёнком Бога».

**Виктория:** Я осознаю себя свободным ребёнком Бога.

**Ирина (МидгасКаус):** «Я сама создала те обстоятельства в моей жизни...»

**Виктория:** Я сама создала те обстоятельства в своей жизни...

**Ирина (МидгасКаус):** «...в которых нахожусь...»

**Виктория:** ... в которых нахожусь...

**Ирина (МидгасКаус):** «...и которые могу изменить в любой момент».

**Виктория:** ...и которые могу изменить в любой момент.

**Ирина (МидгасКаус):** «Поэтому я выбираю...»

**Виктория:** Поэтому я выбираю...

**Ирина (МидгасКаус):** «...тратить свою энергию...»

**Виктория:** ...тратить свою энергию...

**Ирина (МидгасКаус):** «...вместо гнева...»

**Виктория:** ...вместо гнева.

**Ирина (МидгасКаус):** «...на размышления о том, что я могу улучшить в своей жизни».

**Виктория:** ...на размышления о том, что я могу улучшить в своей жизни.

**Ирина (МидгасКаус):** Что чувствуешь?

**Виктория:** Я чувствую, знаешь, как будто из этого сгустка энергия переходит обратно в моё тело, но это сила. Вообще, я почувствовала, что я всю ответственность за свою жизнь возвращаю себе. И вот пришла эта сила, и от этого гнева сейчас как будто такая маленькая «жвачка» осталась.

**Ирина (МидгасКаус):** Теперь скажи: «Я прощаю себя за этот гнев».

**Виктория:** Я прощаю себя за этот гнев.

**Ирина (МидгасКаус):** «Я люблю себя как любимую дочь Бога».

**Виктория:** Я люблю себя как любимую дочь Бога.

**Ирина (МидгасКаус):** «Силой своего Духа...»

**Виктория:** Силой своего Духа...

**Ирина** (МидгасКаус): «...я преобразую энергию гнева...»

**Виктория:** ...я преобразую энергию гнева...

**Ирина** (МидгасКаус): «...в энергию уверенности, мудрости и любви».

**Виктория:** ...в энергию уверенности, мудрости и любви.

**Ирина** (МидгасКаус): Что чувствуешь?

**Виктория:** Прямо, знаешь, захотелось вздохнуть так легко и выдохнуть. Прямо чувство лёгкости появилось.

**Ирина** (МидгасКаус): Давай сделаем вдох и выдох. Так, теперь вновь попробуй вспомнить об этой ситуации, окажись в той ситуации, которая тебя злила. Что ты чувствуешь?

**Виктория:** Ты знаешь, я как бы в этой ситуации, но мне легко. Как будто ушла та энергия, которая именно и создавала в ней напряжение.

**Ирина** (МидгасКаус): То есть остался гнев?

**Виктория:** Нет.

**Ирина** (МидгасКаус): Вот ты её вспомнила и видишь, что несмотря на то, что ситуация не изменилась, изменилось твоё отношение к ней.

**Виктория:** Да, даже моё состояние в этой ситуации другое.

**Ирина:** И как тебе эта практика?

**Виктория:** Вообще супер! Такое ощущение, что можно эфир заканчивать. Мы молодцы!

**Ирина** (МидгасКаус): А знаешь, почему тебе захотелось закончить эфир? Потому что ты почувствовала мудрость, уверенность и силы в себе изменить эту ситуацию так, как ты хочешь.

**Виктория:** Да.

**Ирина:** И как тебе практика?

**Виктория:** Бесценная! Я надеюсь, что зрители так же оценят и будут пользоваться ею, потому что полезно очень.

**Ирина** (МидгасКаус): А теперь скажи, ведь ты ж психолог, с точки зрения психологии как это?

**Виктория:** Мгновенный результат! Я чем люблю соединение эзотерики с психологией – тем, что с помощью таких вот эзотерических практик можно очень быстро достичь желаемого результата. Не долго-долго всё это разматывать, а прямо хоп – и в моменте стало хорошо. Это очень здорово!

**Ирина** (МидгасКаус): Да, и у человека появилась энергия, он не просто очистился. Есть практики эзотерические, что ты, например, вытащил из себя гнев, сжёг его, выкинул, отдал на преобразование Духам природы и очистился, но при этом и энергии жизненной стало меньше, нужно время для её восстановления. А здесь ты её в себя вернул, но в другом качестве.

**Виктория:** Да, вообще отлично! У меня прямо такое ощущение, что вот эта энергия вообще блокировала поступление в моё тело другой энергии. Я сейчас разговариваю, а у меня прямо такие потоки идут, что тело наполняется даже извне.

**Ирина** (МидгасКаус): Да, конечно, извне мы получаем через чакры жизненную энергию праны, которая есть в пространстве вокруг нас, в каждом атоме есть эти энергии, даже вообще в пространстве. И да, если есть блоки на уровне чакр, это блокирует поступление жизненной энергии. Интересно?

**Виктория:** Очень интересно.

### **32:42 Земные методы устранения гнева.**

**Ирина:** МидгасКаус спрашивает: «А какие в земной психологии есть методы устранения гнева?»

**Виктория:** Вот я вчера буквально разбирала такой интересный метод, он, кстати, тоже работает, но не так быстро.

Там несколько шагов, когда ты задаёшь себе сначала первый вопрос: «Что ты чувствуешь?» Допустим, гнев. Второе – ты его признаёшь, что «да, я это чувствую, это нормально», это как бы первый шаг к изменению. Потом спрашиваешь: «Готов я себя отпустить?» Вернее: «Готов ли я его отпустить?» И надо обязательно сказать «да». И это не то что обманывать себя, ты вот этим «да» как бы формируешь желание действительно отпустить его.

А потом спросить себя: «Когда я готов его отпустить?» И сказать: «Прямо сейчас». И вот тоже представить, что через какое-то действие, например, через выдох, что-то тоже берёшь из себя, вытаскиваешь и отпускаешь. И это несколько раз повторять, повторять.

### **33:44 Энергии пространства. Места силы.**

**Ирина (МидгасКаус):** Это как раз ты просто выпускаешь негативную энергию в пространство, и, кстати, даже не просишь плазмоидов её преобразовать, и она в итоге будет оставлена в этом месте в астральном пространстве. И те предметы, которые там будут, их эфирные матрицы, могут зарядиться этой энергией гнева, и потом человек, этот или другой, попадая в данное пространство, может чувствовать в себе усиление таких блоков.

**Виктория:** О, кстати, ты сейчас очень хорошо подметил! Расскажи, ведь, правда, не все же знают: как просить плазмоидов эту энергию трансформировать? Ведь, бывает, заходишь в помещение, там люди, допустим, ругались, и вроде они уже молчат, а ты чувствуешь, что вокруг такое напряжение, что просто... Вот что с этим делать? Расскажи нам.

**Ирина (МидгасКаус):** Ты же знаешь, что есть «место силы», например. То есть это место, где очень многие люди испытывали положительные эмоции, связанные с просветлением, с мудростью, с духовным развитием. Например, намоленные места, где люди просили Бога помочь им в своих нуждах, и эта молитва, обращённая к Богу, она тоже создаёт определённое чувство веры, которым пропитано пространство. Понимаешь, о чём я говорю?

**Виктория:** Да.

**Ирина (МидгасКаус):** Вот что ты чувствуешь, когда попадаешь в старинную церковь?

**Виктория:** Ой, у меня, знаешь, был такой опыт: я попала в такое место, в очень древний храм, какой-то архитектурный памятник, и у меня такое ощущение было, что я в Духовный мир попала. Вот серьёзно, там как будто реальность вокруг не действует, её как будто нет, и ты вообще абсолютно в другом пространстве, которое настолько светлое...

**Ирина (МидгасКаус):** Там само пространство пропитано этими мыслеформами. Это и есть место силы.

Вот все религиозные места поклонения, особенно древние, – это уже места силы. Даже если это был какой-то языческий храм, и он существовал долгое время, а сейчас на его месте какая-то лесная полянка, например, или просто место среди степи, на этом месте всё равно будут определённые энергии, которые как бы впитались в ткань пространства. И если их не удалить другими энергиями, они могут существовать практически до окончания существования Земли. Понимаешь, о чём я говорю?

**Виктория:** Да.

**Ирина (МидгасКаус):** И плюс там ещё очень часто открыты порталы. Потому что если в этих местах общались с высшими силами, тонкоматериальные плазмоиды открывают там порталы, чтобы помогать человеку повышать его вибрации. Это высоковибрационные порталы.

### **36:38 «Нехорошие» места.**

**Ирина (МидгасКаус):** Но это же правило, вот этой намоленности места, пространства, заряда его любовью (есть такое понятие – «пространство любви»), это же

правило действует и в противоположную сторону. Вот представь, что ты заходишь, например, в суд. Что ты там чувствуешь?

**Виктория:** Такое ощущение, как будто это какое-то выматывающее пространство, серое, как будто туда только зашёл, а из себя уже всю энергию слили. Прямо некомфортно там.

**Ирина (МидгасКаус):** Это ощущения тех людей, которые там были, они впитались в пространство и действуют на твоё восприятие. Или, ты представляешь, какая энергетика в тюрьме?

**Виктория:** Ой, ты сказала, а у меня аж мурашки по телу побежали, такие нехорошие ощущения! Я, кстати, по этой причине в больницу не могу ходить. Я рядом прохожу, и прямо не хочется.

**Ирина:** Да, я помню, когда мы в Питере были, то там по реке плавали, по Неве: нас пригласили посетить прогулку на катере. И мы плыли мимо одной из самых древних тюрем, которая называется «Кресты». Это само по себе такое мрачное здание на берегу Невы. И когда мы плыли мимо и смотрели, там прямо чувствуется, что в этих стенах такой заряд!.. Вообще, туда даже смотреть не хочется, не то что заходить.

А тот, кто нас сопровождал, он ещё сказал, что там, возможно, будут делать музей, что можно будет прийти посмотреть, как раньше жили люди, потому что там сейчас нет тюрьмы. И я подумала, что человек, который очень чувствительный и подвержен как бы... ну, такой эмпат, ему сложно будет в этот музей пойти, потому что у него может даже голова разболеться, и он может почувствовать недомогание. Потому что человек, который восприимчив к энергиям окружающего мира и не защищает себя своим «стержнем», уверенностью, ему сложно будет выдержать такие энергии пространства. Что скажешь?

**Виктория:** Да, я согласна, это тяжело.

### **39:12 Практики очищения пространства.**

**Ирина (МидгасКаус):** А теперь вот скажи: ведь есть в доме, где живут люди, тоже такое пространство, которые создают сами люди? Но так как их энергии постоянно меняются, то одни, то другие, то обычно в доме более разнообразные энергии. Вот сейчас представь: ты находишься в своём доме, закрой глаза, прислушайся к пространству в нём. Что ты чувствуешь?

**Виктория:** Оно, действительно, неоднородное, как ты сказала. Где-то, я чувствую, прямо хорошо, спокойно, а в каких-то местах мне даже не хочется находиться.

**Ирина (МидгасКаус):** Поэтому существуют практики по очищению пространства.

**Виктория:** Мы ждём, Мид дорогой!

**Ирина:** Помню, я давала практику с лунными плазмоидами, как в определённый лунный день очищать пространство дома. Читала?

**Виктория:** Не помню. Уже столько практик, у меня просто микс в голове.

**Ирина:** Ладно, я потом тебе найду. А теперь вот представь: ты заходишь в наш Центр. Что ты чувствуешь?

**Виктория:** Ой, я сразу чувствую «расширение». У меня такое ощущение, что я на взлётную полосу зашла.

**Ирина:** Какая у нас энергия?

**Виктория:** Во-первых, она лёгкая, не давящая, очень свободная. И как бы уходит вот эта плотность, прямо тонкие тела расширяются. Я не знаю, понятно ли это говорю, понятным ли языком?

**Ирина (МидгасКаус):** Расширяются, потому что здесь мысли и чувства, связанные с духовным ростом, с духовным развитием. Это мысли и чувства многих людей – и тех, которые сюда приезжали, и тех, которые здесь живут, и даже наших кураторов, которые приходят. Такое вот есть.

Поэтому я бы не рекомендовал просто сбрасывать гнев, особенно в месте, где вы живёте, потому что он может там долго храниться. Это неэкологично по отношению к

пространству. И если вы даже хотите очиститься от гнева, позовите своего Ангела-Хранителя. Есть такая практика – отдать ему мешок со своими негативными эмоциями.

Представьте, что вы скидываете с плеча рюкзак или мешок, в котором ваш гнев, и передаёте его. Мысленно скажите: «Ангел-Хранитель, приглашаю тебя, прими мешок гнева из моих рук, помоги мне его преобразовать в Свет и Любовь». Представьте, что вы передаёте его ему в руки.

**Виктория:** Я уже нагрузила мешок!

**Ирина:** Что чувствуешь?

**Виктория:** Во-первых, мне приятно, я чувствую заботу, от этого уже хорошо, что есть кто-то, кто может помочь. Мне кажется, это вообще очень ценно для многих людей в сложных ситуациях, что можно обратиться к Ангелу-Хранителю. И я чувствую, что легче становится, да.

#### **42:28 Практика очищения себя с помощью «мешка».**

**Ирина (МидгасКаус):** Да. И здесь нужно сказать, что есть такая медитация...

(Ирина) Кстати, я сейчас расскажу, она у меня есть, где я рассказывала... Сейчас вот Мид говорит: «Да, расскажи».

В моём «Клубе Ирины Подзоровой» есть программа, она уже прошла, называется «Интенсив по Высшему Я». В первый день этого интенсива я как раз давала практику очищения энергоструктуры с помощью «мешка».

**Виктория:** Расскажем сейчас?

**Ирина:** Да.

**Виктория:** Эксклюзив! Потому что это всё работает. Если этим пользоваться, то будет очень хорошо.

**Ирина:** Вот скажи, у тебя сейчас уже другое настроение, чем когда ты пришла на конференцию?

**Виктория:** Другое, да, но я могу что-нибудь накопать негативное, если надо. Но сейчас – конечно.

**Ирина (МидгасКаус):** Вот ты вопрос задала, как быть в семье, и я бы рекомендовал именно эти практики, о которых сейчас Ирина говорит, – по вытаскиванию из себя и преображению эмоций. И плюс, если есть желание просто от них избавиться и не преображать, то позвать тогда Ангела-Хранителя и представить именно такой белый мешок, в который вы складываете...

То есть что у вас за спиной висит рюкзак с негативными эмоциями, который вас тянет вниз. И представить, что вы его снимаете, вот так прямо с плеч скидываете, поднимаете руки и именно скидываете. И окутываете его таким белым светом, потом как бы кладёте в белый мешок, зовёте Ангела-Хранителя, и Ангел-Хранитель приглашает вас на беседу. Он появляется перед вами, и вы говорите: «Ангел-Хранитель, благодарю тебя за то, что ты помогаешь мне в духовном развитии. Прошу тебя принять мешок злости, страха, уныния из моих рук и преобразовать его в чистый Свет Любви, истины и счастья, чтобы эти энергии пошли во благо пространства». Он обязательно согласится. Это его работа.

#### **44:52 Предпочтительная практика преобразования гнева.**

**Ирина:** Что скажешь?

**Виктория:** Я сочувствую своему Ангелу-Хранителю.

**Ирина:** Почему?

**Виктория:** Я чувствую, что буду часто к нему обращаться! (смеётся) Нет, это очень хорошо. Чтобы не копить, лучше, наверное, прямо в моменте пытаться сразу всё это решать, и маленькими порциями, и осознавать, и проживать – это будет очень хорошо.

**Ирина (МидгасКаус):** Но это в том случае, если вы уже чувствуете, что не справляетесь сами. А вот первый случай – чтобы преобразовать и вернуть в себя, это

более предпочтительно, потому что ты свою энергию себе возвращаешь.

**Виктория:** В общем, это такая «тяжёлая артиллерия», это уже когда всё, сам не справляешься, не вывозишь, потому что всего много. Я поняла, да, хорошо.

**Ирина:** У тебя очень красивая улыбка.

**Виктория:** Спасибо. Такая атмосфера, даже удивительно, как энергии работают: мы на расстоянии находимся, а такое ощущение, как будто в одном поле. И всё это настолько легко, светло и хорошо.

**Ирина:** Вот такие у него ответы на вопрос, как быть, как договориться. Прежде, чем договариваться, нужно провести вот эти практики.

**Виктория:** Да, понятно. Надо попробовать.

#### **46:08 Станьте источником любви.**

**Ирина:** Следующий вопрос?

**Виктория:** Может, давай дослушаем, что МидгасКаус говорит.

**Ирина:** Он говорит: «В любом случае необходимо над собой работать каждому и не ждать, пока вас поймут, а самим понимать других».

**Виктория:** Да, но это непросто бывает.

**Ирина (МидгасКаус):** Чтобы было проще, просите мудрости, уверенности и сил у Бога. А так как Он вам уже всё это дал, то из своих негативных эмоций преобразуйте их в эти энергии. И тогда вам будет легче не ждать любви и понимания, а самим проявлять их, потому что вы уже будете не точкой, которая притягивает к себе любовь и внимание, а точкой, которая их излучает.

**Виктория:** Да, классно, вообще супер! А мне ещё, знаешь что, захотелось поблагодарить другого человека, с которым конфликт, за то, что он показал тебе, над чем важно поработать, взял на себя такую роль.

**Ирина:** Это тебе мудрость подсказала.

**Виктория:** Которая вернулась.

**Ирина:** Да.

**Виктория:** Хорошо.

#### **47:25 О чувстве любви.**

**Виктория:** Так, давай тогда следующий вопрос. Есть у нас такое понятие, как «брак по расчёту». Вот как у вас к этому относятся, и существует ли такое? Когда стоит такой выбор – с милым рай в шалаше или с немилым, но не в шалаше, то что бы вы выбрали?

**Ирина (МидгасКаус):** Что значит «с немилым»?

**Виктория:** Когда, допустим, человек хороший, он тебе приятен, но нет такой любви безумной, а просто понимаешь, что да, можно с ним жить, жизнь прожить, и всё будет хорошо. Но вот чувства такого глубокого нет, или есть, но просто какой-то корыстный интерес. Ты понимаешь, что твоя жизнь будет в достатке, и всё у тебя будет в материальном плане хорошо.

**Ирина (МидгасКаус):** А что именно есть к другому человеку? Опиши это чувство.

**Виктория:** Когда другого человека хочется постоянно видеть, проводить с ним время, к нему именно вот любовь, такая страсть, я не знаю что. И тут, в общем, с одной стороны – расчёт, который как бы есть, и он будет всегда, а с другой стороны – страсть, которая длится какое-то время, но всё равно такого накала страстей всегда не будет.

**Ирина (МидгасКаус):** Если вам хочется кого-то постоянно видеть, это признак неуверенности в себе. Это не является любовью. Любовь – она основана на свободе.

(Ирина) Что скажешь?

**Виктория:** Значит, опять надо с собой тогда разбираться, со своим внутренним состоянием?

**Ирина (МидгасКаус):** «Я его постоянно хочу видеть» для чего? Чтобы он своими

энергиями давал мне понять, что я ему нужна и ценна.

**Виктория:** Да, ты знаешь, сейчас мне вспомнилось, как Станиславский описывал любовь – что любовь, это когда хочется касаться. Он, наверное, тогда именно про это говорил. Тогда получается, что это не любовь, это страсть?

**Ирина (МидгасКаус):** Касаться... Понимаешь ли, в чём дело... Есть разница в слове «постоянно». В конце концов, то, что ты назвала «любовью по расчёту», там тоже может хотеть касаться. Здесь всё дело в слове «постоянно». Если человек хочет, чтобы другой человек был постоянно с ним, постоянно его касался, это значит, что он уже не учитывает его свободу развития. А это уже не любовь.

**Виктория:** Ну хорошо, а если мы...

### **50:18 Разница между любовью и влюблённостью. Истинная любовь.**

**Ирина (МидгасКаус):** Смотри, есть слово «влюблённость». Это особое чувство, тип любви, так скажем. Вот если мы будем говорить о типах любви, то влюблённость – это первый этап. «Я влюбился» – значит, я почувствовал, что этот человек соответствует некому моему идеалу. Потом я начинаю понимать, что реальный человек и идеал – это разные вещи. И я начинаю сам с собой работать, например, для того, чтобы мне из влюблённости развить любовь.

Это разные чувства. Влюблённость предполагает, например, признание только идеальных качеств человека. А все его качества, которые не соответствуют идеалу, те, что называют «отрицательными», они игнорируются, вычёркиваются, оправдываются. Но человек – это реальное живое существо, он не может быть идиолом и идеалом для другого. Понимаешь, о чём я говорю?

**Виктория:** Да, хорошо понимаю.

**Ирина (МидгасКаус):** Поэтому истинная любовь – это любовь к целостному человеку, а не только к тому, что в нём притягивает. Если только притягивает, то это влюблённость. И в этой ситуации тот, кто хочет постоянно быть с объектом влюблённости, он не уверен в себе в том плане, что без объекта влюблённости он начинает себя ощущать покинутым и брошенным. Но почему он так себя ощущает? Потому что у него нет уверенности в себе, того, что мы называем внутренним стержнем, поэтому он начинает как бы зависеть от проявления внимания к нему другого человека.

Да, такое легко принять за любовь. Но это не любовь как свобода, это любовь как зависимость. Да, действительно, это проявление одного и того же чувства. Но у одного оно идёт через чувство собственной уверенности в себе и любви к себе. Это когда есть любовь к себе, и как её продолжение – любовь к другому. А у другого человека нет уверенности в себе, нет любви к себе, а есть лишь потребность, чтобы тебя любили. И почувствовав внимание, любовь к себе, такой человек цепляется за это. Ему фактически нечем полюбить другого человека, он лишь проявляет свою неуверенность, свою зависимость и считает эту любовью.

### **53:15 Совет молодожёнам от МидгасКауса.**

**Виктория:** Я думаю, что очень важную вещь ты сейчас проговорил, Мид. Может быть, тогда как раз парам, которые только создают свои отношения, будут какие-то рекомендации, чтобы не проваливаться вот в эту иллюзию идеальности?

Потому что часто такое бывает, что создают союз именно на этих чувствах влюблённости, как я теперь понимаю, а потом начинается совместная жизнь, и иллюзии уходят, а человек не готов принять негативные качества супруга. Как бы вот тогда их принять ещё на этапе влюблённости, и вообще оценить: «А готов ли я их принять, готов ли целостным человека принять? Не только вот эту идеальную картинку в моей голове, а именно всего человека, со всеми минусами, и жить с этим долго и счастливо всю оставшуюся жизнь?»

**Ирина (МидгасКаус):** Для этого необходимо развивать свою любовь, ведь она, на

самом деле, сама с неба Богом не посылается. Посылается только её семя, а растить это семя нужно самому человеку. А это происходит в любом случае через периоды кризиса и духовного роста, того, что мы называем «непринятием» – это реакция на то, что нас не устраивает. Когда мы начинаем с этим работать в себе – с чувством любви и благодарности, то мы преобразуем эти эмоции, и у нас развивается Любовь к неидеальному человеку. Но это в первую очередь должно идти через Любовь к себе и через Любовь к Богу тоже.

#### **54:55 Пример из жизни. Первый год супружества.**

**Ирина** (МидгасКаус): Сейчас я приведу пример из жизни (я изучал такие вещи). Например, женщина влюбилась в мужчину. Во что именно она влюбилась?

**Виктория:** Тут мне самой надо придумать, или что?

**Ирина** (МидгасКаус): Давай так: она влюбилась в мужчину, и он к ней был внимателен, он был красив, он был ухожен, он был богат – все вот эти качества, которые в её идеале.

**Виктория:** И она захотела замуж.

**Ирина** (МидгасКаус): Да, она в него влюбилась. Она чувствует, что это тот, кто ей нужен. И она нашла взаимность – он тоже в неё влюбился. И они вместе составили пару. Что такое пара? Пара – это уже не просто две отдельных личности, а они формируют общее поле. Это поле называется «семья». И вне зависимости от того, оформлен брак или нет, есть их общая влюблённость, вот эта начальная стадия, форма любви.

Есть разные типы любви. Между супругами есть такая форма любви, которая называется «супружеская любовь». И вот влюблённость – это первая стадия супружеской любви. Это больше как бы единство двух личностей, которые строят семью и рожают, воспитывают детей. А здесь проявление любви невозможно без компромиссов и без некоторых уступок со своей стороны, которые многие называют жертвами. Вот даже есть такое мнение, что супружеская любовь, она жертвенна. Чем она жертвенна? Тем, что ты уступаешь некоторые свои интересы и свои занятия, увлечения ради общего дела.

Итак, например, женщина влюбилась в мужчину, и он ответил взаимностью, они создали семью. И тут она начинает замечать, что не всё его поведение соответствует её идеалу. Положительные качества никуда не делись, но к ним добавились отрицательные. Например, у неё в семье было принято (её так воспитывали), чтобы каждый человек клал на место свои вещи. А он всё раскидывает, оставляет открытой зубную пасту, не смывает за собой в туалете, ведёт себя так, что это нарушает её установки о правильном поведении. В период влюблённости это для неё были мелочи, она на них внимания не обращала. Но теперь уже этот период прошёл, потому что энергия влюблённости должна либо закончиться их расставанием, либо она должна перерасти уже в любовь.

Когда люди начинают жить вместе – не просто встречаться, а жить, этот этап длится примерно год. Они начинают показывать друг другу свои привычки, своё поведение, которое было им присуще до знакомства. И дальше уже в сердце этой женщины возникает, как бы сказать, борьба: ей нравится этот человек своими качествами, она продолжает испытывать к нему любовь, но в то же время её раздражают его привычки.

А дальше уже судьба этой семьи, этого соединения людей, зависит от того, как эта женщина себя поведёт – будет ли она работать с собой, со своим гневом, со своим непринятием. И будет ли не просто всё убирать за мужем, а мягко прививать ему своим примером любовь к чистоте и упорядоченности, просто показывая, что это элементарно удобнее, что это элементарно комфортно. Либо она будет жёстко переделывать супруга, критиковать и вступать с ним в ссоры, и уже в нём будет вызывать нарушение его идеалов о том, что женщина должна быть мягкой, нежной и покладистой. И тогда уже он со своими идеалами будет работать либо не работать. Вот от этого всего зависит эта семья.

(Ирина) Как тебе такой ответ?

**Виктория:** Скажем так: достаточно полный.

**1:00:25 Если один из супругов не хочет меняться.**

**Виктория:** А вот, Мид, скажи, а если, допустим, один человек работает над собой, а другой категорически не хочет меняться. Такое ведь тоже может быть?

**Ирина (МидгасКаус):** Конечно.

**Виктория:** Что тогда делать?

**Ирина (МидгасКаус):** В этом случае тому, кто работает над собой, необходимо решить, готов ли он принять эту ситуацию такой, какая она есть, либо не готов, и действовать, исходя из своего решения. Заставить человека против его воли меняться всё равно невозможно, это необходимо признать. Тогда надо взять ответственность на себя за своё решение.

Так, если я решил дальше с ним жить, существовать, то я беру на себя ответственность за своё решение и уже не пытаюсь переделать супруга. Я же взял ответственность, что он будет таким, какой есть, и поменяется, только если сам этого захочет. А я ему уже больше это не предлагаю, пока он сам не попросит. Либо я понимаю, что не смогу принять такую ситуацию, честно это признаю, и тогда так же честно говорю ему о том, что нам необходимо разойтись в разные стороны и каждому строить такую реальность, которую желает.

Ведь бывают разные ситуации. Бывает просто в быту какое-то непонимание. Например, один соблюдает чистоту, другой не соблюдает, один любит готовить, другой не любит. То есть какие-то бытовые вещи. А бывают вещи, связанные с религией, с мировоззрением. Например, она говорит: «Будем ходить в церковь», – а он говорит: «Ты должна ходить в мечеть». Это разные ситуации, и принимать для себя неприемлемое и подавлять себя – это тоже неправильно, это уже нелюбовь к себе.

А переделывать другого человека без его желания – это нелюбовь к нему. И здесь необходимо честно себя спросить: «Готов ли я это принять или нет?» Если нет, то уходить. А если готов, то тогда взять на себя ответственность и дальше с этим жить.

**Виктория:** Какой сегодня у нас глубокий эфир, Мид!

**Ирина:** Он говорит: «Я понятно ответил?»

**Виктория:** Да, очень понятно.

**Ирина (МидгасКаус):** Или другой пример: мужчина сошёлся с женщиной и видит, что она вообще не ухаживает за домом, не убирается, не готовит, ей это совсем не интересно. Он ей высказывает, и в итоге она говорит: «Мне это не нужно. Ну, не нравится мне это дело». Он чётко понимает, что меняться она не хочет. Дальше ему нужно принять решение: либо он сам на себя берёт эти обязанности и ей больше ничего не предлагает, либо с ней расстанется. Ты же согласишься, что взять на себя такие обязанности – это всё равно определённый уровень его ответственности?

**Виктория:** Ну конечно, да.

**1:03:41 О путях преодоления разногласий между супругами.**

**Ирина (МидгасКаус):** Или, например, разногласия, когда появляются дети, вокруг воспитания детей. Кстати, когда я говорю про жертвенность супружеской любви, это чаще всего связано с детьми. Например, мама сидит с маленьким ребёнком. У вас на Земле нет же биороботов, чтобы они выполняли такую домашнюю работу, даже несмотря на наличие детей.

**Виктория:** Нет, к сожалению.

**Ирина (МидгасКаус):** И бывает так, что эта мама что-то там не успела сделать, заснула, легла отдохнуть вместе с ребёнком. У неё усталость, так как ребёнок плакал, и она уснула вместе с ним и не успела, например, приготовить ужин, или вынести мусор, или ещё что-то сделать. Муж приходит с работы тоже уставший и начинает скандал, вместо того чтобы помочь жене приготовить что-то простое, что не требует сил.

Он говорит: «Ты обязана, ты моя жена, и, несмотря на ребёнка, ты должна мне оказать эти услуги за то, что я приношу зарплату». Это уже называется «нелюбовь». Он не вошёл в её положение, здесь нет жертвенности, здесь нет супружеской любви. Он её просто воспринимает как наёмный персонал, которому он платит зарплату. Проще говоря, как прислугу, которая будет обслуживать его интересы. Но он не учитывает, что это его жена, его «половинка», которой может быть больно, которая может быть уставшей, которой может вообще быть не до ужина.

Если муж это учитывает, он молча пожертвует своим отдыхом (потому что она всё-таки смотрела и за его ребёнком тоже) и не только себе приготовит, но и ей тоже, позовёт её ласково к столу, обнимет и скажет: «Я всегда с тобой!»

Что ты чувствуешь?

**Виктория:** Я чувствую, что это было бы очень хорошо. Я думаю, что многим женщинам с маленькими детьми хотелось бы такого отношения. Потому что в этот период...

**Ирина (МидгасКаус):** Вот что бы женщина почувствовала?

**Виктория:** Благодарность, уважение, любовь.

**Ирина (МидгасКаус):** То есть она бы почувствовала усиление своей любви?

**Виктория:** Да, конечно.

**Ирина (МидгасКаус):** А если бы на неё стали ругаться и упрекать, что бы она почувствовала?

**Виктория:** Тогда, может быть, она бы и приготовила ужин, но уже не из любви, а из страха. И, конечно, было бы недовольство, раздражение, отдаление.

**Ирина (МидгасКаус):** И всё равно бы копилась раздражение.

**Виктория:** Да, да.

**Ирина:** Ну, как тебе такой ответ?

**Виктория:** Отличный, хороший ответ. Я надеюсь, что зрители, которые будут смотреть, мужчины, сделают какие-то выводы, как и женщины, в принципе, в равной степени. Каждый возьмёт ответственность за своё состояние сам, не будет перекладывать на другого человека.

**1:07:02 Основной принцип взаимоотношений – разговаривать и всё решать сообща.**

**Ирина (МидгасКаус):** Да, и здесь необходимо понять, что есть интересы семьи, а есть интересы других людей. И если человек часто пренебрегает интересами семьи ради интересов других людей, он уже эту семью не ценит. Но в любом случае надо всё решать сообща.

Например (сейчас уже возьмём жену), мама мужа живёт отдельно, и, скажем, ей требуется помощь по дому. И муж попросил свою жену, говорит: «Я вот пойду убраться у своей мамы, что-то у неё не в порядке со здоровьем, и я хочу ей помочь. И я прошу тебя помочь мне в этом, потому что всё-таки это моя мама, которая родила меня, твоего любимого человека». А она говорит: «Мне это не нужно, я лучше пойду к подруге». То есть это право и мужа, и это право жены, но здесь она выбрала другой интерес. И это может вызвать у него ощущение, что она пренебрегает интересами семьи. А она может почувствовать, что ограничивают её свободу и заставляют работать на эту маму, даже совершенно, может быть, неприятного ей человека.

**Виктория:** И что делать?

**Ирина (МидгасКаус):** Чтобы выйти из этой ситуации, нужно проявить супружескую любовь обоим. И ему можно, конечно, об этом попросить жену, но не настаивать, если она не хочет. И ей необходимо подумать: «Что для меня важнее, встреча с подругой или помощь его маме как проявление любви?» Здесь необходимо им обоим обратиться к себе и к своему Высшему Я и выяснить этот вопрос.

Но я хотел бы ещё сказать, что в любом случае в семье главное – это разговаривать,

не молчать, не замалчивать проблемы, а подойти спокойно, без гнева, как я уже сказал, успокоиться. Сказать: «У меня есть серьёзный разговор», – и спокойно объяснить, не упрекая человека, а говорить, что ты видишь. Например: «Я вижу, что ты игнорируешь мои интересы, ты игнорируешь мои какие-то действия. Я вижу, что тебе тоже тяжело это принять. Давай мы об этом поговорим. Как ты видишь эту ситуацию?» Выслушать его, сказать самому и вместе найти компромисс.

(Ирина) Что скажешь?

**Виктория:** Это очень хороший совет. Так и надо делать.

### **1:10:31 Чувство ревности и работа с ним. Доверие как часть любви.**

**Ирина (МидгасКаус):** Есть ещё ситуация?

**Виктория:** Да, давай возьмём... Тоже, наверное, такая распространённая проблема – ревность, чувство ревности. Как партнёру с ним справиться? Вообще, у вас такое бывает? У вас есть чувство ревности?

**Ирина (МидгасКаус):** Нет, у нас такого чувства нет. Ну, как нет? Очень редко такое проявляется. Ревность – это тоже неуверенность в себе, и на этой почве недоверие к партнёру.

**Виктория:** Но вот если человек осознаёт, что у него это есть, и он хочет с этим поработать, то что делать?

**Ирина (МидгасКаус):** С собой работать.

**Виктория:** С собой поработать, да, понятно, что не посадить партнёра в клетку.

**Ирина (МидгасКаус):** Признать, что эта ревность есть, спросить у своего Высшего Я. Какова первопричина её возникновения, когда она возникла – это может быть вообще в детстве – и поработать с этой причиной.

Давай мы приведём пример. Например, кто-то в семье ревнует мужа или жену, и спрашивает у своего Высшего Я: «Какова первопричина этой ревности?» И человеку вспомнится определённая ситуация. И он посмотрит на эту ситуацию, и если там какая-то обида, разочарование, то простит этого человека, преобразует энергии обиды и потом энергии ревности. Это идёт через общую практику растворения блоков и преобразования энергии.

И пусть ещё мысленно поговорит со своим партнёром, скажет, что он доверяет ему, и что именно партнёру решать, как себя вести. И если он решит изменить, надо так и признать: «Если партнёр решит мне изменить втайне от меня, я могу в любом случае этого не узнать. Поэтому я выбираю доверять своему партнёру. А если я не могу выбрать доверие, то признаюсь себе в этом, и просто мы расстаёмся. Потому что я признаю, что не испытываю к этому человеку супружеской любви и не могу ему доверить себя, свою жизнь».

**Виктория:** Ага! Тогда получается, что доверие – это тоже часть супружеской любви, иначе это будет просто мучением друг друга.

**Ирина (МидгасКаус):** Да. Если нет доверия между супругами, то между ними не может быть и любви.

**Виктория:** Значит, это тоже такой сигнал: если нет этого доверия, то стоит задуматься, какие отношения на самом деле?

**Ирина (МидгасКаус):** Если нет доверия, необходимо сначала поработать с собой, выяснить, по какой причине его нет (может быть, по причине какого-то негативного прошлого опыта), и устранить эту причину. А если доверие так и не появилось, и нет желания даже его развивать... А развивать его – это говорить себе, что «я доверяю Богу, я доверяю себе».

### **1:13:53 Взаимосвязь мыслей и чувств. Мысленные установки.**

**Ирина (МидгасКаус):** Мы не можем развить в себе чувства без своих мыслей. Если мы не будем их проговаривать, мы их не разовьём. Потому что наши мысли порождают в

нас чувства, так же как чувства порождают в нас мысли.

**Виктория:** О, как интересно! Так, давай эту мысль разовьём. Вот сейчас ещё, подожди... Чтобы вызвать чувства, надо проговаривать мысли, правильно я поняла?

**Ирина (МидгасКаус):** Да, установки – это и есть мысли, это есть мысленные установки. Например, я чувствую недоверие к жене. Если я мужчина, который чувствует недоверие к жене, у меня постоянно появляются мысли о том, что в моё отсутствие она мне изменит. Я начинаю работать над собой. Вот как бы лично я чувствовал себя с этими мыслями? Я бы представил, что моя жена мне изменяет, а я за этим наблюдаю со стороны, и спросил бы себя: «Что я чувствую?»

Давай так: ты когда-нибудь чувствовала ревность?

**Виктория:** Ну конечно, да.

**Ирина (МидгасКаус):** Так, вот давай ты сейчас представишь, что...

**Виктория:** У меня сегодня личная терапия! Хорошо.

**Ирина (МидгасКаус):** Представь, что твой муж тебе изменяет, а ты рядом стоишь и смотришь. Что ты чувствуешь?

**Виктория:** Гнев.

**Ирина (МидгасКаус):** Смотри: ты чувствуешь гнев, а потом себя спрашиваешь: «А как меня касается то, что сейчас происходит?»

**Виктория:** Как меня касается?.. Не знаю, первая мысль пришла – просто развернуться, уйти и не смотреть, потому что это меня не касается.

**Ирина (МидгасКаус):** Нет, «как меня касается его выбор?» – давай так спросим. Вот этот его выбор.

**Виктория:** Как меня касается?.. Напрямую тогда, получается, касается. Это угроза нашим отношениям.

**Ирина (МидгасКаус):** Это угроза вашим отношениям. А по какой причине он может сделать такой выбор?

**Виктория:** Это потому, что, видимо, не всё хорошо в отношениях. Мне кажется, если в отношениях всё хорошо, то измены не будет.

**Ирина (МидгасКаус):** Хорошо. Дальше спроси: «А для чего мне тратить энергию на подозрение того, что я не могу проверить?».

**Виктория:** Да, бессмысленно это делать.

**Ирина (МидгасКаус):** Хорошо. Дальше спрашиваем: «А для чего мне находиться рядом с человеком, которого я подозреваю в нелюбви ко мне?»

**Виктория:** Но это каждый раз думать, чтобы мучить себя! Зачем так мучить себя, я не знаю.

**Ирина (МидгасКаус):** Так. «А для чего мне нужно мучить себя?»

**Виктория:** Почему-то тогда мысли, что где-то... Хорошо. Наверное, когда-то была такая ситуация в детстве, где я испытала эти ощущения, и почему-то я к ним возвращаюсь. Мне важно их испытывать раз за разом.

**Ирина (МидгасКаус):** Дальше спрашиваем: «Значит, я к ним возвращаюсь, чтобы изменить свою первоначальную установку, которая возникла в детстве?»

**Виктория:** Получается, что так.

**Ирина (МидгасКаус):** «Значит, моё Высшее Я меня к ним возвращает, чтобы я обратила внимание?»

**Виктория:** Да.

**Ирина (МидгасКаус):** Тогда поблагодарим Высшее Я за то, что оно это делает.

(Ирина) Что чувствуешь?

**Виктория:** Я чувствую, что это важно, что все обстоятельства в жизни, которые у нас складываются, они для нашего духовного роста.

**Ирина (МидгасКаус):** Ты уже полпути прошла, ты уже полдела сделала.

А дальше ты смотришь эту первоначальную ситуацию в детстве, что там случилось, и эти чувства, которые там возникли, растворяешь через преображение и

говоришь себе установки, что ты доверяешь миру, доверяешь Богу, доверяешь себе и доверяешь тем людям, которые находятся с тобой вместе. Чаще всего такие установки возникают, когда в детстве были обмануты значимые ожидания. То есть рушится фундамент, безопасность мира, и человек начинает воспринимать мир искажённо – что «тот, кто рядом со мной, может причинить мне боль».

### **1:19:03 Блок обиды на отца-алкоголика.**

**Виктория:** Кстати, знаешь, часто с алкоголизмом такое бывает. Вот люди приходят и говорят: «У меня муж страдает алкоголизмом. А у меня папа так с мамой жили, и почему я постоянно попадаю в такие отношения?» Это получается, что у человека есть какой-то внутренний блок, который просто притягивает такие отношения в его жизнь? Ему важно раз за разом проживать это, пока он не поймёт причину и не пойдёт, и проработает её.

**Ирина (МидгасКаус):** Пока эта женщина не проработает в себе обиду, гнев на отца, желание избавить его от алкоголизма без его желания, то это будет притягивать в её поле встречи с людьми, которые имеют аналогичные проблемы, чтобы работать уже над ними. Она будет, так сказать, повторять жизненный сценарий, который был с отцом, но уже в отношении мужа.

Тогда она была маленькой девочкой и ничего не смогла изменить. А теперь она уже взрослая женщина и попробует это сделать со взрослым мужчиной. То есть встать на место своей мамы, как вставала на её место, когда пьяный папа её обижал. Она мысленно в неё входила, вселялась и пыталась понять, как будет действовать на её месте. А теперь девочка уже выросла и действительно оказалась на нём. Но чтобы этот сценарий разорвать, нужно поработать с восприятием отца.

**Виктория:** Значит, выход из любых жизненных сценариев возможен только через работу над собой?

**Ирина (МидгасКаус):** Да.

(Ирина) Так, ну что, мы уже долго разбираемся.

**Виктория:** Да, мы уже даже не будем переходить к другим блокам.

**Ирина:** Нет, давай, у нас ещё будет тема именно «Семейные отношения».

**Виктория:** Да? Отлично.

**Ирина:** Потому что там были ещё другие темы. Давай ты лучше ко мне запишешься и будешь по другим темам потом спрашивать.

**Виктория:** Да, мне кажется, если нам дадут обратную связь зрители, если им это интересно, то мы продолжим цикл таких бесед. Вот именно разбор жизненных ситуаций.

### **1:21:09 Цикл о семейных отношениях в Клубе и «Академии Ирины Подзоровой».**

**Ирина:** Дорогие друзья, и я тоже хочу либо в своём Клубе, либо в «Академии» цикл о семейных взаимоотношениях уже начать освещать.

Да, действительно, я хочу сказать, что я как контактёр... Действительно, у меня самой нет семьи, я в разводе. Но я же не от себя буду говорить, а от своих кураторов, у которых как раз семьи есть. Я могу передавать информацию об этом. А свой опыт, конечно же, это мой опыт. И я скажу точно, что занятие эзотерикой на профессиональной основе, на основе постоянной работы, очень сложно совместимо с семейной жизнью.

**Виктория:** Да.

**Ирина:** Нет, это, конечно, возможно, но, опять же, как сказал уже МидгасКаус, только при желании второй стороны. Если вторая сторона этого не хочет, вы всё равно расстанетесь. Он говорит сейчас: «Да, развод вовсе не показывает, что именно вы не сумели удержать семью – это может быть по разным причинам, в том числе и по тем, что именно другой человек, другая сторона, решил строить свою жизнь по-другому. Это его право». Да, действительно, я-то не принимала решение о разводе, это было решение

другой стороны.

**1:22:50 Заключение. Благодарности.**

**Ирина:** Итак, дорогие друзья, благодарю вас за просмотр этого видео. Надеюсь, вам стало понятнее, как поступил бы МидгасКаус в тех или иных ситуациях. Мы его даже расспросили: если бы он вдруг почувствовал ревность к своей жене, то начал бы разбираться с собой, откуда она взялась.

Я вам желаю, дорогие друзья, семейной гармонии и благополучия для вас и ваших детей, а также умения всегда договориться и найти компромисс. Это действительно особая мудрость, которая развивается не только от просмотров видео и чтения книг, но и от собственного опыта.

Итак, дорогие друзья, благодарю вас за просмотр этого видео. Благодарю МидгасКауса за ответы. Благодарю Викторию за интересные вопросы. И всем до новых встреч!

Транскрибатор – Арсений Золотников,  
Корректор – Ольга Шепелева