ONA I ON
DOBRZE USTAWIENI

MIROSŁAW PIOTR CZARKO-WASIUTYCZ

ONA I ON
DOBRZE USTAWIENI

Tytuł: Ona i On. Dobrze ustawieni.

Copyright 2020 Mirosław Czarko-Wasiutycz CZARKO.PL

Wszelkie prawa zastrzeżone. Przedruk lub kopiowanie całości lub fragmentu książki w jakiejkolwiek formie (elektronicznej, fotokopii, nagrań – z wyjątkiem cytatów w artykułach i przeglądach krytycznych), możliwe jest tylko na podstawie pisemnej zgody wydawcy.

Redakcja: Joanna Malinowska
Korekta: Anna Krasucka
Projekt graficzny okładki: MAGIA STUDIO Daria Łozińska
Skład i przygotowanie do druku: Adrian Szatkowski
Zdjęcia: Mirosław Czarko-Wasiutycz, Edyta Steć

Nagrania medytacji: MUSIC RECORDS
www.musicrecords.pl

Druk: Drukarnia Perfekt S.A.

Informacje zawarte w tej książce w żadnym wypadku nie mogą zastąpić wizyty u lekarza czy licencjonowanego terapeuty. Autor i wydawnictwo nie ponoszą odpowiedzialności za niewłaściwe wykorzystanie zawartych w książce informacji.

Wydanie I

Wydawnictwo CZARKO.PL
CZARKO CONSULTING Mirosław Czarko-Wasiutycz
Tel. +48 785335906
Mail. mirekczarko@gmail.com
www.czarko.pl

ISBN 978-83-959404-0-8

Podziękowania

Pragnę głęboko podziękować wszystkim, którzy przyczynili się do tego, że dzisiaj wydaję tę książkę, bo nigdy nie jest tak, że sukces jest jednostkowy. On wprawdzie spływa personalnie na jakąś osobę, ale zawsze jest wynikiem interakcji, pracy i działań wielu. Zrobiliśmy to razem – ja i Wy. Chociaż czasami pewnie nawet nie wiecie, w jaki sposób przyczyniliście się do tego.

Dziękuję mojej mamie, Helenie Czarko-Wasiutycz i mojemu zmarłemu już tacie, Waldemarowi Czarko-Wasiutycz, że się na mnie zdecydowali, chociaż pewnie świadomie nie wiedzieli, na co i na kogo się decydują. Jako ludzie – po prostu byli ludzcy, a jako dusze – są moimi najlepszymi nauczycielami, chociaż dopiero po wielu latach pracy czuję tę moc, która płynie od nich. Potężne istoty i potężne lekcje, które od nich dostałem.

Dziękuję moim dziadkom: Antoniemu i Wincentemu oraz babciom: Neonile i Józefie. To z tych dwóch linii rodowych się składam, chociaż nimi nie jestem.

Dziękuję wszystkim moim partnerkom, a zwłaszcza tym dwóm, które urodziły mi dzieci. Ale też tym, które były dla mnie inspiracją. Przeżywałem z nimi swoje życie i dzisiaj mogę spojrzeć na nie wszystkie, nie widząc sprawców ani ofiar. Mogę do nich powiedzieć: zrobiliśmy to razem.

Dziękuję tutaj również moim nauczycielom, wśród których są: Bert i Sophie Hellinger, Gerhard Walper, Wolfgang Deusser, Heiko Hinrichs, Andrea Drochla, Gunther Schricker, Joaquim Parra Marujo i inni, których nie sposób tutaj wszystkich wymienić.

Dziękuję Dianie Wojciechowskiej, bo to Ona skierowała moje stopy w kierunku Sławka Ostrowskiego, a dzięki niemu dotknąłem po raz pierwszy całej tej wiedzy o systemach rodzinnych. To wtedy, tam pod Poznaniem, wszystko się zaczęło.

Dziękuję też mojej siostrze bliźniaczce, która się nie narodziła i ustąpiła mi miejsca wśród żywych. Również tym wszystkim dzieciom, które nie przyszły na świat, dając przestrzeń mojej esencji, bo choć żywy jestem drugi, to tak naprawdę jestem piąty. Siostrze bliźniaczce chcę bardzo podziękować, bo bardzo głęboko poczułem, że – z jednej strony – przyszedłem, ponieważ byłem silniejszy, a z drugiej – bo tak zdecydowałem. Jednak obok mojej decyzji była też Jej decyzja: „ustępuję

Ci miejsca Mirku". Ukochałem życie bardziej niż bycie z nią, a moim losem jest żyć tutaj, bez niej. Setki słów nie wyrażą żalu, bólu i tęsknoty za tą piękną istotą. Najbardziej w życiu bałem się tego, że odejdzie. Dzisiaj „rodzę" książkę, bo to ja przyszedłem i tylko ja mogę fizycznie to zrobić, ale wiem, że zrobiliśmy to razem. Asiu…, kiedyś się spotkamy, lecz dzisiaj ja tu, a Ty tam.

Dziękuję Patrycji Jagodzińskiej za kopniaki z serca, abym ruszył cztery litery i wydał tę książkę. Dziękuję mojej redaktorce, Joannie Malinowskiej, za jej cierpliwość i siłę do popychania mnie krok po kroku dalej. Dziękuję Czytelnikom mojego bloga za inspirację, zachętę i motywację do pisania.

A na końcu dziękuję sobie, bo w ten sposób spełniam swoje marzenie.

Mirosław Piotr Czarko-Wasiutycz
03.09.2020, Kąty Wrocławskie

Drogi Czytelniku

Nigdy jeszcze nie wydałem książki. To było moje marzenie od dawna i właśnie dzisiaj się materializuje. Więc myśli, uczucia i działania doprowadziły mnie do tego miejsca, w którym wypuszczam w świat owe myśli i uczucia, obrazy, słowa, dźwięki.

Jest to zbiór tekstów, ułożonych w całość. Piszę w nich „o Nim", „o Niej" i „o Razem". Czyli o Tobie, o Niej i o Was. Tytuł „Dobrze Ustawieni" odnosi się do pracy terapeutycznej, jaką wykonuję, jeżdżąc po Polsce i świecie ze swoimi warsztatami, dzieląc się tym wszystkim, co wiem, co widzę i co zostało mi podarowane przez wyższą siłę jako talent. Ta siła prowadzi tak samo Ciebie jak i mnie, chociaż różnymi ścieżkami.

To jest moja pierwsza książka, dosyć nietypowa. To puzzle życia ułożone w wartki nurt. Puzzle myśli ulotnych i bliskich sercu. Puzzle składające się z obrazów, dźwięków, słów, kawałków idei, wglądów poruszających duszę, która jest głęboko w nas. Cieszę się niezmiernie, że to, co kiedyś było tylko w mojej głębi, dzisiaj wypływa na powierzchnię i ujrzy światło dnia.

Kiedy zaczynałem pisać blog, nigdy nie sądziłem, że ktoś kiedyś chwyci w dłoń skrawek papieru, przeczyta i zapłacze. Zdania zapisane na skrawku papieru potrafią obudzić, wywołać poruszenie, czasami złość, aby potem zmienić w spokój rozkołatane serce, przeniknąć do duszy, poruszyć i sprawić, że coś, co widziałem, dotykałem, smakowałem, będzie już inne niż było jeszcze wczoraj.

Dlatego pamiętaj, że czytasz na własną odpowiedzialność. Nie musisz tej książki przeczytać od deski do deski, możesz wziąć ją do ręki i na wyczucie otworzyć na jakiejś stronie. Może właśnie tam będzie informacja właściwa w danej chwili dla Ciebie. Możesz też czytać ją od końca albo od środka. Poczuj i podejmij decyzję. Wiem, że słowa w niej zawarte coś w nas zmieniają, gdzieś tam głębiej, a po ich przeczytaniu już nic nie będzie takie, jakie było.

Pragnę Ci powiedzieć, że sam szukam wciąż swojej prawdy, rozpoznaję swój cień. Wierzę, ślepo stawiając każdy kolejny krok w swoim życiu, że rozpoznam ten moment, w którym moja wiedza, doświadczenie i serce spotkają się w jednym punkcie.

W pełnym strachu, zatrwożeniu i wstydzie, który obezwładnia, przekazuję w Twoje ręce i Twoim uszom – w formacie elektronicznych

doznań, dźwięków i kinestetycznych odczuć – kawałki swoich myśli.

To, co zostało mi dane, przekazuję dalej, aby każdy mógł skorzystać. Oczywiście każdy, kto chce. Czytelnikowi, który nie zna metody Ustawień Systemowych, teksty te mogą wydawać się niezrozumiałe, czasami wręcz szokujące, ale na pewno nie będą takimi, obok których można przejść obojętnie, nie zastanawiając się. A jeśli już będziesz chciał rozszarpać te myśli, słowa, uczucia, obrazy i dźwięki, to proszę Cię – jeżeli jesteś osobą świadomą – zadaj sobie najpierw pytanie: Co tak mocno mną wstrząsnęło, że aż tak bardzo chcę odrzucić tę informację, którą przeczytałem, usłyszałem, poczułem?

Jeżeli chcesz przejść na kolejną stronę i zanurzyć się w czytaniu, to pamiętaj, że robisz to na własną odpowiedzialność, ponieważ świat jest szalony, zmienny i popierdolony, a jednak w tym szaleństwie wszyscy tańczą wspólny „chocholi taniec", wciąż szukając siebie. Czasami na oślep bądź z zawiązanymi oczami.

Życzę Ci, abyś odnajdując siebie, w jak najmniejszym stopniu, o ile to tylko możliwe, skrzywdził innych. Jestem tego zupełnie świadomy, że szukanie siebie zawsze wiąże się z ofiarami, na które nie chcemy patrzeć. Lekcje rozwoju mają różny wymiar i nieraz, aby przedostać się do krainy światła, musimy przejść przez ciemną dolinę, a w niej – czasem ze strachu – gryziemy, drapiemy i krzyczymy. Taka jest droga.

Nieidealny, wciąż w drodze, autor książki, tudzież myśli ulotnych.

Mirosław Piotr Czarko-Wasiutycz

Jeść chleb – tylko z miłością.
Witać się z nieznajomym – tylko z miłością.
Kochać się z kobietą – tylko z miłością.
Pracować – tylko z miłością.
Bać się – tylko z miłością.
Kopać ziemniaki – tylko z miłością.
Zmywać naczynia – tylko z miłością.
Pić herbatę – tylko z miłością.
Spierać się – tylko z miłością.
Podejmować decyzje – tylko z miłością.
Oddychać – tylko z miłością.
Patrzeć na słońce – tylko z miłością.
Czuć wiatr – tylko z miłością.
Spoglądać w gwiazdy – tylko z miłością.
Dotykać Ziemi – tylko z miłością.
Do ludzi – tylko z miłością.
Kroczyć przez życie – tylko z miłością.

Mirosław Piotr Czarko-Wasiutycz

Tak zwane „Czarne Owce" rodziny są w rzeczywistości poszukiwaczami dróg wyzwolenia dla drzewa genealogicznego. Ci członkowie drzewa, którzy nie dostosowują się do zasad lub tradycji systemu rodzinnego, którzy stale szukają, aby zrewolucjonizować przekonania, w przeciwieństwie do dróg naznaczonych tradycjami rodzinnymi, ci krytykowani, osądzani, a nawet odrzucani, są powołani do uwalniania drzewa z powtarzających się historii, które frustrują całe pokolenia.

„Czarne owce", ci, którzy się nie adaptują, ci, którzy krzyczą, buntują się, naprawiają, detoksykują i tworzą nową, kwitnącą gałąź. Niezliczone niespełnione pragnienia, niespełnione sny, sfrustrowane talenty naszych przodków manifestują się w ich buncie, szukając swego ujścia.

Drzewo genealogiczne, przez bezwładność, będzie chciało nadal utrzymywać kastracyjny i toksyczny kierunek swojego pnia, co sprawia, że jego (Twoje) zadanie jest trudne i problematyczne. Jednak nikt nie może sprawić, byś zwątpił. Zaopiekuj się swoją wyjątkowością jako najcenniejszym kwiatem swojego Drzewa.

Jesteś marzeniem wszystkich swoich przodków

Bert Hellinger

Tłumaczenie: Radek Dąbrowski



USTAWIENI W RODZIE

Rozdział I

Alkoholicy, narkomani, kurwy, mordercy i złodzieje. Pijacy, biedacy, chorzy, głodni, samobójcy – cienie miast. Tęsknią najmocniej, w sumieniu są bliżej wykluczonych, niechcianych, niewidzialnych, zapomnianych. Bo nie da się wytrzymać, bo niosą to, czego nikt nawet nie chciałby podnieść. Bo kochają ślepo to, na co nikt nie chce popatrzeć. Bo chcą zmartwychwstania tych, o których cała reszta chce zapomnieć, i zasypać ostatnie wspomnienia po tych mendach. Dotykają tęsknoty, dotykają jej tu, na Ziemi. Jednak ta tęsknota ma dużo głębszy korzeń, to tęsknota za domem, za powrotem do domu i odzyskaniem swojej należnej rangi, czasami mocy, utraconej mocy. W bezsilności ludzkiego losu rodzi się pokora i siła, a ostatecznie zgoda na świat taki, jaki jest. Nie oceniaj. Miej serce i patrz w serce. Nic nie jest takim, jakim się wydaje na pierwszy rzut oka.

Z osobistych refleksji

Im dłużej żyję na tym świecie, tym głębiej wchodzę w siebie. Wcześniej nie widziałem tego, co widzę dziś i co ukazuje się mojemu wewnętrznemu oku. Ludzie, których spotkałem, kiedyś wydawali mi się głupi, a im bardziej zapuszczam się w swoje wnętrze, tym bardziej widzę ich mądrość, w tej głupocie i czasami krzywdzie, którą, jak mniemałem, wtedy mi wyrządzali. Rośnie we mnie szacunek do każdego doświadczenia, które kiedyś wydawało mi się czymś mało ważnym, a może nawet czymś złym, a ujmując to w ramy sumienia – co jest dobre, a co złe.

Im dłużej moje stopy niosą mnie po tym świecie, widzę, że największa siła przychodzi z tego, co trudne. Tam jest moc, która daje nam siłę kreacji. Coraz częściej spostrzegam, że to, co mówili mama i tato, było tylko częścią prawdy, nieraz powierzchownej. Czasem jednak w tym, co uważałem za banał, dzisiaj widzę świętość.

Życie podnosi kurtyny i za jednym obrazem pokazuje się kolejny, który zmienia całkiem kształt tego pierwszego, a tym samym zmienia mnie w tym obrazie, moje doświadczenie i sposób spostrzegania. Wszystko jest lekcją, tylko my czasami mamy za mało osobistej mocy, aby przetrawić ją wtedy, kiedy przychodzi. Jesteśmy małostkowi i kłócimy się o nieumyte talerze albo o deskę klozetową, zamiast popatrzeć głębiej.

Ta moja mądrość post factum i świadomość coraz bardziej mnie przerażają, bo dzisiaj potrafię płakać nad rozlanym kilkanaście lat temu mlekiem, ale gdy się wylewało – biłem pianę. Myślę, że jako ludzie mamy często za mało mocy, aby stanąć do swoich żyć i przeżywać je na bieżąco, w chwili, w której się wydarzą. To budzi mój niepokój, ponieważ to, co stało się 10 czy 15 lat temu, dociera do mnie w momencie, gdy karty już dawno przedarte na pół, a czasami nawet stolik, na którym rozgrywała się gra, zbutwiał i szlag go trafił. Dla duszy, co prawda, nie ma czasu i to bez znaczenia, kiedy lekcja się wgra na twardy dysk, ale dla mnie – Mirka, syna Waldemara i Heleny, do jasnej cholery, ma to znaczenie.

Czytamy wiele książek, artykułów, bierzemy udział w warsztatach i niby już coś wiemy, a potem dzieje się życie i stajemy, jak ten chłopiec czy dziewczynka z pustką w głowie, podczas niezapowiedzianej kartkówki. I znów pała. Ten paradoks budzi we mnie bezsilność, w obliczu tajemnicy mego losu, drogi i wyborów, które zawsze podejmujemy na nasze osobiste 100 procent.

Rozliczyć się przed sobą samym, a może i przed bliskimi, ze swoich błędów to wyzwanie. Wziąć odpowiedzialność za nie to siła. Naprawić to, co się da, to wielkość. Bezsilność nakazuje mi nie pozostawać w pewności, że coś jest takie, jakie jest. Nakazuje mi raczej trwać w ciągłym pytaniu, w ciągłej ciekawości tego, co się dzieje i wydarzy.

Czasami to, co z pozoru trudne, pozwala nam szybciej urosnąć i dojrzeć. Dzisiaj rozumiem, choć jeszcze nie

w pełni, to, co było naście lat temu. Dzisiaj potrafię się przed tym pokłonić z pokorą i wdzięcznością. Teraz rozumiem, co się wydarzyło, i dzisiaj zwracam honor wykluczonym przeze mnie. Na powrót przyjmuję ich do serca takimi, jakimi byli, bo wtedy byli właściwi.

Coraz częściej płaczę i uwalniam swój ból, bo łzy pozwalają coś puścić. Przyjęcie bólu uwalnia do przyjmowania radości, ale przyjmowanie swego bólu, nie obcego. Obcy ból tylko obciąża. Coraz wyraźniej zauważam, że siłą wcale nie jest działanie, lecz powstrzymanie się od działania, od reakcji, od pędu, chociaż w pędzie czasami też jest ruch do życia.

Nic nie jest takim, jakim się wydaje na pierwszy rzut oka, a my wciąż jesteśmy jakby zaciągnięci do odtwarzania rzeczywistości niż do jej tworzenia z siebie. Dzisiaj płaczę, pozwalam sobie na płacz. Zresztą taki dzień, że za oknem pada, przyroda jakby się już składa do snu, co się miało urodzić, już się urodziło, a co się nie narodziło, już się w tym roku nie narodzi, po prostu wrzesień.

Gdy Twoja partnerka, żona, mąż, partner nie akceptuje Twojej mamy, Twojego taty, jest tak, jakby mówił do Ciebie: „Na tę część Ciebie się nie zgadzam" – to musi się ostatecznie źle skończyć.

Kiedy Twój partner, mąż, żona, kobieta ślepo każe akceptować Ci swoją rodzinę lub uważa, że jej albo jego rodzina jest lepsza, mądrzejsza, bardziej oświecona – to musi się źle skończyć.

Jak Twoja partnerka, żona, mąż, facet krytykuje Twojego ojca, matkę, brata i oczekuje, że w tej krytyce weźmiesz jej lub jego stronę, stając przeciw swojej rodzinie – to musi się źle skończyć.

Jeśli Twój mąż, żona, partner, partnerka nie chce, aby Wasze dzieci spotykały się z babcią, dziadkiem, bo są gorsi, źli, niewłaściwi – to musi się źle skończyć.

Czasami trzeba poczekać, aby umieć uszanować to, co niesie ze sobą partner. W jego rodzicach i dziadkach czasem widać to wyraźniej. Widać lepiej, co niesie Twój mąż, żona, partner, partnerka. Ojciec pił alkohol? Matka zdradzała? Dziadek był milicjantem? Pradziadek zabił? Decydując się na relację, otwierasz się na to wszystko, co jest w jej lub jego systemie, klanie, rodzinie.

Kiedyś, zanim młodzi zeszli się ze sobą – starsi z rodu długo rozmawiali. Nie mieli dostępu do aktualnej wiedzy, ale jakoś czuli, że para schodząc się, łączy dwa rody, a nie tylko siebie.

Hellinger wciąga na zakręcie

Czasami piszę w autobusie albo w pociągu, bo bywa, że przychodzi do mnie taka myśl, informacja, czasami podczas rozmowy z kimś i jest tak intensywna, że czuję, że trzeba ją zapisać, chociaż w kawałku. Niedawno napisała do mnie klientka, z którą pracowałem przez telefon około pół roku temu, bo nie mogła mieć dzieci. Wtedy okazało się, że ma jakąś zmarłą siostrę, była w ciężkim szoku, bo nic

o tym nie wiedziała. Po pięciu miesiącach zadzwoniła i powiedziała, że podczas rozmowy z mamą wydało się, że mama usunęła ciążę. Na ustawieniu informacja „wyszła z pola", a dopiero po pięciu miesiącach wyszła z ust jej mamy.

Wciąż mnie to mega zaskakuje, jak działa pole, z którym mamy do czynienia na ustawieniach systemowych. To jest wręcz cud. Cud, który otwiera oczy na to, jak wszyscy jesteśmy ze sobą połączeni, zwłaszcza w rodzinie, wśród najbliższych osób. Dzisiaj ja napisałem do swojej klientki. Okazało się, jej siostra właśnie dziś pochowała swoje dziecko, które zmarło w brzuszku mamy. Było chore, a jego malutkie ciałko było pokryte torbielami. Ta klientka dała swojej siostrze jakiś czas temu książkę Hellingera, tej siostrze, która dzisiaj pochowała to dziecko. Siostra nadała mu imię i nazwisko, zamówiła nagrobek. Dzieciak został pochowany przy grobie babci, która ponoć do cnotliwych nie należała. Siostra klientki zdecydowała się na pochówek po przeczytaniu książki Hellingera. Dotarło do niej, jak to jest, gdy takie usunięte bądź poronione dziecko, nie ma swojego miejsca w rodzinie. Ona dzisiaj to zrobiła, znalazła dla niego dobre miejsce. Popatrzyłem wewnętrznie na zmarłe dziecko i zobaczyłem, że ono przyszło do tej rodziny, aby coś oczyścić. Może właśnie temat tych usuwanych dzieci? Ile jest takich dzieci, które nie mają swojego miejsca ani na cmentarzu, ani w naszych sercach? Ile jest takich zapomnianych, które czekają na utulenie w ramionach mamy? Poryczałem się. Bo ten mały człowiek – i nie kupuję tutaj rozmów o zygotach, pierdołach, i tej czasami absurdalnej dyskusji o aborcji, bo to temat na czasie – to jest człowiek, a nie zygota czy własność.

Na marginesie, w całej tej wrzawie na temat aborcji w ogóle nie mówi się o konsekwencjach usunięcia dziecka dla dwojga ludzi. Za każdym razem, kiedy obserwuję na warsztacie, jakie konsekwencje niesie dla pary aborcja, to widzę, że wraz z nią następuje koniec związku. Aborcja to zabójstwo i zabicie miłości pary, bo to dziecko jest z niej i z niego. Jeżeli oni mówią temu dziecku NIE, to mówią też NIE do siebie. Może więcej powinno się mówić o depresji, jaką mają kobiety, które dużo usuwały? Może o tym się za mało mówi? Może więcej powinno się powiedzieć, jak rozwala faceta, gdy kobieta usunie dziecko i nie powie mu o tym? Czy nie powinno się mówić, jakim cyborgiem można się stać, gdy się odetnie od tego doświadczenia, od tej decyzji? Może powinno się więcej mówić, jaki ból i rwanie w jajnikach czuje kobieta, która dokonała aborcji, jak to wpływa energetycznie na jej ciało? Mało się o tym mówi, a powinno się mówić więcej. Dzisiaj to małe dziecko znalazło swoje miejsce, będą o nim pamiętać, pozostanie już w tej rodzinie. Ma swój nagrobek, swoje imię, wzięło na siebie bardzo dużo, o czymś przypomniało, pokazało wszystkim, czego nie widzą. Często pary mają problem z zajściem w ciążę, co dzieje się, kiedy gdzieś wcześniej dużo dzieci zostało usuniętych. Kiedyś nie było lekarzy wykonujących aborcję, kiedyś rodziło się i wsadzało do beczki po

kapuście – takie były czasy. Dopóki się na te dzieci nie popatrzy, dopóty system tak działa, że nowe dziecko nie może się narodzić. Dlaczego? Bo te wszystkie zmarłe przynależą do kogoś, a nikt na nie patrzy. To działa jak magnes dla nowego płodu, który systemowo wyciąga go do zmarłych. Dlatego gdy następuje zapłodnienie, to potem często zdarza się poronienie. Tak działa dusza. I tyle w temacie naszych wolnych wyborów.

To dzisiejsze dziecko znalazło swoje miejsce, a wszystko dzięki temu, że gdzieś w czyjeś ręce wpadła książka Berta. Następne dziecko w rodzinie, być może będzie już mogło przyjść wolne od obciążeń. I pomyśleć, że minęło sześć miesięcy, a ustawienie nadal pracuje, system się leczy, próbuje znaleźć dobre rozwiązanie. W takich chwilach, gdy słyszę podobne historie, widzę, jak ta robota dużo daje, aby ruszyć z miejsca. Czy to w temacie ciąży, dzieci, relacji z partnerem, rodziców, pieniędzy, czy biznesu. Czasami to, co przychodzi, jest inne niż to, czego byśmy chcieli, ale na pewno jest właściwe, chociaż będąc w oku cyklonu, często wydaje nam się, że to największa kara. Zaufaj wtedy sobie, zaufaj duszy. Siostra klientki zaczęła czytać książki Hellingera, gdy była na życiowym zakręcie. Dowiedziała się, że coś z tym małym człowieczkiem w jej brzuchu jest nie tak. Hellinger wciąga na zakręcie…, na zakręcie życia. Mnie też wciągnął na zakręcie. Tak jest właśnie zbudowany człowiek, że zaczyna zaglądać głębiej dopiero wtedy, kiedy ból staje się nie do zniesienia, kiedy drapanie pazurami już nie pomaga, kiedy zmienianie świata na zewnątrz nie przynosi efektów. Tak sobie myślę, że może to było pierwsze zmarłe dziecko, które zostało zauważone. Czasami dusza pracuje wiele pokoleń, aby coś pokazać. Dzisiaj się udało.

Po co mi ta terapia?

Ustawienia nie rozwiązują problemu. Ustawienia systemowe pokazują, w czym tkwi problem. Często myślimy, rozmyślamy, „przemóżdżamy" naszą sytuację, a nie mamy wglądu w to, co tak naprawdę się dzieje. Myślimy, że to my konkretnie robimy coś nie tak i na poziomie jednostki próbujemy szukać rozwiązań, a w ustawieniu wychodzi, że przyczyna leży gdzie indziej. Bo nawet do głowy nam nie przyszło, że nasza depresja wynika z tłumionej przez lata agresji, a agresja idzie w linii prostej od dziadka, który był milicjantem w czasach komuny. ZONK! My tymczasem, w ramach ślepej miłości, tłumimy tę agresję, tak jak dziadek udawał, będąc w domu przez 50 lat, że wszystko ok.

Ustawienia pokazują całkiem nowy obraz – obraz systemowy sytuacji w rodzie. Systemowy, czyli uwzględniający dynamiki rodzinne. Przed wglądem w pole informacji mogliśmy mieć całkiem inny obraz dotyczący naszego problemu, a nowy obraz sytuacji powoduje, że to, co wcześniej było niewidoczne i nieświadome, staje się przejrzyste i wiadome. To, co wcześniej

było nieznane, staje się znane, a to, co kiedyś było czarną, zamazaną plamą, staje się jasnym i wyraźnym obrazem.

Pamiętajmy, że ustawienia nie rozwiązują problemu, one dają nową perspektywę wglądu, dzięki której konfrontujemy się z tym, co jest. Konfrontujemy się z faktami, a nie interpretacją faktów. Ustawienia, dając nowy obraz, uwalniają z uwikłania w losy rodziny lub przodków. Uwalniają zablokowane zasoby mocy jednostki, a dzięki oswobodzonej mocy człowiek może wykonać kolejny krok, np. uznać, że dar życia przepłynął właśnie od tego konkretnego ojca i tej konkretnej matki, albo uznać, że związek pary się skończył, albo zobaczyć, że człowiek idzie ku śmierci za matkę. Może uznać, że jego poświęcenie nic nie zmieni, że jego ślepa miłość dziecka i magiczne myślenie jest niczym w obliczu decyzji mamy. Może w końcu zobaczyć, że zapierdala jak przecinak i wciąż kończy kolejne kierunki studiów, bo chce żyć za troje… za troje nienarodzonego rodzeństwa. Może też uznać, że ojciec nic już więcej w życiu mu nie da, że matka dała mu swoje 100 procent i więcej już nie da, bo nie ma. Może w końcu uznać, że zgadza się na te 100 procent i że resztę zrobi sam. Może też uznać swoje miejsce w rodzinie, że życie ma już za sobą, a jego czas w ciężkiej chorobie dobiega końca.

Ustawienia ostatecznie konfrontują z życiem i śmiercią. Konfrontują z naszą indywidualną prawdą, winą, odpowiedzialnością, konsekwencjami. Konfrontują nas z losami przodków, w które częstokroć byliśmy uwikłani latami, a nawet dekadami naszego życia. Ustawienia konfrontują z miłością, która prowadzi do choroby, i z miłością, która kieruje do życia. Ustawienia stawiają nas często jako tych małych przy rodzicach i pokazują nam drogę do naszych rodziców. Ustawienia jednak nie zastąpią życia, nigdy nie zastąpią doświadczenia życia i nie spowodują, że problemy znikną.

Dzięki ustawieniom dostaniesz siły, aby przez problemy przejść bez wyłączania czucia w ciele, bez udawania, że nie widzisz, nie słyszysz, nie czujesz. Dzięki ustawieniom odblokujesz to, co często było zastygłe, zablokowane, zapieczone.

Dzięki ustawieniom dotrzesz do większej autentyczności, dorosłości i odpowiedzialności. One postawią Cię też bliżej tego, co w życiu nieuniknione: śmierci, granic poznania, bezsilności względem większych sił.

Ustawienia nie rozwiązują problemu, one konfrontują Cię z tym wszystkim, co nazywasz życiem i tym wszystkim, co do życia przynależy.

Już nie jestem do dyspozycji

To, co pokazują ustawienia systemowe, to uwikłania w losy rodziny i przodków. Często całkowicie nieświadomie przypominamy o trudnym losie, winie, morderstwie, gwałcie, straconej ojcowiźnie, przypadkach nagłych śmierci, poronieniach czy aborcjach. O tym wszystkim, co trudnego wydarzyło

się w rodzie, i nie ma znaczenia, czy coś wiesz o metodzie Ustawień Systemowych, czy nie wiesz nic, to i tak Cię dotyczy. Przypominamy o tym wszystkim, o czym rodzina nie rozmawia przy wigilijnym stole lub na imieninach czy urodzinach. Przypominamy swoim stanem emocjonalnym, obciążeniami w przestrzeni, przypominamy chorobą, nieudanymi związkami, przypominamy brakiem sukcesu, brakiem radości życia, smutkiem, takim nie wiadomo skąd. Przypominamy depresją, chorobami psychicznymi, nerwicami, mięśniakami macicy, endometriozą, przypominamy ciałem, myślą, lękiem, zablokowanym czuciem, płytkim oddechem, lękami, fobią. Przypominają też nasze dzieci – czasem chorobą, czasem wypadkiem czy krzykiem emocji. Bez dwóch zdań, jesteśmy uwikłani w nasz ród, w jego niedokończone historie, nieprzeżyte emocje, niewypłakane łzy. Przypominamy ślepą miłością do wykluczonych, pominiętych i zapomnianych kochanek, kochanków, sprawców i ofiar. Ślepo ich kochamy na bardzo głębokim poziomie swojej duszy i chcemy ich przywrócić na powrót do żywych, żyjąc ich los, ich emocje, czasami świadomie, a czasami całkowicie nieświadomie. Przypominamy też dlatego, że głęboko w duszy czujemy do nich wdzięczność za to, że byli i głęboko w duszy czujemy z nimi połączenie, również dlatego, że służymy innym, jak np. partnerowi w relacji. Chcemy pomóc, naiwnie wierząc w swoją wielkość i omnipotencję, że np. jesteśmy w stanie uratować mamę lub tatę. Przypominamy, bo gdzieś w środku mamy przekonanie, że tylko poprzez łączenie się z rodem w trudnej chwili możemy do niego przynależeć. Przypominamy, bo coś w duszy nam mówi, że tylko przynależąc, możemy czuć się bezpiecznie, a czuć się bezpiecznie i przynależeć, znaczy ni mniej, ni więcej, jak po prostu PRZEŻYĆ.

Dawniej jednostce trudno było przeżyć poza wspólnotą, poza wsią, poza grodem, poza grupą swoich ziomków. Dzisiaj jest już trochę inaczej, natomiast przez tysiące lat ewolucji właśnie taki porządek wyznaczał jedną prostą zasadę naszego biologicznego przetrwania: przynależeć równa się – życie. Nie przynależeć równa się – nie żyć, umrzeć. Dlatego to, co pokazują ustawienia systemowe, znaczy tylko tyle, że wikłamy się w losy przodków, niesiemy ich winę, ciężary, ich trudne doświadczenia, smutek, los – jako małe dzieci. Tylko i wyłącznie w postawie małego dziecka, szukającego poczucia bezpieczeństwa, będącego w głębokim wręcz paraliżu biologicznego uwarunkowaniu mózgu, który nakazuje nieść ciężary, aby przeżyć. Właśnie to, między innymi, pokazuje Totalna Biologia, która uczy, że konflikt na poziomie biologii mózgu powoduje, iż niesiemy ciężar za swój ród, za mamę, za tatę, za zmarłe rodzeństwo, za bliźniaka, który się nigdy nie narodził, za poronione czy abortowane dziecko, za dziadka, który był w obozie, za babcię, poniżaną i bitą, za prababkę, która straciła posag, za zamordowaną kochankę, która chciała uznania, że też jest coś warta. Niesiemy

za nich, jak dziecko, które kocha ślepo i woli nieść ciężar niż umrzeć.

Postawa dorosłego zakłada głębokie, osobiste poczucie swojego wewnętrznego bezpieczeństwa. Tylko z tej pozycji możemy wyjść z uwikłania, czując się bezpiecznie jako dorosły, a drogą do wyjścia z uwikłania jest znalezienie swojego bezpiecznego miejsca. Mając świadomość, że sam sobie poradzę, że „jestem już duży" i sam umiem zapłacić za siebie rachunki, ugotować sobie zupę, sam jestem w stanie zarobić pieniądze na swoje utrzymanie i rodziny, sam dam sobie radę. Nawet bez partnera, nawet jakbym stracił pracę, to wiem i mam wewnętrzne przekonanie, oparte na moim osobistym doświadczeniu, że nawet jak upadnę, to wstanę i dam radę.

Jeżeli człowiek nie ma takiego wewnętrznego przekonania, że sam umie się o siebie zatroszczyć i wyjść z różnych tarapatów, to w tej części siebie, w której nie ma sytości, wypełnienia, będzie szukał na zewnątrz, będzie szukał w partnerze, w innych ludziach. Ponieważ czymś innym jest wejście w relacje z drugim człowiekiem z poziomu: „chcę z Tobą być", a czym innym jest wejście w relacje z poziomu: „muszę z Tobą być". Gdy muszę, to znaczy, ni mniej ni więcej, tylko tyle, że bez Ciebie nie dam rady, nie przeżyję, nie przetrwam. Natomiast, jeżeli wychodzę z poziomu „chcę" i każdego dnia, dzień po dniu, znów podejmuję decyzję, że dzisiaj nadal z Tobą jestem, to jest to poziom osoby dorosłej, a nie małego, zalęknionego dziecka, które musi z kimś być, aby przeżyć. Do dyspozycji systemu stawiają się Ci, którzy boją się o własne życie, którzy nie wyobrażają sobie bycia, istnienia, przeżycia bez poczucia głębokiej przynależności. Dorosły jest w stanie poczuć bezpieczeństwo w sobie i jest w stanie odpowiedzieć na treści pochodzące z systemu:

Nie jestem już do dyspozycji, wybieram inaczej, szanuję wasz los, ale to nie jest mój los, to nie są moje ciężary, swoje niosę chętnie, wasze zostawiam przy was. Z miłości, która prowadzi nie do śmierci, a do życia, z szacunku do waszego losu, do waszego ciężkiego losu, ja zrobię inaczej, trochę inaczej, aby ci biedni mogli przeze mnie dotknąć obfitości, aby ci samotni, we mnie mogli dotknąć bycia razem, aby ci wykluczeni mogli poczuć, że nawet tacy, jak oni, są razem z nami i potrzebni nam. Z ogromnego zrozumienia ludzkich losów, z ogromnego zrozumienia, że wszyscy jesteśmy połączeni, a w rodzie, w klanie, w systemie pochodzenia tak bardzo szczelnie, ja zrobię inaczej, abyś ty dziadku, który musiałeś pracować ponad siły w obozie pracy, mógł we mnie i przeze mnie podotykać, jak to jest być na długim relaksującym urlopie, abyś ty babciu, we mnie i przeze mnie mogła doświadczyć cudownego pięknego seksu z mężczyzną, którego ja kocham, jako twoja wnuczka, abyś ty gwałcicielu mojej prababki też znalazł miejsce w tej rodzinie i strzegł moje dzieci przed tak ciężkimi doświadczeniami, abyś ty morderco, który i tak przynależysz do naszego klanu, także odnalazł swoje miejsce, a twoje serce mogło zaznać

spokoju, stojąc na straży naszego długiego i bezpiecznego życia, bo kto inny potrafi ustrzec nas i nasz ród przed zagrożeniem życia, jak nie ten, który życie odbierał? I abyś ty szalona kobieto, która postradałaś zmysły i popadłaś w obsesję chorego wyobrażenia miłości, także umiała do nas dotrzeć, do mojego serca, w którym jest miejsce dla wszystkiego, co się tam wydarzyło, dla wszystkiego, co tam miało miejsce, i abyś właśnie ty także mogła być wśród nas i strzec nasz ród, naszą rodzinę przed szaleństwem, przed wchodzeniem w uzależniające relacje, przed obsesją miłości, która miłością nie jest, a tylko stwarza jej pozory. Wy wszyscy z nami, we mnie, w moim sercu, wszystkie bariery w dół, wszystkie osądy, sądy, oceny. Bez poczucia zagrożenia, bez ucieczki, bez kulenia się i zamykania się w sobie, wszystkie bariery w dół. Wszyscy możecie tu być tacy, jacy jesteście, jacy byliście, ze mną, we mnie, w moim sercu. Wszystkie bariery w dół, przyjmuję całą schedę rodu, cały bagaż i dla każdego znajduję miejsce w moim sercu. To, co wasze, zostawiam przy was, a to, co moje, zabieram ze sobą. Każdy ma tu miejsce i nie muszę tego oceniać, nie muszę tego dzielić na lepszych i gorszych, na bardziej udanych i mniej udanych. Moje przy mnie, wasze przy was, dla każdego jest tu miejsce, dla każdego przy moim wigilijnym stole jest miejsce. Również dla pijaków i alkoholiczek, również dla tych, którzy kradli, oszukiwali, kłamali, gwałcili, zabijali. Wszystkie bariery w dół. Wy też możecie tu być, wy też potrzebni, bez was nie da się iść dalej i każdy znajdzie tu swoją nową funkcje, rolę, miejsce, aby ten konglomerat ludzkich doświadczeń, przeżyć i kolorytu życia w różnych jego aspektach mógł żyć dalej, aby się dalej rozwijać, rosnąć i iść w stronę ekspansji, a nie entropii.

Gdy człowiek dorośnie, gdy zrozumie, że życie nie polega na tym, aby wykluczać, ale aby umieć przyjmować, asymilować, zmieniać potencjał wyjściowy pierwotnej energii i gdy już nie boi się żyć, gdy już nie ucieka przed śmiercią, tylko idzie do życia, w zgodzie na to, jakie ono jest, jakie potrafi być, nie potrzebuje stawać do uwikłań, nie musi brać na siebie cudzych ciężarów, bo swoich ma tyle, że mu wystarczy.

Życie to nie „Star Wars”

Życie to nie „Star Wars”, gdzie ciemna strona mocy chce przejąć kontrolę nad jasną stroną, a jasna chce żyć w zgodzie z naturą, bezwarunkową miłością i wszystkimi tymi różowymi rzeczami, czyli pierdzącymi słonikami mówiącymi po naciśnięciu „I love You”. Gdy oglądamy „Gwiezdne Wojny”, to z automatu opowiadamy się w po jednej ze stron, podobnie kiedy oglądamy kryminał, thriller czy film sensacyjny. Od małego uczą nas zajmować stanowisko, czasami nawet nie pytają o zdanie. Bajki, które czytamy dzieciom, też jasno pokazują, kto jest dobry, a kto zły. Tak samo religia, która mówi nawet więcej, że ten, który jest dobry, na końcu zostaje zabity przez

tych złych, nieświadomych tego, co robią. Jako dzieci czuliśmy, że jedna babcia jest dobra, a druga zła, jedna część rodziny może nas odwiedzać, a kontakt z drugą jest, delikatnie mówiąc, niewskazany. W polityce jest podobnie, jedni są właściwi, a inni na miano właściwych nie zasługują. Ostatecznie te wszystkie podziały sprowadzają się do jednej myśli: Mnie wolno żyć, a temu drugiemu nie.

Gdy Niemcy zabijali Polaków, to Polacy byli oburzeni. Wtedy ci Niemcy byli uznawani za ciemne siły mocy, a wszyscy krzyczeli: „Gdzie jest Bóg sprawiedliwy?". Gdy Polacy zabijali Niemców, to wtedy Polacy czuli spokój, to było sprawiedliwe. Wówczas Niemcy krzyczeli: „Gdzie jest Bóg? Gdzie jest Bóg sprawiedliwy?". To jest tak, jakbyśmy chcieli zaciągnąć Boga do rozwiązania swoich spraw, tak jakbyśmy chcieli, aby był morderczy względem tych, którzy nam zagrażają, którzy stoją nam na drodze naszych interesów.

Prawda jest moim zdaniem dużo prostsza. Na świecie zawsze byli mordercy i oni zawsze znajdowali swoje ofiary. W filmie „Star Wars" ci, którzy stoją po jasnej stronie mocy, zawsze mają problemy z materią, a to statek im się zepsuł, a to nie ma wystarczających środków do życia, a to ktoś przymiera głodem, a to zabrakło paliwa, zawsze jest jakiś problem z materią. Ci, którzy są po ciemnej stronie mocy, nie mają problemów z materią, stać ich na utrzymanie setek tysięcy dywizjonów i na zbudowanie w kosmosie Gwiazdy Śmierci. Oni natomiast mają problem z duchowością, ze zrozumieniem, że wszyscy jesteśmy połączeni i zawsze coś schrzanią. Na końcu wychodzą z otwartą paszczą i zastanawiają się, jak to się stało, że znów coś nie wyszło.

Sprawca i ofiara są ze sobą połączeni na zawsze.

W ustawieniach systemowych sprawcy i ofiary na końcu zasypiają obok siebie, czasem nawet któryś wyciągnie nieświadomie rękę w geście pojednania. Najczęściej problemy są zażegnane między nimi jednym spojrzeniem, które mówi wszystko. Zastanawiam się, skąd w nas taki obraz, taki wewnętrzny imperatyw, który nakazuje wybierać i opowiedzieć się po jednej ze stron, tym samym wykluczając drugą stronę? Tylko z pozoru jesteśmy tacy różni, mamy różne kolory skóry, płeć, różne miejsce zamieszkania, różnych przodków, wychowanie, rodziców, jednak wszyscy, gdzieś głęboko jesteśmy tacy sami. „Z natury – jak powiedział Arystoteles – wszyscy dążymy do szczęścia". Wszyscy potrzebujemy czuć się bezpiecznie, wszyscy chcemy czuć się kochani, wszyscy pragniemy móc uzewnętrznić swoją moc kreacji i manifestacji tej mocy, tutaj na Ziemi. Wszyscy potrzebujemy kochać i być kochani, wszyscy chcemy wyrażać swoje zdanie, zaznaczać swój teren, wszyscy potrzebujemy czuć się zrozumiani, wszyscy pragniemy spotkać Boga. I znowu prawda jest dużo prostsza, co można zauważyć na poziomie rodziny, związku czy pary. Gdy jedno zaczyna za bardzo odlatywać, drugie robi mu karczemną awanturę z byle powodu, bo nie o powód tu chodzi, ale o wyrównanie energii. Jak jest za dużo różowych