**ПОДРУЖИТЬСЯ С ПАУКАМИ:**

**КОРОНАВИРУС И ПРОСТРАНСТВО НЕПРЕДСКАЗУЕМОСТИ**

Питер Машер

Источник:

 <https://www.processwork.edu/befriending-spiders-corona-and-unpredictable-fields/>

Опубликовано 6 октября 2020 г. Эльва Редвуд

*Перевод Алексея Забелина, 2022*

<https://vk.com/alvazab>

<http://www.facebook.com/alvazab>

*Редактор Сергей Баев*

Когда 13 марта этого (2020-го) года в нашем маленьком селе закрыли школу и детский сад, до нас дошли практические последствия пандемии коронавируса.

Я должен сказать, что Хекенбек, деревня с 500 жителями, до сих пор не сталкивалась ни с одной болезнью, поэтому я пишу из очень привилегированного положения, имея лишь частичное представление о том, насколько других людей на самом деле затронула эта пандемия, включая угрозу для здоровья вплоть до экзистенциальной угрозы.

**Страх повсюду похож на войну**

Новости оказывали на меня влияние, и еще более влиял тот страх, который постоянно чувствовался повсюду, который теперь вновь возникает с приближением осени.

Пекарь в соседней деревне говорил о военной обстановке, и звучало много лозунгов о стойкости. Однако «врага» было трудно понять, и его можно было почувствовать только тогда, когда кто-то уже был заражен.

Атмосфера как бы совершенно непредсказуемая, она напомнила мне некоторые документальные фильмы о нацистской Германии. Когда гестапо, тайная государственная полиция, стучала в дверь, бежать было уже поздно.

Люди сегодня находятся под воздействием этого страха перед непредсказуемостью, выходят из своего внутреннего равновесия и, таким образом, впадают в экзистенциальное бедствие.

**Мой детский сон**

Это напоминает мне мой первый повторяющийся детский сон. Он был коротким и ясным: ко мне бежало множество пауков, приближающихся сразу с нескольких сторон. Я очень испугался. Я проснулся и позвал маму, которая успокоила меня, и я снова заснул. Во сне не было понятно, кто из пауков меня укусит, угроза представлялась мне более всеобъемлющей, походила на «паутину», из которой мне не выбраться.

Проделывая собственную внутреннюю работу, я связал этот сон с моей семейной обстановкой в ​​то время. Она характеризовалась напряженностью между моими родителями. Эти напряжения бессознательно перешли ко мне в детстве и обострились в последующие годы. Роль, которую взяла на себя моя мать, также была двойственной; она успокаивала меня, но она также была источником значительной напряженности в нашей семье. Кажется, что ощущение атмосферы неопределенности вокруг меня сопровождало меня всю мою жизнь и теперь возродилось во времена Короны.

**Интегрирование сил пауков**

В течение многих лет с помощью замечательных процесс-ориентированных терапевтов я установил позитивные отношения с пауками и в достаточной степени интегрировал их силу и послание. Есть в этих животных некая сила и способность плести паутину - они позволяют обеспечивать себя. В некоторых моих более ярких снах мне нравилось летать как Человек-Паук. Мы вместе с супергероем из мультика следили за тем, чтобы опасные персонажи были надежно опутаны сетями.

Я узнал кое-что о своей задаче в этом мире — создавать сети поддержки, которые практически невидимы и, тем не менее, постоянно доступны для нас, людей, повсюду.

На духовном уровне это благословения, или «звездная пыль»; тонкие послания Вселенной, которые мы часто игнорируем в своей повседневной деятельности и просто стираем.

Возможно ли, что вирус короны хочет научить нас воспринимать больше тонких сигналов и структур нашей сложной реальности?

Можно ли своевременно столкнуться с пространством непредсказуемости, чтобы испытывать меньше бессилия и страха?

**Сущностное сообщение, посылаемое вирусом**

Теперь я вспоминаю Большое U; вспоминаю про возможный путь любви, когда я думаю о словах Арнольда Минделла в контексте семинара по “второму тренингу” в Токио в 2004 году.

Я погружаюсь на сущностный уровень. Поскольку вирус приносит с собой взаимодействие с болезнью и смертью, я следую этой энергии и минимизирую импульсы, усиливая восприятие тонких сигналов.

Я воображаю, что вирус проникает в меня и что-то меняет во мне.

Мое дыхание при этом также сведено к минимуму, и я погружаюсь в неподвижность.

Это путешествие в глубокую сущность моего бытия.

Как и пауки из моего детского сна, вирус больше не мой враг.

Сообщение становится ясным: «Примите изменения и научитесь доверять своему тонкому чувственному восприятию, своей глубинной природе, сущности. Оно ведет вас к тому месту, где живет ваша внутренняя мудрость, где-то глубоко внутри вас и одновременно далеко во Вселенной».

Во мне исчезает страх перед болезнью и смертью. Я чувствую глубокую связь с процессуальным умом, нелокальным разумом, который пронизывает все процессы моей жизни и постоянно обеспечивает изменения.

Помогает ли это на практике в атмосфере Коронавируса?

Да, я гораздо меньше позволяю страхам и убеждениям других людей управлять собой, не игнорируя при этом «консенсусную реальность» событий жизни. Я также чувствую гораздо большую связь с людьми, которые действительно нуждаются в помощи.

**Отношение к моему Внутреннему Ребенку**

Мое отношение к себе тоже изменилось.

Я спрашивал себя, какая часть меня на самом деле переживает этот опыт, и какая часть меня особенно проявляется во внутренней работе?

Не взрослый во мне боится короны, а ребенок во мне боится этой непредсказуемой опасности, как в моем раннем сне о пауках.

Мой «внутренний ребенок» помнит ситуации неопределености из моего детства и теперь хочет, чтобы его заметили и обняли. Я считаю важным, чтобы мое «взрослое я», будучи близким к сущностному уровню, предлагало моему «внутреннему ребенку» пространство принятия и ощущение хорошей заботы. Мой опыт показывает, что мой внутренний ребенок помогает мне лучше справляться с проблемами и конфликтами жизни.

Не только моя взрослая идентичность принимает вызов, но и ребенок во мне появляется как внутренняя сновидческая фигура и запускает процесс, который в противном случае остался бы скрытым и незаметным.

Как только наш ранний детский опыт исцеляется таким образом, наше «древо жизни» чудесным волшебным образом растет с новой силой.

«Дети, которых мы любим, становятся взрослыми, которые любят». Для воплощения этого никогда не поздно!

*Питер Машер, дипломированный процесс-ориентированный терапевт.*

Будучи профессиональным музыкантом с более чем 30-летним стажем, Питер Машер всю жизнь был влюблен в свой любимый инструмент — альт. За это время его самореализация как музыканта переросла в духовный поиск.

Он увлечен работой с людьми и поддерживает их в контакте с их личной мудростью и сущностными состояниями сознания. Его недвойственный взгляд на наш мир составляет основу его обучения разрешению конфликтов, здоровью и отношениям.

У него есть собственная практика в его родной деревне Хекенбек (Германия), где он работает фасилитатором и инновационным коучем с клиентами и группами в частном и бизнес-секторе.

Этой осенью выйдет его книга «Скалы сновидений — путешествия по внутренней горе» (“Dreaming Rocks - Journeys on the Inner Mountain”). Вы можете больше узнать о Питере и его работе на сайте [www.seedplanters.net](http://www.seedplanters.net) .