Пространство, в котором мужчины меня бесят.

1. Что ты чувствуешь: в кистях – сжимаю руки, жесткие, сжать в кулак. Нижняя часть лица стягивает. Такое бывает, когда разозлишься. Тело – хорошо. В глазу левом больно стало. На нем зрение хуже, чем на правом. Тяжесть и усталость.

Пошли вон. Напрягаться не хочу. не хочу тратить время. Мне просто хочется развернуться и уйти. Я не конфликтую. Человек начинает рыдать – я перекрываю все каналы общения. Зачем мне нужно выяснять отношения, я много напрягалась в последних отношениях. Нет смысла в общении.

Какая основная идея в этой точке: другой человек доставляет мне дискомфорт. Я должна делить свое время и пространство с человеком.

Если со мной рядом мужчина, меня не существует

Приказываю себе проявить, откуда у меня эта идея: мой собственный опыт.

Приказываю себе проявить, как на самом деле: на самом деле не так, на самом деле не всегда. Я просто себе тому человеку так сделать. Так было в последних отношениях.

Раньше я считала, нельзя ругаться, я лучше проглочу и проживу. Я наглоталась, больше не хочу. я запретила себе даже плакать в тот момент. У меня на работе появились срывы.

1. Что ты чувствуешь: по пальцам кто-то ползет. Боль в бедре. По внешней стороне кисти колет. Лоб покалывает, хочется почесать. Тело спокойно, нормально.

Какое эмоциональное состояние: вздохнуть хочется. Как воздуха не хватает. Выдохнуть все хочется из себя. С сожалением. Перекрыли кислород. Плачет все внутри. О ком, о чем плачет: себя жалко. Потому что дура. Приказываю себе проявить, что это значит: дура потому, что проявила слабость, спустила все на тормозах. Тогда я без него умирала. Он решил, что расстаемся. Для меня все было внезапно. Я три дня рыдала, не могла без него дышать. Просто лежала на диване и рыдала. Связь такая с ним была сильная. Я хочу разорвать эту связь. Он звонит, я трубу не беру.

Идея: У меня с ним связь. Это мой человек. Я должна все терпеть. По карме мой. Нужно любить, прощать, видеть хорошее. Пока мы вместе, я на его стороне. Если бы этой идеи не было, я бы не боялась потерять.

Приказываю себе проявить, откуда у меня эта идея: из прошлого (что это значит) – идут немцы какие-то (что происходит там, смотри на картинку) – (приказываю себе проявить этот эпизод, кто ты, кто он?) – идет мерзость - (что это значит) – ящик открытый, прямоугольники лежат – изба – (где ты, где он) – потолок в избе, дверной проем.

Идея из прошлой жизни. Эпизод пока не увидели.

Как состояние? Внутри не плачет? – Сейчас нет.

1. Что ты чувствуешь: мурашки по всему телу. Передернуться хочется. По пальцам – аж колет внутри. Состояние какое: тяжести в груди. Камень в груди. Тяжело.

Приказываю проявить идеи, установки в этой точке: ночь, луг, ракета улетает.

Приказываю себе проявить, что это значит: мальчик крестьянский в лаптях, поднимается по крылечку, доходит до дома, дом коридорного типа, идет по коридору, комнаты с обеих сторон. Темно. Никуда не заходит. Приказываю себе проявить, что это значит, как это связано с темой пространства. Где ты в этом пространстве: я как этот мальчик, я иду и я одна. Дом большой, я одна. Во всем этом пространстве я одна.

Все есть. Я одна. Неприкаянная.

Мне одновременно и тяжело и радует.

Одиночество для меня и тяжело и радует.

Почему мальчик? Нужно повзрослеть.

Приказываю себе проявить основную идею в этой точке: по жизни нужно приносить кому-то пользу, а не только жить для себя. Эта идея у меня лет 250 есть.

Мне надоело отдавать, отдавать и отдавать, чтобы был обмен.

по жизни нужно приносить кому-то пользу, а не только жить для себя

Не жить для себя, нужно приносить пользу - Приказываю себе проявить, откуда у меня эта идея: какой возраст вспоминается? Года три мне. Мы тогда жили с родителями. У меня мама так живет. Она живет для семьи. Все на себя взвалила. Она все на себе, все в себе. Она даже не позволяет ей помочь. Я сама.

Приказываю себе проявить, как на самом деле работает эта идея: меня опять не существует.

Для себя жить нельзя, нужно жить для других.

Завершение процедуры.