


АННА ПОЧЕКУТОВА

У КАЖДОГО ИЗ НАС БОГАТЫЙ РОД

Самоисцеление и поиск внутреннего
счастья через работу с родовыми травмами


 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва



АННА ПОЧЕКУТОВА

У КАЖДОГО ИЗ НАС БОГАТЫЙ РОД

Самоисцеление и поиск внутреннего
счастья через работу с родовыми травмами

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 159.923.2
ББК 88.52
П65

Во внутреннем оформлении использована иллюстрация:
yas_creative / Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock / FOTODOM

Почекутова, Анна Сергеевна.

П65 У каждого из нас богатый род : самоисцеление и поиск внутреннего счастья через работу с родовыми травмами / Анна Почекутова. — Москва : Эксмо, 2025. — 336 с. — (Спасибо, Вселенная!).

ISBN 978-5-04-217208-3

Эта книга — ключ к пониманию того, как родовые травмы могут влиять на наше настоящее. Выбор партнера, неверность в отношениях, поиск предназначения, финансовое благополучие и карьерные успехи.

Анна Почекутова, психолог более чем с 8-летним опытом, рассказывает о трансформирующей силе системных расстановок. С помощью ее авторского инструментария и упражнений вы распознаете и освободитесь от вредоносных паттернов, а также раскроете свое истинное «я» через работу с родом.

УДК159.923.2
ББК88.52

ISBN 978-5-04-217208-3

© Почекутова А.С., текст, 2024
© Оформление.
ООО «Издательство «Эксмо», 2025

Оглавление

Вступление 9

Часть I. Я — ЧАСТЬ СИСТЕМЫ

Глава 1. Родовая грамотность 17

Глава 2. Зачем нам негативные программы
и что с ними делать? 42

Глава 3. Не на своем месте 65

Глава 4. Выбор 89

Глава 5. Кто я? Что я здесь делаю? И почему? 113

Глава 6. Ребенок — спасатель родовой системы 129

Часть II. ПЯТЬ ПРИЧИН ВОЗНИКНОВЕНИЯ ТРУДНОСТЕЙ

Глава 1. Первая причина — нерожденные дети 151

Глава 2. Причина вторая — отсутствие родителя
или его любви в жизни ребенка 174

Глава 3. Причина третья — влюбленные не могут
быть вместе 196

Глава 4. Четвертая причина — невзаимная
несчастливая любовь 219

Глава 5. Пятая причина — жертва/убийца 232



Оглавление

Часть III. ИЗЛЕЧИ СЕБЯ И СВОЙ РОД

Глава 1. «Я не хочу быть мамой»	247
Глава 2. «Я не могу быть мамой»	256
Глава 3. «Я не могу построить отношения»	265
Глава 4. Почему я не успешен?	275
Глава 5. Почему я всегда выбираю женатых мужчин?	286
Глава 6. Все партнеры мне изменяют	293
Глава 7. «У меня плохие отношения с родителями»	301
Глава 8. «Со мной всегда что-то случается. Все меня используют. Одним словом, я жертва»	311
И напоследок. Вопросы, которые стоит задать самому себе	320
Техника возврата негативных чувств	325
Медитация	327
Заключение	328
Благодарности	331

Своим детским травмам,
которые я бережно хранила много лет
и благодаря которым появилась эта книга



ВСТУПЛЕНИЕ

«**В** моей жизни все настолько плохо, что хуже уже быть просто не может. Можно идти умирать». Эта мысль пришла ко мне однажды ночью, когда мне было сорок лет. 40 лет — возраст, который обычно называют кармическим. К этому времени люди уже достигают каких-то вершин и, как правило, начинают сравнивать свои достижения с родительскими: «Я добилась того же, что мои мама или папа? Я лучше или хуже?»

Той ночью я поняла, что кроме рождения детей мне и похвастаться нечем. Нет, справедливости ради стоит сказать, что в моей жизни было много всего, но оно было настолько, как бы это сказать... неценно, неважно, через такую печаль и труд, что хотелось не просто плакать — выть. Я жила из состояния «надо». Надо мужу, детям, маме, коллегам... Про себя я не то, что не вспоминала, а думала, что мне ничего и не надо. Ну голая не ходила — хорошо, ела — хорошо. Все остальное — «надо» для других.

Все это наваливалось одно на другое, а я старалась не обращать внимания. Потом ко всему добавились проблемы в отношениях с мужем. Становилось только хуже.

Когда родился третий сын, отношения испортились вконец: муж меня не слышал, мы толком не разговаривали. Жили как соседи.

Тогда я решила: пора что-то менять. Кардинально. Сейчас или никогда. Со всем этим я пошла к психологу. Я и раньше периодически была в терапии, ходила на групповые занятия, читала книжки. Это давало эффект, но совсем крошечный. Пока я сидела в кабинете, чувствовала облегчение, выходила за дверь — все опять становилось так же.

Психолог отправила меня в расстановки, где за один сеанс можно решить проблемы, которые потребовали бы десятки часов личной терапии.

— Если честно, я была в расстановках, и мне не очень зашло, — ответила я на предложение психолога.

— Есть индивидуальные расстановки. Очень действенные! — сказала она и продиктовала мне какой-то номер.

Но когда я позвонила по нему, оказалось, что записаться можно только на май. А звонила я в ноябре. Я не хотела столько ждать, потому что не могла еще несколько месяцев находиться в том изматывающем состоянии, в котором пребывала.

— Если хотите пораньше — в марте мы проводим обучение. Приходите.

— Но я не хочу на обучение. Я хочу в терапию! — протестовала я.

— С вашим запросом все равно одного сеанса будет мало, а так — обучитесь и сами во всем разберетесь. Еще и помогать другим сможете.

Обучение стоило дорого. Но я все-таки пошла учиться и... для меня открылся новый мир. Мир, в котором никто не виноват — ни я, ни моя мама, ни мой мужчина — никто. После курса по индивидуальным расстановкам у меня больше не осталось вопросов, почему какие-то события происходят в этом мире, почему в нас столько боли, почему кажется, что вокруг нет любви. Мир стал меняться. Стала меняться жизнь. Впервые за много лет я почувствовала себя счастливой.

Благодаря расстановкам я ушла из отношений, которые не приносили ничего, кроме негативных эмоций. Научилась взаимодействовать с отцом, с которым мы практически не разговаривали. Я впервые почувствовала, что у меня есть папа. Я выстроила правильные взаимоотношения с детьми. И сейчас я вижу, какими выросли дети и как выросла я вместе с ними. Мой сын с 18 лет полностью себя обеспечивает, у него прекрасная девушка, с которой они уже 6 лет вместе. А дочь чувствует себя любимой и нужной.

Вы тоже сможете изменить свою жизнь, как только расставите в ней все по своим местам. В этой книге я расскажу, как это сделать.

В каждой семье заложено множество программ или сценариев. Многие из них негативные. Кто-то из поколения в поколение растит детей в одиночку, кто-то все время переезжает с места на место, не останавливаясь нигде дольше, чем на несколько лет, а кто-то постоянно разводится: «У моей бабушки был развод. Моя мама разводилась дважды. И я тоже в разводе. Есть что-то очень похожее в наших судьбах». Что это? Плохая карма?

Неправильные установки? Ни то, и ни другое. Это повторяющиеся сценарии. И когда мы выводим случающиеся с нами события за границу зоны своей ответственности, мы становимся заложниками какой-то большой непонятной неуправляемой системы. Эдакая детская позиция: я пешка, сижу и жду указаний сверху. Но в этой книге я докажу вам, что все не так. Благодаря расстановкам вы станете тем, кто завершит наконец негативные программы и даст начало новым — позитивным!

Изучив методики, которые я предлагаю в этой книге, вы узнаете, какие программы есть в вашем роду, как они проявляются в жизни и для чего они даны. Вы посмотрите со стороны на себя и свои отношения: с детьми, с родителями или с любимыми людьми. Вы узнаете, что с точки зрения расстановок у каждой проблемы есть всего пять причин, и я объясню, как с ними работать. Но главное, вы поймете самую суть методики. И вот тогда изменения в вашей жизни начнут происходить легко и органично, вам не придется ломать или преодолевать себя. Вы увидите другой путь и начнете жить из позиции счастья.

Именно с вас начнется новая история вашего рода, а я в этом помогу.

Мне не страшно говорить это, потому что сотни моих клиентов и студентов уже изменили свою жизнь. За 8 лет и 8 потоков курса «Расстановки», что я преподаю и передаю это знание, я получаю постоянные фидбэки. Мне пишут, что у людей случаются события, которые раньше казались невозможными. Они обретают любимых после десятилетий одиночества, излечиваются от бесплодия,

Вступление

налаживают отношения с родителями, и получают то, о чем раньше не смели и мечтать.

Я не гарантирую, что с помощью только одной этой книги вы полностью измените свою жизнь — никогда не верьте таким обещаниям, от кого бы они ни звучали. Но я могу сказать точно, что расстановки — один из самых быстрых способов понять причины ваших трудностей. Системный уровень выше остальных, и благодаря работе на нем происходят изменения. Только нужно немного времени, чтобы изменения в мышлении дали эффект в реальности. Кому-то потребуется несколько месяцев, а кому-то хватит пары дней. Бывает и так!



