



Юлия Хадарцева

ПРО ПРИНЯТИЕ МАМЫ И ПАПЫ
И ИСЦЕЛЕНИЕ ВНУТРЕННЕГО
РЕБЕНКА

РОДИТЕЛЕЙ



ИЗДАТЕЛЬСТВО АСТ
МОСКВА



УДК 159.922.7
ББК 88.8
Х14

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Данная книга не является учебником по психологии.
Мнение автора может не совпадать с мнением
издательства и редакции.

Хадарцева, Юлия.

X14 Про родителей. Принятие мамы и папы и исцеление внутреннего ребенка / Юлия Хадарцева. — Москва : Издательство АСТ, 2025. — 224 с. — (PSY-код).

ISBN 978-5-17-152497-5

Как принять родителей на глубинном уровне и при помощи этого улучшить все сферы своей жизни? Как исцелить негативные родовые программы? Чем отличается отцовская и материнская любовь?

На эти и другие вопросы вы найдёте ответы в книге «Про родителей». Ее автор Юлия Хадарцева — лидер в системе метода расстановок в России, мировой рекордсмен по расстановкам, кандидат психологических наук, эксперт федеральных каналов, а также автор тренингов и марафонов, которые прошли более 35 000 человек.

Книга «Про родителей» — это база, которую нужно знать и понимать каждому. В ней автор дает глубокие расстановочные упражнения. Выполняя их, вы примете своих родителей, поймете их ценность, и ваша жизнь начнет меняться. Вы обретете счастье и сами сможете стать эмоционально-устойчивым родителем.

В книге даны медитации и практики Берта Хеллингера.

Вся серия книг Юлии построена на практическом подходе, поэтому мы также рекомендуем вам прочесть книги «Про деньги» и «Про секс».

УДК 159.922.7
ББК 88.8

ISBN 978-5-17-152497-5

© Юлия Хадарцева, текст, 2023

© ООО «Издательство АСТ», оформление, 2023

Посвящение

Я хочу посвятить эту книгу своим родителям: моим дорогим папочке и мамочке. Все, что я написала здесь, пропитано бесконечной благодарностью тому, что вы дали мне.

Спасибо, что дали мне возможность дышать. Вы дали мне возможность расти и быть продолжением вас. Я знаю, что вы прожили целые жизни, чтобы на свет появилась я. Вы отдавали мне все, что могли, всю вашу любовь и всю вашу жизнь.

Дорогой мой папочка, дорогая моя мамочка, я люблю вас всем своим сердцем. Я знаю, что, если бы не вы, меня не было бы на этой планете.

Книга посвящается Хадарцеву Ахсарбеку Николаевичу и Васильевой Ольге Аркадьевне. С бесконечной благодарностью, ваша дочь.

Предисловие

Здравствуйте, мои дорогие и самые прекрасные. Меня зовут Юлия Хадарцева. Вы держите в руках книгу на одну из фундаментальных тем.

Эта книга позволит вам по-другому взглянуть на ваши взаимоотношения с родом, с вашими родителями. Она поможет вам выстроить свою жизнь и свое отношение к вашим детям.

Почему я могу говорить об этом? Начнем со знакомства. Я психолог, расстановщик, мировой рекордсмен по методу расстановок в 2021–2022 годах. И все продукты, которые есть у меня: расстановки, тренинги, марафоны, — касаются расстановочных процессов.

Благодаря авторскому расстановочному методу на протяжении десяти лет я помогаю справиться со сложнейшими жизненными ситуациями, с трудностями в родственных, семейных и партнерских отношениях, выйти на новый уровень жизни тысячам людей по всему миру.

Любые трансформации должны быть для вас экологичны. А тема мамы и папы — одна из самых непростых. Благодаря чему происходят изменения в жизни? Благодаря трансформациям. Каждый раз, постепенно прорабатывая слой за слоем, вы выходите на новый уровень, ваша жизнь меняется. У вас укрепляются внутренние опоры, вы обретаете внутреннюю часть.

Почему я решила написать книгу «Про родителей»?

В первую очередь потому, что работаю с этой темой достаточно давно, начиная с принятия своих родителей. Сейчас на расстановках я помогаю другим людям закрыть вопросы детско-родительской темы. С 2011 года мои расстановки прошли более 5000 человек.

Расскажу свою историю. Мой папа оставил меня в день моего рождения, потому что не хотел девочку. До шести лет я была записана на дедушку. Думаю, вы можете представить, какой путь мне нужно было пройти по принятию своего папы.

Мама ставила меня на место своего мужа, и моей задачей было сепарироваться, чтобы занять свое детское место и взять энергию своих родителей.

Я прошла часы терапии и прораивала ту самую настоящую любовь. **Первое, что нужно сделать каждому человеку на этой земле, — принять родителей.** Только в 30 лет я смогла принять своих родителей. Понять, что они не могли иначе, они делали это все из любви ко мне, они не умели по-другому.

Успех в любой сфере жизни начинается с принятия родителей. Чтобы стать истинно счастливыми, богатыми, выбрать для себя миссию и двигаться по карьерной лестнице, получать удовольствие от секса, нужно научиться принимать своих родителей.

Я написала эту книгу, потому что все, что у нас есть, начинается с родителей. Все, что есть в мире, началось когда-то с наших родителей.

Наверняка вы слышали подобную фразу: «Проработай родителей, и будет тебе счастье!» Могу сказать, что я стала на 100% счастливее с осознанием ценности родителей.

В этой книге мы будем работать с расстановочным полем. То есть будем делать практики не только с точки зрения вашей сегодняшней жизни, с точки зрения ваших родителей, но и касаться еще и кармических и родовых историй.

И, конечно, во всех практиках, которые будут даны в этой книге, во всех консультациях, расстановках, тренингах я показываю в том числе и свой путь, который мне также удалось пройти, потому как это не одна, не две и не три бессонные ночи, а достаточно сложная работа.

Эта мощная работа собрана в одной книге. Читайте ее дозированно, но практики применяйте сразу.

В основе всех практик лежит мощный метод — расстановки. У психолога вы будете работать только с личностным слоем. А расстановка работает с вашим бессознательным и смотрит, как лучше проработать вас, чтобы решить тот или иной вопрос.

Расстановки — это терапия. Мы прорабатываем и род, и родителей, и кармические слои, и инопланетные, и матричные уровни, причем в самом начале чистятся личностный и родовой слои. Я — тот расстановщик, который может ходить по этим слоям и видеть времена и пространства.

Как брать и применять мощную энергию, которая дана нам от рождения?

Как тотально принять маму? Как принять папу? Как простить родителей и избавиться от обид? И как, в конце концов, вылечить свою душу? Эти и многие другие вопросы я раскрываю в книге.

Помните, что любовь, ценность и уважение живут там, где соединены ваши мама и папа. Они соединены в одно ваше самое глубокое и любящее сердце.

Читая книгу, вы сможете ощутить за своими плечами два мощнейших крыла: с правой стороны папино, с левой — мамино.

Делайте практики с открытым сердцем. Я желаю вам прекрасного чтения и легких трансформаций, а также невероятного роста!

Введение

Кто в нашем сердце с самого рождения? Наши родители.

Родители — это наш первый вдох. Это наша база, потому что в каждом вдохе-выдохе, в каждой частичке, наших глазах, наших руках и ногах будут они. Они всегда дают нам энергию.

И чем больше вы прорабатываете родителей, тем больше прорабатываете любовь, качество вашей жизни. Потому что любовь живет там, где вы до конца соедините своих маму и папу.

Вспомните, чего вы хотите добиться. Быть реализованным, счастливым, любимым, иметь много денег, найти миссию, купить диван, чемодан, саквояж, лошадь, кошку... И за что бы вы в своей жизни ни взялись, помните: все начинается с родителей!

Мама и папа — это те люди, которые дали вам возможность дышать, дали вашему сердцу возможность двигаться, стучать. Мы родились, чтобы идти вперед, создавать будущее. Мы родились, чтобы брать у родителей и передавать дальше.

А наша самая большая ошибка — считать себя мудрее родителей. Мы путешествуем, получаем несколько дипломов об окончании вузов, развиваемся. А потом возвращаемся к родителям и начинаем их учить. Знакомо?

С одной стороны, мы хотим, чтобы они говорили, как любят нас, замечали и ценили, а с другой стороны — думаем, что они не достойны нас, что мы лучше их, умнее и продвинутее. Но генетически мы устроены так, что берем все лучшее у наших родителей.

Самое важное – когда у вас нет ресурса родителей, вам нечего дать людям. Глубинно приняв своих родителей, вы можете тотально и глубинно принять себя. Именно из этой точки вы прочувствуете, простроите на уровне ДНК свою ценность.

О том, как принимать энергию родителей, расскажу на примере. Представьте, что вы идете по лесу и видите мощный водопад.

Вы понимаете, что в этом водопаде есть бесконечное количество энергии.

И вам нужно просто встать под этот водопад, чтобы принять весь этот поток энергии. Вам не нужно воспитывать водопад: «Не надо так сильно лить! Лей помедленнее, лей побыстрее!» Нет.

Поймите, что этот водопад состоит из миллиарда других водопадов. Как только у вас закончится ресурс, как только ваш горшочек перестанет варить, вам просто нужно туда встроиться, и он опять вам: «Ш-ш-ш-ш». Мощным потоком энергии водопад начнет вас наполнять!

Так как же наши родители влияют на нашу судьбу? Наверное, это самый популярный вопрос от тех, кто идет в проработку отношений с мамой и папой. Второй по популярности — зависят ли деньги и финансовая прибыль от проработки папы или мамы?

Мой ответ: конечно. Важно принять, установить здоровые отношения и с папой, и с мамой. Успех и финансы, самореализация — это папа. А заявлять о себе и нести себя по жизни — мама.

Целостная жизнь зависит от принятия энергий и мамы, и папы. Это две мощные энергии, которые позволяют нам быть целостными.

Если вы не принимаете силу одного из родителей, то идете в мир словно на костыле, а то и без ноги. Чем мощнее мы признаем их силу, тем мощнее идем по жизни.

Проработка родителей — для многих неподъемные пласты работы. И это действительно подвиг — наладить отношения с мамой и папой. Нам бывает очень сложно сказать родителям: «Я тебя люблю». Гармоничные отношения с родителями позволяют выстроить базовые вещи в жизни. И вы справитесь, я верю.

В первой главе мы с вами поговорим о **роли системы** и о том, почему она так важна.

Глава 1

Система рода

1.1. Иерархия семьи и необходимость сепарации

Однажды ко мне на расстановки пришел серьезный молодой человек, выпускник «Бизнес Молодости», и сказал: «Вы рассказывали, как у одной вашей клиентки, которая была заместителем на расстановках, на три диоптрии улучшилось зрение. Это правда?»

Я подтвердила и рассказала, что обычно мы плохо видим вдаль, потому что не хотим видеть наше будущее. После расстановок Михаил написал мне: «Юль, у меня реально после твоих слов зрение улучшилось! За три дня после практик!»

На своих расстановках я всегда спрашиваю: «Какой идеальный результат вы хотите получить после практик?» И сейчас попрошу вас подумать, какие запросы вы хотите решить благодаря книге.

Самые частые ваши запросы:

- *принять маму, папу, принять себя;*
- *убрать претензии к маме, принять ее, полюбить ее всем сердцем;*
- *принять в себе женщину;*
- *принять маму такой, какая она есть, улучшить отношения;*
- *научиться быть в позиции ребенка, обрести уверенность.*

Пропишите себе, что хотите вы. Прямо сейчас.

Ну а мы начнем с понятия системы. И уже на этом этапе вам многое станет абсолютно ясно.

Иерархия семьи, система — что это? Очевидно, что, заняв свое место в системе, вы обретаете счастье, любовь и самое главное — энергию. Это та энергия, которая вам необходима для вашей жизни.

Что значит иерархия семьи? Это значит, что у каждого в семье есть свое определенное место. Это значит, что никто в семье не пытается занять место другого. И ваша задача — понять, где ваше место.

Есть прабабушки, прадедушки, бабушки, дедушки, мама, папа, я и мои дети. Это как ступеньки. Представьте себе ступеньки, а по ним запускается вода, энергия.

Энергия течет от старших к младшим. Мы берем энергию от рода себе. Иногда мы лезем на ступеньки назад для того, чтобы полечить свою маму. Вы не можете ей дать энергию, потому что у вас столько энергии нет. Вы по системе должны стоять внизу и принимать поток родительского рода.

Что касается вашего партнера, он стоит рядом с вами. Когда вы идете на ступеньку назад, то становитесь за своим партнером. Что происходит в таком случае? Вы пытаетесь ему быть мамой и опять нарушаете всю систему.

Важно понять: у каждого есть своя ступенька, а ваша задача — стоять на вашей ступеньке. Будьте родителями своим детям. Будьте партнером своему мужчине или своей женщине. Будьте детьми своим родителям. И тогда энергия будет правильно течь.

Кто пришел в систему раньше, тот главнее. Это относится и к братьям, и к сестрам.

Что такое «система»? Если оглядеться, то система окружает нас повсюду, и мы обязаны ей подчиняться. Это не только родители. Законы, правительство, правила дорожного движения, правила поведения в метро, ресторане — все это система. Также я называю это матрицей.

А работа? Всегда есть кто-то, кто выше нас. Мы идем на работу добровольно, подчиняемся системе. Вы можете при определенных усилиях быть во главе системы.

Ко мне на расстановки часто приходят люди, которые руководят бизнесом, а также те, кто работает в крупных корпорациях. После того как я начала заниматься системными расстановками, стала четко видеть, насколько бизнес связан с семьей.

Крупную корпорацию в бизнесе мы всегда представляем женской фигурой. Ведь любая система, которой вы принадлежите, — это глобально отражение вашей мамы. И каждый раз, когда вы чем-то недовольны, будто вам недодали любовь, признание, обочайвайтесь и смотрите, какие у вас есть претензии к маме.

Если вы наемный сотрудник и работаете в компании и если ваш руководитель — большой строгий мужчина, который вам не нравится, то в 99% случаев вы предъявляете претензии не к своему начальнику, а к папе. Необходимо вытащить папу и смотреть на начальника как на работодателя.

Любая история с женским коллективом на работе — это тоже истории с мамой. А если женский коллектив вами недоволен, а вас это никак не трогает, то у вас нет претензий к маме. Если вами недовольна начальница, то это зеркалит то, что вы либо недовольны мамой, либо собой. Начальница вам словно говорит: «Займи свое место». Когда вы перестанете отрицать маму или, наоборот, думать, что вы выше мамы, тогда и начальница вас примет. Маме мы посвятим отдельную главу.

Любая система, в которой вы работаете, — матрица. Любая система — мать. И если вы становитесь системой, то ваши подчиненные тоже могут вкладывать в вас маму. Здесь важно возвращать их во взрослую позицию. Лучший бизнес — это тот, где работают взрослые подчиненные. Ведь если подчиненные — дети, то далеко бизнес не уедет. Вы помните, что детям денег не платят.

Если вы думаете, что ваша начальница должна вас холить и лелеять, постоянно улыбаться, делать комплименты, кормить и прочее, то вы вложили в нее маму, хотите получить то, что, возможно, недодала вам мама. Когда вы берете взрослую позицию, вам и денег хотят платить больше. Ведь мы помним, детям обычно дают денег только на «конфетку», «мороженку».

Наступает момент, когда человек больше не хочет жить по правилам системы. Пример: наступает 18 лет, вы хотите сепарироваться от родителей и жить отдельно. Вы больше не хотите в 21:00 ложиться спать, приходите домой, когда сказали родители. Что вы делаете? Выходите из системы и идете создавать свою ячейку, свою систему, свой бизнес. Но, пока вы живете в квартире родителей, работаете на чужого дядю, вы обязаны подчиняться системе. Ваш начальник — это его компания.

Важно видеть взаимодействие бизнеса с семьей. У вас перестанет утекать огромное количество энергии на осуждение. И когда вы создаете свой бизнес, вам не нужны сотрудники-дети. Со взрослыми людьми вы общаетесь на равных, вы не пытаетесь, в свою очередь, их принизить. Вы понимаете, что каждый из них специ-

алист, каждый — взрослый человек. Не нужно себя преувеличивать, а сотрудников — принижать. Если это продолжать делать, они и будут детьми. Необходимо возвращать систему. Берите профессионалов высокого уровня, уважайте и будьте честны. Тогда ваш бизнес начнет процветать. Если вы понимаете, что не можете следовать правилам системы, не можете ее поменять, то нужно уходить в свою систему.

Мне часто задают вопрос: «А как бороться с системой?» Я отвечаю: «Никак. Мы никогда не победим систему. Она в миллионы раз сильнее». Да, ни одна система не будет терпеть людей, которые бунтуют.

Пример: человек работает в крупной корпорации, занимает не самую высокую должность, часто возмущается, ему не нравится положение дел, ему кажется, что все несправедливо, а все люди глупые. Он считает себя умнее. Что в итоге? Скорее всего, он увольняется, система под него подстраиваться не будет.

Когда в Москве ввели платные парковки, люди ходили на митинги. Сколько ресурсов, сколько нервов и сил они потратили на эти собрания! И какой результат? Случилось так, как задумала система.

И здесь **важно понимать две вещи:**

1. Мы можем принять систему до конца и продолжать в ней развиваться. Мы находим свои интересы в этой системе, но ни в коем случае не думаем о том, чтобы поменять эту систему и перевернуть с ног на голову.

2. Мы можем менять систему изнутри. Мы в принятии системы и постепенно добиваемся более высоких постов. Тогда мы и начинаем глобально управлять машиной.

Как считаете, будучи наверху, вы услышите всех, кто ругается ниже? Конечно, нет. И когда вы начинаете говорить, что у вас плохое правительство, то вы тоже боретесь с системой. Делать адекватные шаги нужно, но без хаоса.

А когда мы начинаем бороться с системой, нужно задать себе всего один вопрос: **почему я не принимаю свою маму?** Любая система — отражение матери, ваших отношений с ней. Почему так происходит?

Система больше нас, она появилась первой, она диктует правила. Мама не могла принять, когда мы не подчинялись. Но, как бы мы ни бунтовали, мы подчиняемся.

Мы не можем изменить систему, так же как мы не можем изменить маму. **Но что мы можем сделать? Ответ — повзрослеть, с уважением относиться к маме, к системе в целом.** Необходимо также разорвать пуповину и уйти в свою жизнь без ненависти, без скандалов. Если мы будем злиться и скандалить, нас будет постоянно догонять система, штрафы и прочее.

Система просто есть в нашей жизни. Мы принимаем ее.

Но когда мы выходим в свою жизнь, здесь мы свободны. Чтобы выйти из системы, нужно ее принять. Это то же самое, как когда мы приходим в аэропорт и соблюдаем там правила системы.

Необходимо принять, что в мире есть что-то большее, чем мы. И, принимая это, мы имеем возможность видеть что-то большее, чем своя свобода, — это тотальная свобода от всего.

Давайте отправимся в самый первый миг, когда душа спустилась на землю. Представьте себе этот самый первый миг, когда ваше сердце начало биться. Вы видите момент, когда случилось ваше зачатие. Вы можете увидеть своего папу и свою маму.

А если вспомним биологию, то увидим, как миллиарды сперматозоидов папы начинали бежать, соревноваться и рисковать своей жизнью ради мамы. На биологическом и физическом уровне ваш папа рисковал своей жизнью. Миллиарды сперматозоидов погибли, а выжил только один — самый сильный, самый смелый, самый успешный.

И именно из этого сперматозоида получились вы и начало биться ваше сердце. Если вы это осознаете, вы увидите, что папа отдал вам самое лучшее. Он достал самую мощную свою частичку и отдал вам.

Если вы посмотрите на этот момент зачатия, то вы увидите, что миллиарды сперматозоидов сражались, бились и умирали за вашу маму. Только ради этой женщины можно было рисковать своей жизнью.

В этот самый момент зачатия вы можете увидеть, что самая лучшая часть вашего папы — энергия победителя, энергия силы, энергия любви и желания — зашла в эту невероятную женщину. В эту открытую, нежную, яркую женщину. И именно в этот момент появились вы.

Лишь тогда вы сможете увидеть эту силу в себе. Вы сможете увидеть ту силу, ту избранность, ту яркость, ту любовь, ту гиб-

кость, которая создала вас на генетическом уровне, и вы сможете увидеть эти части в себе. И в этот момент вы осознаете самое главное — это они сделали вас, это они дали вам жизнь.

Все остальное неважно. Неважно, какое было воспитание, кого куда отдавали, а может быть, вообще бросили и ушли.

Вот здесь, на генетическом уровне, попадая в момент вашего зачатия, вы можете увидеть, что папа и мама отдали вам самое лучшее, что было у них. Что самое большое счастье — это отдать всю себя ради того, чтобы на свет появились вы. Мама отдавала всю себя для того, чтобы на свет появились вы, и она была от этого счастлива.

И сейчас на секундочку задумайтесь о своем теле: оно построено из клеток вашего папы и вашей мамы. Оно построено из того же генетического кода, какой есть у ваших родителей.

Вы вышли из ваших родителей, вы построили каждую клеточку из их тел, это было ваше решение и ваше намерение. Это правильно, когда мы строим себя из тел и энергии наших родителей. Я прошу вас об этом никогда не забывать, потому что вы маленькие, а они большие.

Они отдают себя полностью, они отдают себя до конца ради вас, и, когда вы попадаете в это энергетическое пространство, все становятся счастливыми. Ребенок счастлив, потому что растет, а родители счастливы, потому что в этом и есть смысл — до конца отдать себя своему ребенку.

И после этого вы родились и стали сосать материнскую грудь, и чем больше вы сосали мамино молоко, тем больше она была счастлива. И если вдруг вы отказывались от материнского молока и говорили: «Фу, оно невкусное, я не хочу. Мама плохая» — в вас не хватало энергии, не хватало витаминов, а у мамы начинался мастит.

Очень важно понять, что генетически это правильно — брать у мамы так же, как вы брали, когда сидели в ее животе. Так же, как вы брали, когда она кормила вас грудью. Родители большие, а мы маленькие. Они дают, а мы берем, и тогда все счастливы — запомните это.

На секунду представьте себя в животе у мамы и поймите важную вещь: ведь это вы приняли решение выйти из живота, вы захотели двигаться вперед, вы родились из живота мамы, вы приня-

ли решение начать ходить, начать говорить, чтобы уйти от мамы. И это правильно, когда ребенок идет в свою жизнь и смотрит в свою жизнь.

А если малыш поворачивается и хочет залезть обратно в живот, хочет помогать маме, хочет с ней никогда не разлучаться, он блокирует жизнь. Если вы приняли решение навсегда остаться в мамином животе, это будет летальный исход для вас обоих, поэтому генетически верно принять решение идти в свою жизнь и двигаться в свою жизнь, а для этого нужно оборвать пуповину. Выбор оставаться рядом с мамой ради мамы принесет смерть вам обоим.

Если в жизни вам нужна дополнительная энергия от родителей, возвращайтесь к ним и берите так, как вы брали, когда были в животе. Так, как вы брали, когда мама кормила вас грудью.

Давайте примем, что сепарация от родителей — это очень важный шаг в движении к жизни, в движении к своей собственной жизни. Так давайте посмотрим в эту тему глубже.

Заведите себе блокнот для работы с моей книгой. Запишите в него осознания по этому блоку. Свои мысли по ходу прочтения книги, а также вопросы можете писать мне в личные сообщения в социальных сетях.

1.2. Сепарация

Сепарация — это одна из самых болезненных тем. Это процесс отделения ребенка от родителей, при этом отношения из иерархических, где он занимает подчиненное положение, переходят в равноправные. С точки зрения системы родители всегда взрослее, старше, больше. С другой стороны, когда происходит сепарация, родители и дети равноправны как взрослые. Ты настолько взрослый, что можешь дать любовь любому, и своим родителям в том числе.

Как же повзрослеть и сепарироваться от родителей?

Давайте поговорим про «взросление». В идеале процесс сепарации проходит до 20 лет. Когда ребенок появляется на свет, он недееспособен, не может выжить один. И, начиная с момента зачатия,