

СОСТОЯНИЕ ВНУТРЕННЕЙ ЦЕЛОСТНОСТИ



ОПИСАНИЕ СОСТОЯНИЯ:

Состояние Внутренней Целостности относится к группе Ключевых Внутренних Состояний QHS. Это означает, что его присутствие в жизни является необходимой базой для хорошего или очень хорошего функционирования.

Оно характеризуется обобщенным чувством внутренней сплоченности, единства и ощущаемой полноты. Это состояние дает нам также нечто в роде большего укоренения в себе. В результате, повышается субъективно воспринимаемый уровень уверенности в себе в разных сферах жизни.

Когда Вы обретаете Состояние Внутренней Целостности, значительно возрастает комфорт Вашей жизни, поскольку часть Ваших внутренних разрозненных субличностей исчезает, и Вы можете почувствовать себя в большей степени как единое целое с большими возможностями. Благодаря этому, Вам будет легче принимать решения и более полно выражать себя в мире.

Дополнительным эффектом Состояния Внутренней Целостности является новый способ видения мира, его восприятия и интерпретации. Очень часто повреждения на уровне Материнской Клетки становятся фильтром, через который мы в искаженном виде видим, воспринимаем и интерпретируем действительность. Иногда это происходит в почти буквальном смысле — чувство внутреннего раскола может создавать образ окружающей нас действительности как хаотической, сложенной из неподходящих друг к другу элементов, лишенной логики и смысла. Тогда настойчивые попытки «собрать мир воедино», упорядочить, придать ему смысл часто являются выражением скрытого желания восстановить единство в самом себе, в своем центре.





Обретение Состояния внутреннего единства нивелирует часть проекций на мир, окружающую действительность и людей вокруг нас, которые проявляются в ощущении раскола, отсутствия целостности или же логического смысла.

Важной особенностью этого состояния является также то, что оно косвенно углубляет Состояние Внутреннего Умиротворения (состояние из Стабилизационного Пакета), придавая ему дополнительное качество в виде внутреннего укоренения, уверенности в себе, стабилизации. Таким образом, реактивность к разным неблагоприятным раздражителям снова снижается после обретения Состояния Внутренней Целостности.

РЕКОМЕНДАЦИИ (ДЛЯ КОГО):

Поскольку Состояние Внутренней Целостности относится к группе Ключевых Внутренних Состояний QHS, оно фактически рекомендуется каждому, кто желает ощущать себя и мир более здоровым и упорядоченным образом, а также повысить субъективно испытываемые чувства уверенности в себе, стабильности и независимости. Кроме того, оно необходимо для того, чтобы обрести самые продвинутое Внутренние Состояния QHS и проводить терапевтическую работу над большими жизненными темами.

ВАЖНЫЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРИМЕЧАНИЯ:

Состояние Внутренней Целостности позволяет ощущать себя и мир по-новому, более упорядоченным образом. Как обычно, в случае каждого состояния, стоит помнить о факторах, которые могут влиять на его полное или неполное ощущение, а также результаты на уровне повседневного функционирования.

Если:

- в своей жизни Вы пережили много трудных моментов, травматических событий (особенно в детском и подростковом возрасте), и у Вас есть много активно и ежедневно проявляющих себя эмоций и паттернов,
- одной из Ваших жизненных тем является именно целостность/отсутствие целостности; Вы испытываете много сомнений и неуверенности каждый день, чувствуете раскол на уровне ментально-эмоционального функционирования, у Вас есть ощущение, что Вы разный человек в разных моментах жизни и часто надеваете маску при общении с другими, и т.п.,

то Состояние Внутренней Целостности должно быть следующим шагом в исцелении и трансформации себя. Однако, для полной эффективности процесса полного освобождения от своих паттернов, ограничений прошлыми событиями, стоит продолжать процесс обретения следующих состояний (конкретные советы Вам даст Ваш терапевт) и целенаправленную терапевтическую работу.

