****

**Мы были большими. Продолжение.**

*— Когда я был ученым, я жил в доме один, без папы и мамы. У меня в доме было очень много книг, большой стол и лестница на второй этаж. Рядом было море, я там купался один.*

*— А что ты изучал?*

*— Да я уже не помню, но я тогда был большой, у меня была борода.*

С этого, самого первого воспоминания моего сына, три года назад, началась моя первая книга и путешествие в регрессионную терапию, которая стала для меня не просто очередным инструментом в работе, а перевернула мое восприятие мира, дала возможность найти ответы на вопросы, которыми каждый из нас задается на протяжении жизни и определила вектор развития на все мое текущее воплощение.

Остальные ванькины воспоминания я сначала не хотела публиковать, потом поняла, что это может быть очень полезно другим мамам, которые уже столкнулись с этим феноменом или которым только предстоит выслушать от своего ребенка истории из серии «когда я был большим». Поэтому во вторую часть я включила те рассказы, которыми сын делился в возрасте от 3-х до 5-ти лет, оставив за кадром имена и некоторые детали, время публикации которых пока не пришло.

Итак, первое воспоминание и при каких обстоятельствах это произошло:

Это была пятница, 18 октября 2019 года, мы сидели с сыном смотрели «Ходячий замок» Хаяо Миядзаки. Вдруг он начал этот разговор, про то, как был ученым. Я бы может и не придала этому особого значения, если бы буквально на днях не наткнулась в одной статье на рассказы матерей о похожих случаях иррациональных воспоминаний у детей. Один из них описывал ситуацию, когда мальчик лет 3-х, услышав песню по радио, оживился и сказал, что знает ее, он ее сам написал. Озадаченная мама нашла в интернете фамилию композитора, который, оказывается, скончался незадолго до рождения сына.

Когда сынуля выдал свою тираду, я решила посмотреть в интернете, какие ученые преставились в начале 2016 года. Больше от нечего делать, чем с какой-то целью, в тот момент я не ожидала получить какой-либо значимой информации.

Я листала фотографии деятелей науки, скончавшихся незадолго до рождения сына, взгляд зацепился за фото одного известного ученого. (Не буду озвучивать здесь его фамилию, поскольку информацию, полученную в воспоминаниях, мы так и не проверили пока документально, ведь через несколько месяцев границы закрыли и наши планы продолжить исследование в стране, где жил этот ученый, не осуществились до сих пор). Зацепилась я за его фото просто потому, что он носил бороду. Скончался он ровно за неделю до рождения сына.

Пока я копалась в интернете, прошло около часа, мультфильм закончился и сын увлеченно играл с конструктором. Ничего конкретного не ожидая, я показала ему фотографию и спросила, знает ли он, кто это. От последовавшей за этим реакции я первый раз в жизни лишилась дара речи.

— Это я! — разулыбался Ванька, — Мама, откуда у тебя моя фотография? Это я был, когда был ученым!

На следующий день после его рассказа о том, как он был ученым, я показала ему фотографию этого человека с супругой, догадавшись, наконец, включить камеру. Он снова (к моему ужасу) узнал себя на фото. Посмотрев на женщину, он сначала сказал, что это мама, потом, что не знает, кто это и спросил меня. Я не хотела испортить эксперимент и сказала, что это тетя. После чего он добавил: а это я с тетей. А что вы там делали? — поинтересовалась я, чувствуя, как волосы встают дыбом. — Танцевали. Мы танцевали и на небо смотрели.

Трудно описать мои впечатления. Сказать, что мне стало нехорошо, значит соврать. Он выглядел таким счастливым, когда смотрел на фото, что мне оставалось только порадоваться, что в его смышленой голове всплывают необъяснимые, но несомненно приятные воспоминания.

Чаще всего дети рассказывают о прошлых воплощениях, находясь в трансовом состоянии, когда задумчиво чем-то занимаются, а также перед сном, или купаясь в ванне, или во время поездки в автомобиле, под мерное убаюкивающее покачивание, позволяющее сознанию задремать и выйти на поверхность глубинным процессам бессознательного, где заархивировано 95% информации, хрянящейся в нашей памяти.

Следующий разговор как раз произошел в машине:

*— Мам, у меня болит живот, нужно выпить смекту.*

*— Точно, надо заехать в аптеку. Все-то ты знаешь, вырастешь — врачом будешь.*

*— А я уже был врачом.*

*Уже вечером, укладывая Ваню спать, я спросила: — А каким ты был врачом? — Детским. Я был большой и лечил маленьких детей. Еще я был гонщиком, мы проходили трассу, я был на мотоцикле. Еще я был кладоискателем, мы были в горах и уже знали, где искать, но тут случился обвал. Мы должны были это предусмотреть и проявить осторожность, но мы все равно пошли. А еще я тонул. В глубокой яме.*

Стоит отметить, что наряду с безмерной любовью к книгам, присущей Ивану с самого раннего возраста, он всегда внимательно и педантично относится к лечению, принимая спокойно все таблетки и микстуры за редким исключением. Этими воспоминаниями я также объяснила себе его страсть к мотоциклам. Еще в коляске он чуть не выпрыгивал из нее, заходясь от восторга при виде проезжающего байка. Правда, интереса к кладоискательству я в нем пока не обнаружила, но кто знает.

Завести разговор о прошлом еще раз мне удалось во время купания сына. Я попросила рассказать, как он ездил на мотоцикле. Вот что я услышала: *я участвовал в гонках, ехал очень быстро, потом другой мотоциклист меня толкнул, я упал и ударился об мотоцикл (показал на свой бок). Мотоцикл загорелся, был пожар, кнопки горели (при этом он жестикулировал, показывая кнопки на руле) и к нему нельзя было подойти, он мог бабахнуть. Потом этого дядьку закрыли в клетку.*

Можно ли предположить, что он описывал свою смерть — я не берусь утверждать, но во время рассказа он казался сосредоточенным и глаза смотрели будто глубоко в себя, а я впитывала каждое слово, боясь прервать этот поток информации. Кроме того, незадолго до этого разговора, у него на боку, куда, по его словам, пришелся удар об мотоцикл, появилась небольшая полоса, похожая на ссадину, хотя он не помнил, чтобы ударялся обо что-то в саду. Спустя день-два после того как он рассказал об аварии, полоса исчезла. Я не придавала этому значения, ведь я обработала его кожу заживляющей мазью и это естественный процесс. Спустя год, читая книги Яна Стивенсона, который не только пытался доказать феномен реинкарнации с помощью детских воспоминаний, но и исследовал родовые пятна, отметины и всевозможные дефекты на теле как свидетельства травм, полученных в прошлых жизнях — я вспомнила об этом инциденте. Что ж, все возможно. Кстати, нередко у детей при рождении бывают пятна, которые к году полностью исчезают и в практике Стивенсона были случаи, когда дети рассказывали о ранениях в прошлых жизнях именно в той области, где ранее у них были или сохранились отметины. К примеру, у моей дочери в младенчестве возле глаза было большое родимое пятно, которое через несколько месяцев полностью исчезло. Но ее детским воспоминаниям, если они и были, я, к сожалению, не придавала тогда значения.

Приведу здесь еще несколько спонтанных воспоминаний сына с моими комментариями к ним:

*Мы были в туннеле, когда произошел обвал. Я говорил, что туда идти нецелесообразно (да, именно это слово, в 3 года), но меня никто не послушал.*

Слова, которые ребенок не употребляет еще в силу возраста в своем лексиконе — это один из маркеров, по которым можно определить, что это воспоминание из прошлого воплощения, а не впечатления от фильма или услышанная история. В других случаях ребенок будет пользоваться понятными и знакомыми для него выражениями.

*Когда я жил в замке, мы также зажигали свечи, они были на стенах, в таких держателях железных.*

Это воспоминание всплыло, когда Ванька был в мастерской у деда и долго сидел, завороженно глядя на пламя свечи (что тоже является способом погрузиться в трансовое состояние). К свечам у него, как и у меня в детстве — особо трепетное отношение. Уже во взрослом возрасте я использовала медитативный эффект от свечи при необходимости погрузиться в себя, чтобы найти нужные слова и фразы, когда писала стихи или прозу.

*Ваня: поскорей бы на море поехать.*

*Я: а я в Италию еще хочу.*

*Ваня: а я в Германию, картины посмотреть.*

*Я: а откуда ты знаешь про Германию?*

*Ваня: во сне видел.*

Воспоминания о прошлых жизнях нередко приходят во снах, некоторые из которых могут иметь повторяющийся характер и сопровождать нас на протяжении жизни, а некоторые представляют собой эпизоды из одного и того же или нескольких воплощений и снятся только в детстве, пока память о прошлом еще свежа. Чаще других я встречала в рассказах эмоционально заряженные воспоминания, которые представляют собой моменты смерти, сопряженной с сильными переживаниями. Было бы здорово провести исследование этих снов и выявить причины и задачи их проявления, но я в этой жизни вряд ли успею собрать такой материал. Может, кого-то из коллег заинтересует эта область.

*Помню, как мы с (одногруппником из сада) воевали в танке. Мы были хорошие, но у нас были главные и они говорили нам убивать. Потом мы бежали, и я упал в яму и для меня война закончилась, к сожалению.*

Люди, с которыми мы взаимодействуем в текущей жизни, начиная с родителей и заканчивая воспитателями, однокурсниками, одноклассниками, коллегами — не случайно появляются в нашем окружении. С одними мы договариваемся о помощи в прохождении каких-то уроков, другие просто приходят нас поддержать в трудную минуту и те, кто в плоскости земной логики может считаться злейшим врагом, на той стороне, в мире душ, может быть лучшим другом. Это трудно понять и еще труднее принять, но самые сложные уроки нам помогают пройти самые близкие души, с которыми мы вместе далеко не первое воплощение.

Моему сыну сейчас шесть лет и он уже года полтора как не вспоминает ничего из прошлых воплощений, а если прошу его рассказать о времени, когда был большим, говорит, что ничего не помнит, а я не настаиваю.

Для чего нам, родителям, слышать эти воспоминания? Во-первых, когда мы готовы к обработке этой информации, можем стать более внимательными к предпочтениям детей в той или иной сфере. Когда у них начинают формироваться увлечения, мы можем помочь им раскрыть свои навыки, согласно задачам, поставленным ими на это воплощение, а не нашим убеждениям и общественным стереотипам. Во-вторых, мы можем помочь им избавиться от страхов, отголоски которых ощущаются ими в текущей жизни, просто объяснив, что то, что было — уже в прошлом и те способы реагирования, которые когда-то были нужны для выживания — в современном мире не актуальны. В-третьих, мы можем помочь им разобраться в себе и понять, какой богатый опыт есть у души и не страшно пробовать что-то новое, ведь все качества, которые нам необходимы для реализации, уже заложены в каждом из нас.

Чем раньше человек поймет, что его пребывание на земле — не разовая акция, что он по сути — не только тело, он в первую очередь душа, тем легче ему будет в жизни. Осознание того, как люди взаимодействуют друг с другом на уровне душ, помогает выстраивать отношения иначе. Умение слышать свою душу позволяет раньше встать на путь своей максимальной реализации, а не блуждать в поисках своего места в жизни, руководствуясь чужими советами и логическими умозаключениями. Понимание, что человек вмещает в себя опыт многих жизней, позволяет лучше чувствовать свои внутренние процессы и желания, избегая наслоения психосоматики как результата внутренних конфликтов.

Вышеперечисленные три аспекта: отношения, самореализация и психосоматика — являются самыми частыми запросами в работе регрессолога, где мы в числе прочего вспоминаем прошлые жизни, в которых нередко и лежат корни нынешних проблем.

Спустя почти два года практики, обучившись регрессионной терапии в Институте транс-ориентированной психологии и став членом Ассоциации специалистов и исследователей в области глубинной памяти и регрессий, я уже знаю о чем пишу. Когда сын мне начал рассказывать о прошлых жизнях, я не понимала, куда попала, как и многие из нас, кто сталкивался с чем-то необъяснимым. Теперь, когда я уже сама неоднократно погружалась в глубинную память с помощью опытных проводников и проведя другим более ста регрессий, я вижу, какой это невероятно эффективный инструмент самого широкого спектра действия. От решения личных проблем бытового уровня, до совершенствования себя на уровне души.

Сказать, что моя жизнь изменилась за это время — будет мало, скорее, она разделилась на до и после. К прежнему восприятию уже вернуться невозможно, как когда мы переходим в следующий класс и узнаем, что у явлений, которые раньше казались необъяснимыми, вполне себе есть обоснование. Просто больше не получается думать, что солнце встает утром и заходит вечером, когда знаешь, что Земля вертится.

Работа с людьми также проходит на совершенно другом уровне, когда есть возможность найти не только эмоционально заряженные ситуации, связанные с проблемой, в плоскости этой жизни, где чаще всего они являются лишь триггером, а докопаться до корня проблемы, лежащего далеко за пределами текущего воплощения. И благодаря регрессионной терапии можно найти ответы на такие сакральные вопросы, на которые в любой другой практике можно строить лишь предположения.

Почему я продолжаю собирать и классифицировать воспоминания детей? Наверное, вижу в этом одну из задач своей души — донести до максимального количества людей понимание о том, что дети — это не только продолжение нас, это не чистая доска, на которой родители могут рисовать, что угодно, а зрелые, самодостаточные души, которые выбирают нас для решения своих задач и наработки необходимых для этого качеств. Наша же роль в этом — помочь им максимально раскрыться и не только научить их жить в этом мире, но и самим учиться у них. Когда это начнут понимать родители, воспитатели, учителя — общение с детьми перейдет на качественно новый уровень. А маленькие люди, взрослея, будут расти более внимательными к себе и другим, более уверенными и менее зашоренными ожиданиями и ложными установками взрослых, которые их не понимали и не слышали.

В первой книге я уже писала, как отличить воспоминания о прошлых жизнях у детей от фантазии и как на них реагировать. Сейчас я просто хочу продолжить делиться с вами теми свидетельствами, которые оставляют в комментариях пользователи рунета, чтобы вы понимали, как много людей сталкивались с этим феноменом и в своем детстве, и в общении уже со своими детьми.

Также в эту книгу войдут истории из моей практики регрессолога и личные наблюдения за последний год. Я надеюсь, кому-то это поможет найти для себя некоторые ответы на свои внутренние процессы, кому-то — иначе взглянуть на своих детей и пересмотреть принципы их воспитания, ну а кто-то сможет в ответ поделиться со мной своими историями, которые я с удовольствием опубликую в следующей книге.

**ДЕТСКИЕ ВОСПОМИНАНИЯ**

\*\*\*

Вчера моя подруга позвонила мне и рассказала такую историю. Укладываясь в постель, ее маленький сын (2,5 года) вдруг сказал ей, что хочет кое-в чем признаться. Молодая мама ожидала услышать рассказ о каком-то неправильном поступке. Но нет.. Сын рассказал, что раньше жил на какой-то далекой звезде (название ее даже я сейчас не вспомню), указав ее «имя». По словам мальчика, ему там очень нравилось, но почему-то его решили отправить на Землю. Подруга выслушала чудесную историю, не приняв ее, конечно, всерьез. Каково же было ее изумление, когда она случайно узнала, что звезда с таким названием действительно существует. Знать об этом двухлетний ребенок, конечно, не мог.

\*\*\*

Мой племянник, когда научился разговаривать предложениями, рассказал о том, что помнит, как выбрал их своими родителями. По словам Саши, он стоял в большом и очень светлом помещении, в котором находились «какие-то зеркала, в которых отражались взрослые люди». Из этих людей мальчик и выбрал себе родителей.

\*\*\*

Когда моей дочке было около трех лет, она однажды поразила меня странным разговором. Варвара утверждала, что пока она не родилась, у нее была старшая сестра, которую звали Елизавета. Все бы ничего, но до рождения Вари у меня действительно была дочь от первого брака, которая умерла в возрасте 1,5 лет. Звали ее Елизавета. Варваре об этом никто никогда не говорил: в семье теперешнего супруга об этом не знает никто, а у меня родственников не осталось.

\*\*\*

Мой сын родился через 6 месяцев после смерти папы моего мужа. Первые слова, которые он сказал своему отцу, когда научился говорить, были: «Вадим, я твой папа». Позже он иногда рассказывал истории, о которых мог знать лишь отец супруга, а не маленький ребенок. Продолжалось это около полутора лет, после чего Илюша перестал пугать нас такими рассказами.

\*\*\*

Мой сын, когда был маленьким, постоянно говорил о том, что когда-то давно погиб в огне. Называл место и даже время трагедии. До сих пор главный страх в его жизни — что сгорит наш дом. Сейчас сын не помнит о том, что рассказывал в детстве (ему 18 лет), но мы с женой выяснили, что пожар, о котором рассказывал Олег, действительно был. Место и время совпадали, в огне погиб четырехлетний мальчик, других жертв не было.

\*\*\*

Когда я была маленькой, мы с родителями жили неподалеку от Лондона (отец работал в Англии несколько лет). Мама рассказывала мне, что в детстве у меня был воображаемый друг, которого я называла мистер Джонс. Он якобы говорил мне, что принимал участие во Второй мировой войне, где был убит. Разумеется, я всего этого не помню. Сейчас моему сыну 4 года. Недавно вечером я уложила его спать, а через некоторое время он пришел ко мне и сказал, что в его комнату пришел какой-то мужчина. Конечно, войдя в комнату, я никого там не обнаружила. Но Даня сказал, что я просто не могу его увидеть, но зовут посетителя мистер Джонс и он просит передать мне привет. Я в ужасе!.

\*\*\*

Где-то от полутора до трех лет моя дочь говорила довольно много необъяснимых и любопытных вещей. Например, когда однажды я ее купала в ванной, она спросила: «А помнишь, когда ты была старенькая, я тоже тебя купала?». Я переспросила, когда это было. Она рассердилась: «Ну, тогда, когда ты уже старенькая была! Ты что, не помнишь?». Я ответила, что не помню, и, в общем, не дай Бог. А Эля сказала: «Не бойся, я тебя всегда буду любить. Я тебя сама выбрала». Ей было где-то около двух лет. По поводу «выбрала» она рассказывала еще, что сидела когда-то на облачке вместе с Сашей (мы и подружились с его мамой через наших детей), и они выбирали себе мам. Элька сказала: «Ты была хорошая и очень грустная, ты хотела, чтоб у тебя была доченька. И я решила стать твоей доченькой. Я тебя выбрала, а Саша остался». (Он родился позже). Надо сказать, Эля всегда отличалась высокой осознанностью. ⠀

\*\*\*

Данька говорил о странных вещах меньше, но даже младенцем смотрел на меня иногда так, как смотрит мужчина. Гладил мои ноги и с легким прищуром заглядывал в глаза. А потом — бах! — снова ребенок: хи-хи, ха-ха, играюсь. А однажды рассказал историю про свою семью, когда мы гуляли в темном парке. Говорил о том, что у него была жена и ребенок, которого звали Ярослав, они жили в своем доме где-то в лесу. Плохие люди напали на них и убили мальчика и жену, а он остался, его не было дома. Он долго страдал, ему было очень одиноко. И тут Данька заплакал. Я его пожалела, мы постояли, обнявшись, потом он встряхнул головой и побежал, как ни в чем не бывало. Больше об этом не вспоминал.

\*\*\*

Моя племянница до 3-х лет рассказывала, что у нее очень красивый парень и она его очень любит, жаль, что их тогда ночью во сне убили. И очень настаивала, чтобы к ней обращались по отчеству Сергеевна (хотя отец ее Юрий).

\*\*\*

Мой сын маленьким рассказал как-то свекрови историю, как он едет в танке и вокруг война, все громыхает и взрывается. Свекровь всплакнула и решила, что это ее отец в моем сыне.

\*\*\*

У меня старшая дочь очень рано заговорила. Начиная с 1,5 лет, рассказывая для себя что-то значимое, говорит: «…когда я жила в Париже…". Сначала мы на это особо не обращали внимания, кроме самого факта, что в столь раннем возрасте ребенок не мог знать названия городов, географически ориентироваться. В какой-то момент это нас взрослых начало раздражать, спрашиваем, «когда ты жила в Париже?». Она жутко обиделась, сказала, что жила там с бабушкой и дедушкой (по факту такого не было). Однажды купила ей футболку с изображением детской картинки девочки и Эйфелевой башни, она когда увидела, завизжала от восторга и говорит «Это же Париж!». И это в 2 года! Мы точно об этом не говорили дома. Что интересно, с ее идеей фикс, мы ее отдали во французскую спец. школу. Завуч спрашивает: «Кто ей ставил французский прононс? Он у нее безупречен». Французский язык словно не учила, а вспоминала. В свои 14 им владеет совершенно свободно. С самого раннего детства снова собиралась в Париж. Сейчас планы не поменялись. Собирается туда для получения высшего образования. Сын (младший) тоже в детстве говорил, что выбирал нас с отцом. Я сама, как психолог, очень внимательно относилась ко всем этим высказываниям. И верю в то, что все это не детский бред.

\*\*\*

Мой младший сын, вспоминая про сына моего брата, сказал: когда к нам приедет Егор, ну который Александр? Я спросила, какой Александр? Он: как ни в чем не бывало: ну Александр же! Занавес! Александр — это наш с братом отец, которого нет, который мимикой, жестами и очень многими тонкими привычками имеет сходство с моим племянником. А ещё он всегда говорит, что сам нас выбрал.

\*\*\*

Есть стойкое ощущение, что это все может быть. Ребёнок знакомой, открыв книгу музыкальную, когда заиграла так испугалась и так плакала, у меня все тело мурашками покрылось, в этом было столько какой-то боли, несвойственной маленькому ребёнку, который упал или когда мама ушла, мы с ее мамой не на шутку испугались, она была рядом и все видела.

\*\*\*

Мой сын в возрасте 3—4 лет говорил, что у него есть сестра Алена и живут они отдельно с ней в другой квартире. Подробно ее описывал, собирался к ней в гости. Как-то чувствовалось, что это не просто фантазия…

\*\*\*

«Когда я был большим, я строил дома» — сказал однажды мне мой четырехлетний сын. На тот момент мы переехали в новый район, вокруг нас была сплошная стройка. Сын, как завороженный, при любой возможности смотрел на работу строителей, и его совершенно не пугали лязг, шум, пыль.. Игрушки дома тоже были сплошная строительная техника. Я с интересом задавала ему уточняющие вопросы, иногда он ровным тоном мне отвечал и удивлял знаниями, а иногда как будто непонимающе взглянет, словно выходил из транса и убегал играть. После пяти лет это прекратилось, как и его интерес к строительной деятельности.

\*\*\*

Мой папа умер 25 лет назад, на стене висит фото, где папа с моим братом сидят на корточках и смотрят на траву. У меня родился сын и однажды в возрасте 3 лет, он встал перед этой фотокарточкой как вкопанный и говорит: «Мама — это я» Мы рассматривали кузнечика, но этот маленький потом испугался и расплакался, а я его успокаивал и начал качать на руках. Я говорю: «Подожди, кто ты на этом фото?» «Вот этот взрослый», — и показывает на моего папу. Я была в таком шоке, ведь сама была в том далеком прошлом и стояла рядом с ними, и папа тогда действительно поднял братика, когда тот заплакал, испугавшись кузнечика, и начал качать на руках.

\*\*\*

Мой трехлетний сын постоянно прятал хлеб себе под подушку, и если его забирали он плакал и говорил: «мама, когда я умирал, было холодно и очень хотелось кушать» — я перестала забирать у него хлеб из-под подушки, и он стал спокойнее, хотя в доме всегда были конфеты и печенья. В магазине он всегда спрашивал: «а хлеб купили?». Успокаивался, если говорили да, и паниковал, если хлеба не было, так продолжалось до 4 лет.

\*\*\*

Моя дочь года в 2 увидела по телевизору какой-то сад и сказала: «о, Франция», хотя ни о какой Франции знать не знала. Я спросила: «ты там была?» — она кивнула и сказала: «да, я там пела»…Мы начали говорить фразы на французском, но она покачала головой и сказала: «не надо». Сейчас ей уже 12, она не помнит ту историю, но когда слышит французскую речь, сразу прерывает говорящего и говорит: — «не хочу слышать этот язык»… (замечу, что в музыке она одарена и её очень хвалят преподаватели, но она сразу (в детстве еще) сказала, что ни за что больше не свяжет свою жизнь с музыкой…

\*\*\*

Моя племянница рассказывала про большую волну, которая нахлынула на их берег и она видела людей тонущих, обломки, много подробностей помнила. Травмы после этого воспоминания я в ней не увидела, больше было возбуждения эмоционального, а боязнь была за то, чтобы её мама не узнала про это. Кстати она до определённого возраста говорила на тарабарском каком-то языке, никто её не понимал, но это реально были осознанно построенные предложения. Когда она переключилась на русский, примерно через год, сказала, ну что же вы меня не понимали? Я вам говорю, говорю, а вы не реагируете.

\*\*\*

Моему сыну 4 года, и он с 2 лет рассказывает про прошлые жизни. Про Австралию. Например, до мельчайших подробностей описал, как когда он был большой, то ехал на машине, был дождь. Впереди ехал автобус, он хотел обогнать и случилась авария. Жертв не было, но он просидел неделю в тюрьме до выяснения и потом его отпустили, так как доказали, что он не виноват. Я расспрашивала все до мелочей по несколько раз и всегда говорил одинаково. И сказал, что папа и сестра ещё живы, а он утонул. Такие дела. И таких историй много, про войну рассказывает, как танкистом был. А сейчас у него высокая температура поднялась, врач сказал ОРВИ и он бредит, про зелёных существ рассказывает и говорит, что они опасные и с ним что-то хотят сделать. Я расспросила подробно, поставила защиту, поговорила с ними и отравила через портал в свой мир. И реально, когда он плакал и прижимался, говорил, чтоб я не уходила, я чувствовала присутствие, когда ушли в портал воздух, как легче стало и он быстро выздоровел.

\*\*\*

Я просто спросила у своей дочери, ей 10, помнит ли она что-то из прошлой жизни, она сказала что помогала медсестрам на войне, ей было 12 и убили её прям на поле боя, родителей не помнит.

\*\*\*

Моему сыну было года два, когда он начал рассказывать, что изобрёл газотрон. Это такая штука в виде верёвки, которая разгоняет ветер… Я была очень удивлена, что ребёнок, которому 2 года, знает такие невероятные слова.

\*\*\*

У меня сын с детства боится огня. Прижимался ко мне вечером и говорил: я боюсь сгореть. Сейчас уже легче, немного стало отпускать, а до 7 лет все дни рождения без свечей на торте. А на днях рождениях друзей прятался за меня, когда торт выносили. А ещё у него любимая поза для сидения, как сидеть научился — поза лотоса. Даже на стуле так сидит частенько.

\*\*\*

Мой внук, когда ему не было трех лет, сидя у меня на кухне, обратился к своему папе (моему сыну): «Антон (никогда раньше по имени к нему не обращался), когда ты не был моим папой, у меня был другой папа — Кристиан. Интересное имя. Я сразу отреагировала. Сын сказал, что они это уже слышали, и сказал мне спросить, кто была его мама. Оказывается, до этого мой внук указал при прогулке на памятник Екатерине Великой, сказал, что это ангел и так звали его маму. Я начала его расспрашивать. Он сказал, что очень сильно любил Кристиана и очень «печалится» по нему. Я спросила: почему? Он ответил, потому что Кристиан умер. Екатерина умерла раньше. Сказал, что их было много детей. Я спросила, отчего умер Кристиан, он ответил: от старости. Через несколько дней я попыталась опять расспросить про Кристиана, но внук поднял на меня полные грусти глаза и сказал, что больше не хочет об этом говорить, потому что ему грустно и он скучает по Кристиану. Я не стала. Сейчас ему пять лет и он часто говорит своим родителям: «Как хорошо, что я вас выбрал».

\*\*\*

У нас Максимка лет до 4 говорил, что он водитель, погиб в аварии в 29 лет. Как только он начал говорить, он знал все марки машин и помогал отцу в ремонте машины. Да он в тачках разбирался лучше, чем дядя автомеханик, иногда мой муж ради прикола спрашивал: Максимонаша, не знаешь, что это за звук, не пойму где барахлит, а он называет узел машины и говорит: проверь то-то. Ну понятно, что посмеёмся и забудем, а через пару дней он в автомастерской именно этот узел и будет ремонтировать. С возрастом как-то это забылось, но Макс — чемпион по картингу, он вообще в 6 папину тачку угнал от дачи до речки. Видимо, что-то в этом есть.

\*\*\*

Сыну три с половиной. Часто вспоминает, что когда он был большим, он пел на сцене. Так и говорит: «Когда я был большой, я играл на гитаре и пел на сцене». Причём на сцене он вообще не был ни на какой, в принципе. Иногда даже пугает.

\*\*\*

Племянник был маленький и рассказывал, что когда он был большим был военным, плыл на корабле, упал в воду и его акула съела… Несколько раз нам пересказывал.

\*\*\*

Мой сын, когда ему было где-то 3 года, увидев серию мимимишек про рыбалку, замер на минуту, потом повернулся на меня и говорит: «мама, я утонул.» С детства боится, когда ему льют на голову воду, начинает орать и открывать рот. В 5 лет отдала его в бассейн, слава богу там мы победили этот страх. Так же с детства и до сих пор интересуется рыбалкой, а в магазине от рыбного отдела не оторвать.

\*\*\*

У меня племянник в три года рассказывал, что когда он был бандитом, его застрелили и он помнит, как он лежал и умирал. Мы его спрашиваем: ты играл в такую игру? Он: нет, говорю же, когда я был большим, я был бандитом. Самое интересное, что он себя с рождения ведет так, как будто он такой крутой, руки в боки. У нас бабушка его прозвала Хозяин. Тихо, говорит, хозяин идет!

\*\*\*

Мой племянник, малыш 5 лет, пришёл ко мне в гости и как обычно это для детей, полез по полкам и шкафам. Всё бы ничего, да вот как только он увидел икону Николая Чудотворца, он взял её в руки и удивлённо произнёс: а я знаю этого дядю, он нас возил на машинке, меня и ещё деток и мы выбирали себе родителей.

\*\*\*

Я разговаривала с девочкой, ей 3 года, она сказала, что видела маму и папу очень светящимися, как радужные шарики, а все остальные люди серые и плоские, вот она и пришла к таким родителям, сама долго смотрела и выбирала… Потом родители говорили, что 5 лет не получалось с зачатием. И когда решили эко, случайно без эко залетели.

**ИСТОРИИ ИЗ ПРАКТИКИ**

**ПО ПРАВУ РОЖДЕНИЯ**

У дедушки был День Рождения, все приходили его поздравить и иногда кто-то вскользь вспоминал: Маша, у тебя же тоже сегодня День Рождения. А иногда никто не вспоминал. Таким было детство девочки, назовем ее, в целях конфиденциальности, Машей, которая всю жизнь доказывает себе, что она достойна внимания.

И это у нее отлично получается: первые места в школьных соревнованиях, стремительная карьера, большая семья, свой бизнес, шестизначные доходы. Но сколько энергии тратится на то, чтобы доказать свою уникальность, вместо того, чтобы принимать ее просто по праву рождения. И в итоге этой энергии не хватает для перехода на новый уровень.

Мы отследили все значимые эпизоды жизни, когда Маша чувствовала себя победителем. Забрали этот ресурс уверенности в себе. Но подсознание не обманешь и те болезненные переживания из детства, с которыми мы планировали поработать на следующей сессии, проявились уже в этой. Эмоциональная холодность самых близких людей, ощущение пустоты и потерянности — все это считывалось ребенком буквально, заставляя быть лучшей, заявляя о себе в поисках любви и признания.

Это был опыт души, которой нужно было срочно родиться, здесь и сейчас: «мне нужно было родиться именно в эту секунду и я соглашаюсь на что-то и такое ощущение, что это был последний, единственный шанс родиться моей душе.»

Отделить чувства, адресованные к ней, от тех, которые ее не касались, утешить ту маленькую девочку, дать ей то, чего ей так не хватало, залечить душевные раны прошлого и принять ответственность за этот опыт — со всем этим Маша справилась великолепно, высвободив значительную часть своей энергии.

Перед возвращением встретились с предыдущим воплощением и Наставником, получили ответы на насущные вопросы и ценный дар.

Теперь Маше больше не надо доказывать. Она знает, что все возможно. Дальше — только вперед!

**НАЛОЖНИЦА**

Что мешает нам двигаться вперед? У каждого есть своя ноша за плечами: обиды, непрожитые чувства, невысказанные слова, данные когда-то клятвы и обещания. Увидеть эти камни преткновения и убрать их с дороги можно, погрузившись в глубинную память, которую хранит наше подсознание.

Персия, V век. Старшая девочка в многодетной малообеспеченной семье. Ее звонкий смех, как колокольчик, привлек внимание знатного господина. Семья приняла на тот момент единственно верное решение, чтобы прокормить детей. В 15 лет девушка стала наложницей, толком не понимая, что произошло. В душе горела жгучая обида на близких и злость на этого человека, власть которого сковала ее свободу.

…

— Это было против вашей воли?

— Мне кажется, я достаточно молодая и я вообще не думала о таком повороте, о таком сценарии.

— Что вы чувствуете там?

— Что меня все бросили.

— Что за человек, к которому вы попали?

— Не очень понятно, какой-то бородатый мужик в чалме.

— Что вы чувствуете к нему?

— Мне кажется, я на всех вокруг обижена и на него в том числе.

…

Она запретила себе смеяться, уверенная, что этот смех стал причиной таких перемен в ее жизни. Это было важно исправить, а также исцелить душу от обид и прожить те чувства, оставшиеся в далеком прошлом. Выпустить энергию, которая нужна здесь и сейчас.

Там и тогда, девушка не могла смириться со своей судьбой и выбрала тоже как ей казалось единственно верное решение, спрыгнув с балкона дворца, стоявшего на высокой горе.

Чувства, что никому нет дела до ее желаний и она никому не нужна — губительны для женщины, они не дают ей раскрыться во всей своей многогранности. Важно принять и осознать смысл уроков, которые нужно было пройти душе, простить, отпустить и вновь поверить в себя, чтобы двигаться дальше.

…

— Есть ли еще что-то, что нам необходимо знать сегодня?

— Жизнь прекрасна…

**ВОЗВРАЩЕНИЕ К СЕБЕ**

Жила-была душа, и чтобы понять, в чем предназначение этой души, подсознание провело нас по нескольким этапам ее развития.

Сначала это была девушка, рано оставшаяся без родителей, с маленьким братом на руках. Из взрослых был только дед, а все обязанности по дому легли на юную Марту. Однажды в их городок приехали бродячие артисты на ярмарку. Девушка пошла по какому-то поручению на рынок и внезапно осознала, что может прямо сейчас избавиться от непосильной для нее, тяжелой жизни, просто присоединившись к ним.

…

— Почувствуйте, осознайте — какое решение было принято ей?

— Не может она, хочет, вроде уже осмелилась, и уйти хочется вроде от всего этого, и надоело, жалко что ли ей, этого маленького мальчика жалко, мучается человек.

— Она вернулась обратно?

— Да…

Потом это была девушка постарше, которая в заточении, под надзором строгой наставницы, постигала основы смирения и отречения от себя. Выбора у нее там не было.

…

нужно быть одной, служение, а не думать о мирской жизни. Больше усидчивости, чтения, какая-то келья, опять почему-то темно, свечи.

…

Затем это была зрелая женщина, которая сделала выбор вопреки родительской воле, сбежав со своим женихом. Она выбрала свободу.

…

Грузия или Армения. О чем-то договариваются, то ли она тайком чтобы убежала, то ли о свадьбе. Какие-то радостные события, они улыбаются.

…

В заключение мы посмотрели, как уходила из этой жизни старушка-травница, которая передала свой дар в текущее воплощение этой ищущей душе.

…

— Можем ли мы попросить взять эти знания в настоящую свою жизнь, чтобы вы смогли вспомнить?

— Да, можем.

…

Осознание, как развивалась душа и как лейтмотив служения людям проходил через всю ее историю, помогло определиться, какие навыки и таланты стоит развивать дальше, где брать ресурсы и как преодолеть страхи, мешающие раскрытию ее потенциала. А беседа с наставником дала ответы на волнующие вопросы и завершилась вручением ценного дара, который был тем компонентом, которого не хватало для реализации задуманного. Пусть все получится!

**ГЛАВНЫЙ УРОК**

В голове вертятся строки: «Все, что нес, ты не донес, значит, ты ничего не принес».

Одна из самых важных кармических задач на Земле — передача накопленного опыта и знаний. Эта история — наглядный тому пример.

Германия, XII век. В результате государственного переворота, родители 9-летнего мальчика из дворянского рода погибли, а его спрятали в лесной глуши у бабки-травницы. Он рос, постигая азы лекарского дела, изучая оставшиеся от родных книги, а в часы отдыха приручал волчонка, который был единственным другом в этой жизни.

В 16 лет мальчик отправился на поиски знаний об этом мире и людях, населяющих его. Его странствие длилось многие десятилетия. Одно время он был военным советником князя, который полностью ему доверял. Управление судьбами какое-то время питало тщеславие нашего героя, затем он все бросил и отправился искать пещеру, где жил знаменитый мудрец. Но и тот не удовлетворил жажду пилигрима, лишь посмеявшись его настойчивости постичь секреты мироздания.

…

— Я познал секрет жизни, в которой для меня нет смерти, я был на учебе у многих мастеров и впитал в себя все их концепты.

…

Уже древним старцем он вернулся в избушку, где прошло его детство. За ней присматривала женщина с маленьким мальчиком. Он пришел туда умирать, хотя в ветхом теле по-прежнему горел ясный ум. По просьбе старца женщина развеяла его прах по ветру. Только выйдя из тела, он осознал главный урок прожитой жизни:

…

— Я накопил знания, но их не передал, я не передал ничего, даже генетической информации. Это просто сосуд, который разорвало и все из него вытекло обратно, все, что собиралось по каплям.

…

Душе, которая продолжает свой путь уже в наше время, было очень важно вспомнить этот опыт, чтобы не повторять старых ошибок.

Завершая путешествие, мы обратились к Наставнику и получили от него ответы на заранее подготовленные вопросы и практические рекомендации к ним. Не перестаю удивляться, насколько в перспективе вечности незначительными кажутся важные для нас на Земле вопросы.

Напоследок наставник передал дар, который поможет этой душе решать поставленные на это воплощение задачи.

**ОБЩЕЕ ПРОШЛОЕ**

Муж и жена. Запрос — кармические отношения. Работаем.

Лондон, XVIII век.

…

— Библиотека в старинном доме, высокие окна, красивая мебель дорогая. Мы здесь вдвоем и нам около 50-ти. Ведем светские беседы и пьем крепкие напитки, что-то ищем в книгах, занимаемся какими-то исследованиями. Теперь сразу понятно, что мы не просто друзья, мы еще и вместе работаем, что-то ищем, что-то, связанное с наукой.

— В какой сфере науки вы проводите исследования?

— Кажется, это что-то связанное с естественными науками, не могу точно сказать.

…

За четверть века до этого момента, молодой грек направлялся в Испанию, в качестве рядового матроса на корабле. Там он встретил друга, с которым ему предстояло путешествие, длиною более чем в одну жизнь.

…

— Как он выглядит?

— Тоже молод, весел и оказывается, между нами достаточно интересные отношения.

— То есть?

— Мы любим друг друга.

…

Они прожили долгую и интересную жизнь, жалея лишь о том, что физиологически не могли иметь детей. Но эту мечту им удалось исполнить в следующей жизни. И осознать, что они вместе уже не в первый раз, что у них есть задачи, над которыми надо работать. И я верю, что у людей с общими интересами и общим прошлым длиною в вечность, все обязательно будет хорошо.

**ЖИЗНЬ ПРЕКРАСНА И УДИВИТЕЛЬНА**

— На мне резиновые калоши, широкие штаны и я по-моему мужчина.

…

— Какая ваша последняя мысль?

— Как хорошо, что все хорошо.

…

Сессия была необычная, подсознание играючи подкидывало образы, как паззлы, которые нам предстояло собрать, чтобы найти ответ на вопрос «почему не получается встретить своего мужчину и что делать, чтобы его привлечь».

Сначала мы попали в параллельную реальность, где в обстановке, напоминающей Олимп, девушка умела вселять доброту в души людей, сожалея, что в этой реальности сердца людей слишком черствы, чтобы ее талант им понадобился.

Внезапно к нам заглянула бабушка клиентки, пожурив ту за недостаточную заботу о себе. Это всегда грустно, но очень тепло, когда души ушедших родных пользуются случаем во время регрессии пообщаться с человеком, ведь обычно мы их не слышим.

Потом мы попали в жизнь девушки, которая понимала язык животных и которую земляки почитали за лесную нимфу и приходили к ней поделиться своими горестями. Для каждого у нее находилось доброе слово.

Из той жизни мы забрали чувство уверенности, а также простили и отпустили человека, который тогда предал ее, после чего она отгородилась от мира. Такие вещи как обиды, клятвы, обеты, зароки, имеют мощный эмоциональный заряд и фонят на многие жизни вперед, мешая наладить отношения.

Потом мы попали в игровое пространство, и по сути и по содержанию. Оно было будто нарисованное и в нем было много детей.

…

— Какое качество из этого момента вы можете взять с собой?

— Детское легкомыслие, наверное.

…

Хорошее качество, забрали.

А в завершении перед нами раскрылась жизнь обычного пастуха, который обладал редким в наши дни даром — радоваться жизни просто так.

Потом было путешествие к наставнику, где по дороге на фоне звездного неба из облаков сложилось слово «любовь», будто благословение.

Анализируя увиденные жизни по их завершении, мы получили рекомендации верить в чудо, прощать и отпускать и не терять веру. Именно ее не хватает в сердце, чтобы все сложилось наилучшим образом.

Наставник не пожелал ответить на все приготовленные вопросы, лишь посоветовал «принять себя», потому что «мир прекрасен и так же прекрасны твоя душа и твое тело» — и передал полезный дар.

Резюмируя, могу сказать, что рекомендации, полученные во время этой сессии, необычайно ценные. Убрав преграду в виде обиды на людей, мы расчистили дорогу. Теперь важно прислушаться к полученным советам и обратить свое внимание, а, следовательно, и энергию, на развитие указанных качеств.

Осознаем, наблюдаем, жду обратную связь, верю, что все получится!

**ТРУДНОСТИ ПЕРЕХОДА**

Сессия была из разряда «для опытных сталкеров», то есть, у кого уже был опыт регрессии. Мы отправились в жизнь-между-жизнями, предварительно погрузившись в одну из прошлых жизней с просьбой к подсознанию предоставить информацию, необходимую в настоящий момент.

Север Италии, XIV век.

…

— Если бы перед вами на миг возникло волшебное зеркало — какое бы отражение вы увидели в нем?

— Отражение испуганного ребенка.

— Сколько вам лет по ощущениям?

— Лет 8—10.

— Вы мальчик или девочка?

— Мальчик.

…

Мальчик скрывается в пещере от людей, напавших на их селение. Ему удалось уйти, но он остался без родителей и теперь надо найти своего дядю. Поиски увенчались успехом, он устроился работать в трактире родственника, где часто останавливались путешественники и рассказывали о своих приключениях. Их беседы заворожили юношу, однажды он принял предложение одного из них и уехал из родных мест навсегда. В дальнейшем его жизнь была комфортной, но реализовать себя так и не удалось.

…

— Есть ли ощущение незавершенных дел?

— Есть ощущение, что никаких незавершенных дел нет, потому что ничего существенного я не делал.

…

После краткого обзора прошлой жизни, которая стала ответом на мысли клиента о переезде и собственной реализации, мы направились выше, туда, где есть несколько уровней, на каждом из которых можно задавать одни и те же вопросы и получать разные, но очень дополняющие друг друга ответы.

Кроме того, здесь можно вновь встретиться со своей духовной группой, теми душами, с которыми решаешь общую задачу. Некоторые из них легко узнаваемы, поскольку воплощены в этой жизни.

Мы посетили пространство исцеления, залечив душевные раны, убрали негармоничные контракты, получили наставление от совета учителей, который составляют мудрые наставники, открыли книгу своей судьбы, где нашли подсказку, куда двигаться дальше.

И много чего еще было, и не все пространство удалось исследовать, в какой-то момент решили вернуться, поскольку нужная информация была получена и теперь ее следует осознать и применить в текущей жизни.

Ответы были четкие и подробные, касались отношений, предназначения, профессионального направления, творческой реализации и заботы о себе.

Я счастлива, что еще один человек совершил путешествие в это пространство, где есть полная ясность, с багажом практической информации и энергией на исполнение намерений.

**РОДНАЯ ДУША**

Как встретить родственную душу? Возможно ли это вообще? А как узнать, что это именно тот человек, который мне предназначен?

Смотрели фильм «Я — начало»? Вот что-то подобное пережила девушка у меня в регрессии, то восхитительное чувство узнавания на уровне души. И, конечно, я очень жду и надеюсь, что эти души узнают друг друга в этой жизни.

Шотландия, XIX век. Изабель едва исполнилось 13, но ей уже пришлось пережить страшную трагедию — ее дом подожгли и в этом пожаре погибли ее родители. Ее приютил дядя, приходящийся ей дальним родственником. Это был обеспеченный человек, владелец замка, с которым было хорошо и спокойно, девушка чувствовала себя с ним в полной безопасности. И полюбила его без оглядки.

…

— Как вы к нему относитесь?

— Хорошо.

— А почему слезы?

— От счастья, наверное. Была свадьба красивая, возле реки.

…

Вскоре у них родилась первая дочь. В этом браке было много детей и любимый муж был рядом до последнего момента, когда Изабель скончалась от болезни.

…

— С каким чувством вы уходите из той жизни?

— С благодарностью, хорошее ощущение, что сделала все, дети такие добрые, я довольна детьми, довольна мужем, он такой хороший.

…

В то же время, в этой жизни было чувство вины перед одной женщиной, которое нам предоставилась возможность осознать и исцелить. А ведь это часть энергии, которую мы забрали из прошлого в настоящее.

Стали понятны и еще некоторые параллели, пересекающиеся в той и в этой жизнях и прояснились качества, которые надо наработать.

В завершение мы получили напутствие от той девушки из прошлого, ответы наставника на все дополнительные вопросы, касающиеся личной жизни и профессиональной деятельности, а также ценный ресурс от него в подарок.

**БЕЗ СТРАХА И УПРЕКА**

Страхи есть в каждом из нас в той или иной степени. Вопрос, насколько они мешают жить, чтобы начать с ними работать.

В этот раз мы отправились назад по линии времени текущей жизни, затем, пройдя внутриутробный период, побывали в зале планирования текущего воплощения. Очень много о себе можно узнать, кстати, когда понимаешь, для чего сюда пришел и берешь ответственность на себя. Сразу много вопросов отпадает.

Но у нас был конкретный запрос — страх осуждения. И, спускаясь по лестнице времени, все дальше и глубже в самые первые воспоминания, мы нашли этот страх, чужой страх, который маленькая девочка приняла на себя, еще будучи в утробе матери и который тяжелым грузом несла всю свою жизнь, как и некоторые другие деструктивные программы.

Регрессии по текущей жизни я здесь не выкладываю, это слишком личное, но стараюсь поделиться информацией, которая будет полезна всем, ведь многие даже не задумываются об этом.

Дети очень чувствительны к эмоциям взрослых, даже если они думают, что они еще маленькие и ничего не понимают.

…

— 2 года.

— Как это происходило?

— Неприятно было, что мама с папой ругались, оттягивала на себя их эмоции отрицательные. Потому что я понимала, что я с ними справлюсь, а они с ними не справятся.

…

Ребенок в утробе матери все слышит и понимает, а иной раз и принимает эмоции мамы за свои.

Родителей мы выбираем сами для решения поставленных перед нами конкретных задач.

Что еще мы узнали в этой сессии:

Сколько процентов энергии используется сейчас и как увеличить это число.

Почему выбрано именно это тело, какие у него ресурсы и ограничения.

Какие качества должна наработать душа в текущей жизни.

Ну вот, собственно, и все, что я могу сказать о сессии по текущей жизни, не нарушая конфиденциальности. Да, еще была очень трогательная встреча с предыдущим воплощением, рыцарем, которой поделился своим опытом и передал ценное напутствие из прошлого.

Наблюдаем, как распаковывается этот опыт, жду обратную связь и благодарю за доверие. Это бесконечно ценно для меня.

**СРЕДЬ ШУМНОГО БАЛА**

— Я хочу сказать, что я еще вернусь, я обязательно еще вернусь и сделаю все, что я еще не сделала…

Конец XIX — начало XX века, Российская империя. Анастасия, красивая молодая девушка, знакомится на балу с человеком, с которым впоследствии свяжет свою судьбу.

…

— Этот стук каблуков по полу паркетному, все танцуют и я понимаю, что мне нравится этот человек, хороший человек рядом со мной, мне с ним комфортно, мы общаемся. Но мы как будто познакомились недавно, он у меня что-то спрашивает, так легко идет разговор, я ему что-то отвечаю.

…

Это был крепкий, но тягостный союз. В браке родились двое детей, мальчик и девочка.

…

— Что нам важно знать про этот день вашей прошлой жизни?

— Важно знать, что я была счастлива в этот день и вообще, я была счастлива в этой жизни.

…

Но молодую маму не сильно прельщает перспектива быть домохозяйкой, она стремится к общественной жизни, много читает, пишет, ходит в салоны, где проводятся чтения и декламируют стихи.

Мужу это активно не нравится и он не скрывает своего недовольства. Тем не менее, стремление реализоваться в жизни сильнее. Постепенно дом, наполненный детским смехом, пустеет. Мужа нет, с дочерью случилось несчастье, сын уехал. В большом особняке она однажды перестает топить камин и замерзает, мечтая в последний раз увидеть и обнять сына. Но рядом никого, кроме собаки.

Вывод, который вынесли из той жизни: важно следовать своим стремлениям, но при этом не пренебрегать мнением близких.

Мой личный вывод после сессии: надо учиться ценить каждый момент, потому что очень горько потом осознать, что счастье — было, в прошедшем времени.

В той жизни мы нашли кармические связи с теми, кто рядом в этом воплощении, простили и отпустили тех, кого важно было простить и исцелили душевные раны, которые проявлялись смутными ощущениями в настоящем.

Наставники, их было двое, ответили на вопросы и вручили дар, символика которого мне была не раскрыта, но я в таких случаях не настаиваю, главное, что для клиента все стало на свои места. Значит, она больше не будет тратить энергию на догадки и предположения, а будет двигаться дальше более осознанно, а значит мы снова выиграли время.

**Я ТЕБЯ ОТВОЮЮ У ВСЕХ ЗЕМЕЛЬ, У ВСЕХ НЕБЕС…**

Запрос: научиться доверять партнеру, перестать контролировать. Смотрим, в каких жизнях эти души уже встречались.

XVIII век. Российская глубинка, внучка живет у деда в маленьком домике. Характер ее веселый, но норовистый, за что иной раз дед ей выговаривает. Когда он ругается, в груди — знакомое ощущение, все сжимается, точь-в-точь как во время ссор с мужем.

Однажды девочка заигралась и припоздала домой. Когда она подходила к избушке, уже стемнело и она видела, как в окне мерцал огонек лучины. Ох, попадет от деда — мелькнула мысль и она заглянула в окошко. Из глубины дома ее встретил свирепый взгляд деда, который так ее напугал, что она убежала без оглядки, а вернулась лишь много лет спустя, когда деда уже не было в живых.

Увидев эту ситуацию со стороны, выяснилось, что дед в неспокойные времена прятал под рубаху икону и не сразу признал внучку, увидев ее в окне, испугался, что за ним пришли, поэтому и лицо девочке показалось таким страшным. Внучку он очень любил и всю оставшуюся жизнь сокрушался о своей потере. Так пришло осознание, что в тот раз души не поняли друг друга и нестерпимо захотелось обнять и попросить прощения за то одиночество, причиненное в далеком прошлом.

XIX век. Красивая невеста в подвенечном платье ждет жениха на венчание, а его все нет. В душе все переворачивается, такой клубок чувств, она так его любит, как он мог оставить ее! Больше они не встретились и она так и не узнала, что в тот день он погиб.

XX век. Мужское воплощение. Война, она — немецкий солдат, их много, они врываются в дом и в одной из комнат он видит мальчика. Что-то в глазах этого ребенка не дает его убить и солдат пытается его спасти. Он прячет его у окна и отводит своих товарищей подальше от этого места. Вскоре солдат погибает от выстрела в спину и в последние мгновения жизни вспоминает этого мальчика, не зная, удалось ли ему спастись.

Текущая жизнь: после сессии увиденное состыковалось с детским воспоминанием:

…Я иду на кружок, а мимо нас проходит мальчик со своей мамой, она ведет его из детского сада. Я увидела этого маленького мальчика, которого немец этот видел и я на него так посмотрела, как будто я его узнала. А теперь он вырос и я вышла за него замуж…

**ИСКУССТВО ЛАТАТЬ ДУШИ**

У каждой проблемы есть свое прошлое. В этот раз мы шли за предназначением, но параллельно удалось найти корни нескольких проблем, с которыми мы даже не планировали работать сегодня.

Ирландия, XIII век. Молодая девушка стала случайным свидетелем расправы над ее семьей напавшими на деревню разбойниками. Эмоции были настолько болезненными, что она не позволила себе их чувствовать, замуровав в своей душе на много веков. Выяснили, что в этом причина ее эмоциональной отстраненности в этой жизни.

…

— У меня был ужас, слезы и шок, я в ступор какой-то впала. Сейчас начинаю немножко чувствовать эти эмоции, чуть-чуть освобождается эта боль.

…

Медленно и аккуратно распаковывали застрявшие чувства, чтобы выпустить энергию, оставшуюся в прошлом.

Средневековая Прага.

Работник кожевенной мастерской с любовью и гордостью занимается своим делом, параллельно проклиная на чем свет стоит дождливую погоду. Мастер обладал отличным глазомером и интуицией.

…

— Я очень собой гордился, потому что я мог вообще без рисунка сразу отрезать нужный кусок кожи.

…

Точно зная, какой предмет, какой формы и размера необходим клиенту, он не только помогал обзавестись необходимым элементом гардероба, но восполнял и энергетический ресурс человека, который после приобретения чувствовал себя целостным. Это был дар, которым мастер умел управлять.

Мы интегрировали эту способность в настоящее моей клиентки.

Следующее воплощение — не совсем во плоти. По описанию, это был воин света, один из великого множества невидимых глазом существ из параллельной реальности.

…

Умирая, я вижу эту картину, я видела ее в детстве, что я умираю от того, что в меня летят огненные стрелы и последняя картина, что приходит Бог светлый, весь в белом и у меня обида на то, что Он раньше не пришел и позволил этому происходить.

…

В той битве были получены ранения, которые давали о себе знать проблемами со здоровьем именно в тех местах, куда попали стрелы. Тогда душа была на грани дефрагментации, но высшим силам удалось ее спасти.

Затем душе требовалось много времени на восстановление, но это было так долго и скучно, что она воплотилась раньше времени, не долечив старые раны.

Мы попросили наставников завершить эту работу, отпустили обиды и осознали уроки, которые нужно было пройти.

Затем наставники объяснили и показали, как использовать знания и где применить навыки, полученные в прошлом, для реализации своего потенциала и раскрыли задачи души.

Лишь один момент вызывал недоумение — в этой жизни девушка не может видеть иголки, они вызывают сильную резь в глазах, а когда-то работала с материалом.

Тогда ей показали одно из воплощений, где она была правителем, которому выкололи глаза двумя острыми блестящими копьями, похожими на огромные иглы. И эту травму души нам тоже позволили исцелить.

Напоследок наставники передали ценный дар, который поможет выполнить поставленные на текущую жизнь задачи.

Работа была проделана огромная, не уместить в один пост 35 страниц текста. Наблюдаем.

**Я НЕ ХОЧУ ТЕБЯ БОЛЬШЕ ТЕРЯТЬ**

Бывает ощущение, что знаешь человека сто лет и ведь это не преувеличение, потому что души могут встречаться на протяжении многих столетий, в разных ролях и декорациях, помогая друг другу прорабатывать свои уроки.

Этот запрос касался не самой близкой родственницы, но к ней была необъяснимая привязанность, корни которой мы пошли искать в прошлых воплощениях.

Все началось в Восточной Европе, задолго до наших дней, точная датировка не установлена. Девочка, месяцев 5—6 от роду, лежала на телеге одна, ее мама скончалась при родах. Она выросла с приемной матерью (которая в эту жизнь пришла как ее дочь), отцом (в этой жизни очень напоминает мужа), братьями и сестрами. А тянущее ощущение тоски по родной матери осталось.

Затем души встретились, будучи кузинами, им было легко и весело вместе. Счастливые воспоминания, как они готовили на веранде дома, были очень яркими.

После — начало XX века, похороны близкой подруги, которой было дано обещание присмотреть за ее сыном. По дороге с кладбища, женщину сбил грузовик. Сожаление, что не сдержала слово.

И вдруг — бой на Курской дуге. Молодой солдат, Сергей Федотов.

…

— Бегу с винтовкой в руках, наверное, я все-таки мужчина, да, мужчина. В этой кепке с красной звездой, похоже, рука забинтована у меня. Кругом все рвется, такие телеги, люди, перемешано все — земля, воздух, все такое страшное, но страха нет.

…

— Какая ваша последняя мысль?

— Последняя мысль, как ни странно, за Родину, какое-то все патриотическое, никакого сожаления, никакой грусти, ничего вообще.

…

В последнем воплощении не было той кармической связи, но мудрое подсознание знает, куда важно вывести. Оказывается, в этой жизни был сильный страх смерти и благодаря просмотру той жизни, он уже во время сессии существенно снизился.

Затем мы посетили наставника, проанализировали с ним эти жизни и получили ответы на другие насущные вопросы, не касающиеся основной темы сессии.

Та привязанность, которая была к родственнице, объяснялась сильными эмоциональными связями в прошлом. Посмотрев на эти отношения в масштабе памяти души, пришло понимание, почему так происходит и что сделать, чтобы прошлое не мешало настоящему.

**СИЛА СЛОВА**

Отношения детей и родителей, как и любые другие отношения, не случайны. Люди приходят в нашу жизнь, чтобы мы могли проработать определенные уроки и наработать недостающие качества. И чем ближе человек, тем сложнее уроки. Труднее всего бывает детям. От супруга можно уйти, от детей можно уйти, а от родителей ребенку никуда не деться.

Но у нас, взрослых, благодаря регрессионной терапии, есть возможность осознать не только, для чего мы выбрали именно этих родителей, но и в каких воплощениях мы с ними уже встречались.

Именно таким и был запрос на этот раз, мы искали кармические связи с отцом, которые помогли бы исцелить эти отношения в настоящем.

…

— Я вижу стол, не вижу человека, я вижу руку на столе и я вонзаю нож в запястье на руке. Как будто пристегнула…

Какие ощущения вы испытываете в этот момент?

— Ненависть.

…

Тогда он тоже был отцом, невменяемым, сильно пьющим отцом, а моя клиентка — его сыном. Пока сын был в отъезде, отец продал его детей, своих внуков. Именно тогда сын приехал к нему с ножом, но убивать не стал.

…

— В голове «клянусь», но я не понимаю, что ему обещала.

— И туман рассеивается, и эта фраза, которая стала определяющей на многие времена вперед — она проявляется перед вами. Какая клятва была произнесена в тот момент?

— Я никогда тебя не прощу.

…

Тут я просто очень прошу задуматься о силе слова. Таких историй у меня уже набралось немало. Слова, приправленные сильными эмоциями — это очень мощная энергия, а для нее не существует пространства и времени. Недаром люди всегда опасались проклятья. Но не менее страшны клятвы, обеты, обещания, в вечной ненависти или вечной любви, отречения от чего-либо, к примеру, никогда не вступать в брак, не иметь дело с деньгами, не иметь детей итд. Последствия таких опрометчивых фраз, сказанных много веков назад “ в сердцах» мы разгребаем здесь и сейчас.

Та история закончилась хорошо. Своих детей мужчина выкупил на ярмарке. Отца удалось простить. Параллельно смогли найти причины определенных убеждений и черт личности, свойственных девушке. Исцелив отношения между этими душами, сняли тяжелый груз и высвободили огромный заряд энергии. Идеи, куда ее направить, тоже есть.

**ДО ПОСЛЕДНЕГО ВЗДОХА**

— Во что Вы одеты?

— На мне теплые вещи. Какая то бесформенная куртка или что-то наподобие, не могу описать, но что-то очень большое и тяжелое. Она мне не по размеру. Большие рукава и она очень тяжелая. Теплое платье. Я ощущаю что посередине платья до самого его низа много пуговиц.

— Во что вы обуты?

— Галоши. Они грязные.

…

Эта история началась с того, что моя коллега обратилась ко мне с предложением поисследовать одну из жизней, которую она увидела во время групповой регрессии. Есть в нашем институте такая практика, которую проводят только опытные специалисты, члены Ассоциации регрессологов России. Она помогает тем, кто ни разу не был на регрессии, почувствовать, что это такое и наработать трансовый навык. Но про нее лучше писать отдельно.

Так вот, моя коллега во время этой практики увидела жизнь девушки, которая погибла во время допроса фашистами и пришла информация, как ее зовут — Ульяна Громова.

Стоит отметить, что коллега не была знакома с этой исторической фигурой, всю жизнь она не могла смотреть фильмы и читать книги о войне, они причиняли ей сильную душевную боль. Открыв интернет, она выяснила, что этой девушке было присвоено звание Героя Советского Союза посмертно и обратилась ко мне.

Целью нашей работы было не только попробовать выяснить больше деталей о жизни этой исторической личности, но и понять, почему та жизнь представилась по запросу как ресурсная, какой в этой короткой, страшной жизни был заключен ресурс.

Меня это предложение, конечно, заинтересовало, к тому же сильно озадачило явное портретное сходство между девушками.

Мы провели две сессии, первую из которых не завершили до конца, поскольку моя коллега устала физически. Замечу, что она по типу восприятия кинестетик и воспоминания в трансе приходили сначала на телесном уровне, а уже после раскрывались в информацию.

Те эпизоды, которые возвращались из памяти во время нашей работы, едва ли заинтересуют историков, возможно — биографов, но они бесконечно ценны для развития души.

Жизнь, которая оборвалась в 19 лет после многочисленных пыток на вдохе, когда пуля попала в грудь — началась вновь с первого вдоха уже в текущем воплощении. И пришло осознание, что для души это — мгновение, как и та предыдущая жизнь, хотя ей она тогда казалась вечностью.

Несмотря на весь ужас тех испытаний, мы нашли ресурс в той жизни — она любила жизнь и умела ценить каждый ее миг. Она всегда писала дневники, делала заметки о том, как прошел день. Много читала и часто представляла себя на месте литературных героев. Даже животным, за которыми она ухаживала во дворе, она, играючи, давала роли, величая их по имени-отчеству.

Любовь проявлялась во всем ее существе — как она относилась к соседским детям, одному парнишке она спасла жизнь, вырвав его фамилию из какого-то черного списка — и мы узнали, кем он ей приходится в этой жизни. А когда она полола капусту — как она была счастлива — вы не представляете, как она радовалась красоте этой капусты, как бережно убирала с нее гусениц, перенося их на берег реки, чтобы однажды из них появились бабочки.

…Ей нравится это делать. Она такая счастливая, когда полет капусту, Господи! (плачет) Казалось бы, просто полит капусту, а такая счастливая…

Мы видели, как ее принимали в комсомол, сколько в этом было решительности, как она почувствовала, что стала взрослее. Как танцевала с братом в последний раз, провожая его на фронт, как она, уже в составе знаменитой Молодой гвардии, встречалась тайком со своими товарищами, выполняя очередное задание организации.

И мы видели тот страшный день, вернее ночь. Когда ее заставляли подписать признание. Мы видели, как она спасалась от невыносимой физической боли воспоминаниями о маме, о детстве, о самых радостных моментах, которые были в жизни. Ее тело было в руках врага, но сознанием она была далеко и когда пуля запечатала последний вдох в ее груди, душа так же быстро взметнулась вверх, в пространство ее истинного дома.

Там с трудом, но удалось избавиться от чувства несправедливости и злости на себя, когда стало понятно, что эта жизнь была ее выбором.

Это был недостающий элемент в узоре души, чтобы научиться состраданию. Важно было простить себя за этот жестокий опыт и осознать, как действовать в текущей жизни. И все это наставник объяснил моей коллеге, когда мы анализировали ту жизнь в пространстве между жизнями. И дал совет, который стоит применить в этом воплощении. Но эта информация уже конфиденциальна.

— Я ему говорю: эх, скучная жизнь, в прошлый раз и то интересней была. А он говорит: пару секунд назад ты так не считала.

**ПЕПЕЛ ПРОШЛОЙ ЖИЗНИ**

С теми, кто приходит в нашу жизнь, а особенно, с теми, кто остается в ней надолго, мы знакомы задолго до нашего рождения. Прежде всего это ближний круг — родители, партнеры, дети. Это так называемые кармические связи, о них есть пост ниже.

Когда человек работает над отношениями и хочет увидеть их со стороны, чтобы осознать — почему мы встретились в этой жизни, какие уроки должны пройти — благодаря регрессионной терапии он может найти ответы на эти вопросы в глубинной памяти своей души.

Запрос: кармические связи с мужем. Ищем. Чувствуется сопротивление, напряжение, страх увидеть какой-то треш. Но наше подсознание очень мудрое, оно дозированно выдает информацию, ровно столько и такую, которую мы готовы сейчас воспринять и переварить.

Поволжье, XVI век.

Счастливая, крепкая семья — папа, мама и дочка. Она обожает своего папу — такой красивый, сильный, все умеет. В небольшой деревне им все завидуют — и любовь между ними, и глава семьи непьющий, работящий, такой чудный терем построил — резные окна, колонны, крыльцо.

Как-то раз отправились они в гости в соседнюю деревню, погрузили на телегу вещи, да поехали. А в ночь была гроза и прислали за ними сообщить, что дом их необыкновенный сгорел. Будто померкло все разом для отца семейства. Стали они жить у соседки и строить новый дом. Да только не было уже того задора, что-то сгорело в душе у него вместе с тем домом. Соседка была баба назойливая и болтливая и не упустила возможности переманить чужого мужа.

Когда жена все поняла, молча утром собрала вещи и отправилась с дочкой в соседнюю деревню. А муж ее менялся на глазах — осунулся, пить начал, и к ним не приезжал, стыдно было. Высылал только игрушки дочке, а на глаза показаться не мог.

Она же ждала его каждый день, мечтала, как станет он прежним и заживут они снова вместе счастливо. Ни в чем его не винила, просто ждала, когда он приедет.

Шли годы, мать выдала дочь замуж за человека достойного, но самое большое место в ее сердце по-прежнему занимал отец. Однажды, когда она играла на крыльце с маленьким сыном, к воротам подъехала телега старика-соседа и из нее вышел тот, кого она так ждала.

Ничего не сказали они друг другу, просто понятно все было, она любила его, когда он был сильным и так же любила, когда он был слабым. Это была безусловная любовь.

С тех пор он стал жить с ними, возился с внуками.

Как-то раз пришлось женщине пойти в лес по грибы, пока муж был в отъезде на заработках. Сильный шорох в кустах так ее напугал, что она бросилась прочь, не разбирая дороги, забыв про болото неподалеку.

…

— Нет, меня не нашли, но они поняли, что я утопла, они видели мои вещи и поняли, куда я побежала. Муж очень горевал, но они справились, у них все хорошо.

…

Долго еще душа металась, не в силах справиться с отчаянием, что пришлось оставить детей. Но потом, поднявшись выше, смогла осознать уроки, которые были даны на ту жизнь и какие из них приходится проходить по сей день.

В той жизни связь между дочерью и отцом была очень крепкой, явно это не первое их совместное воплощение. Ну а пока полученной информации и советов наставника оказалось достаточно, чтобы что-то переосмыслить в нынешних отношениях, где у них другие роли, но история этих душ еще не дописана.

**ВРЕМЯ ДЕЙСТВОВАТЬ**

Время. Наш самый ценный и невосполнимый ресурс. В условиях современной реальности нужно учиться принимать самые разные решения молниеносно. И так не хочется ошибиться, отклониться от того внутреннего вектора, по которому идет душа к реализации своего предназначения.

И вот вроде бы человек чувствует, что он на своем месте, но сомневается и не хватает уверенности, чтобы идти вперед. Сколько времени и энергии тратится впустую на эти сомнения. Идем в глубинную память души за ответами и ресурсами на достижение поставленных целей.

Англия, XIX век. Крупный предприниматель в области фармацевтической промышленности, прославившийся изобретением целебных мазей — личность волевая и решительная. Он любит свое дело и знает, что оно приносит пользу людям. Его жизнь — череда бесконечных деловых переговоров, в которой времени на семью и себя практически не остается. Основные качества — умение быстро принимать решения, налаживать коммуникацию, безошибочно определять выгодные предложения. В редкие свободные минуты он предпочитал играть в гольф.

В возрасте примерно 50-ти лет, Ричард — так звали этого человека, выгодно продает свою компанию, чувствуя, однако, сожаление, когда расстается с делом всей своей жизни. Он понимал, что так надо, что всему свое время.

…

— Что изменилось в характере за эти годы, что вы поняли?

— То, что нужно распределять правильно ресурс, то, что можно делать, не надо сильно себя всего посвящать, надо отдыхать успевать, потому что здоровье страдает, плохое самочувствие.

…

Его приоритеты сменились в сторону семьи и своего здоровья. Овдовев, он встретил другую женщину и был счастлив в своей реализации, как личной, так и профессиональной. Жизнь, по его мнению, удалась.

Умер около 70-ти лет по иронии судьбы от той болезни, от которой изобрел лекарство, ему оно не смогло помочь.

В завершение мы интегрировали качества, уже заархивированные в этой душе, в настоящее, после чего обратились к наставнику, который ответил на вопросы и позволил приоткрыть завесу будущего в его максимальной реализации, а также дал ценные рекомендации, как достичь поставленных задач:

— Как избавиться от страхов и поверить в себя?

— Делать просто много, постоянно нужно, не отрицать. Поверить, увидеть результат, знать, как в кино бывает, какой будет итог и уверенно к нему идти, зная, что он будет в любом случае.

**ТРУДНО БЫТЬ ЧЕЛОВЕКОМ**

Первое в моей практике внеземное воплощение. До этого только у коллег читала. Работали с запросом про личную жизнь, причем в приоритете стоял не поиск родной души, а, скорее, взаимовыгодное сотрудничество, где каждый будет развиваться в своей профессии, не ограничивая интересы другого.

Другая планета, другая галактика. Я не сильна в космических расстояниях, но это где-то чертовски далеко. Атмосфера напоминает земную, но цивилизация по уровню развития сильно опережает нашу. Молодая женщина, она назвалась Артемис, была верховной жрицей храма, который очень отличается от храма в земном понимании. Как по форме, так и по содержанию.

…

— Какой формы это сооружение?

— Оно круглое, но у него много углов, такие выступы треугольные, как иглы.

— Какого оно цвета?

— Белое, серебряное.

— А что за пространство вокруг него?

— Оно настолько большое, сооружение, что здесь нет больше ничего, оно заполняет собой все пространство.

…

По своей сути этот храм скорее был лабораторией, в которой стояла установка, создающая некое магнитное поле, позволяющее налаживать контакт с существами тонкого плана.

У Артемис был муж, в нашем понимании — архитектор, и дочь. Но она ушла из семьи, поскольку первое место в ее мировоззрении занимала идея совершенствования мира, повышения духовного уровня его жителей, через общение с силами, которые им управляют. Муж, по ее мнению, просто потакал потребительскому взгляду людей на вещи и был далек от высоких идей.

Но произошла катастрофа — установка, которая была в храме, взорвалась. Спаслись только шестеро, которым удалось покинуть атмосферу этой планеты и попасть на Землю.

Это начало XX века по нашим меркам. Саудовская Аравия. Артемис и ее товарищи постепенно приспосабливались к земной жизни. Особенностью представителей их цивилизации было умение трансформировать свою внешность, поэтому они приняли земной облик и не вызывали подозрений. Артемис взяла себе имя Фатима и занималась тем, что умела лучше всего — давать советы и исцелять. Пришельцы смогли воссоздать на Земле то же магнитное поле, которое было на их планете и свои целительские способности Фатима черпала оттуда. Люди же считали, что она просто лечит руками.

Чаще других за советом к ней стал приходить человек, который собирался сделать карьеру при дворе и был неравнодушен к красивой женщине. Она благосклонно приняла его чувства и, хотя ответных он в ней не вызывал, до конца дней была ему верным советником и матерью его сыновей.

…

— Мне пришлось прекратить мою собственную деятельность с магнитами и так далее, но человек сам был готов менять мир и, хотя мне этого не хватало, я сублимировалась в то, что делал он, мне этого было достаточно.

…

Она оставила идею совершенствования мира и все силы положила на то, чтобы поспособствовать достижению мужем политических высот. Было время, когда им пришлось покинуть место жительства и довольно долго скитаться, опасаясь за свою жизнь, из-за политических разногласий супруга с местным правителем.

Тем не менее, благодаря Фатиме, ее муж занял очень высокий пост, поскольку она не потеряла навыки получать нужную информацию из пространства.

Эта способность есть у девушки, пришедшей на регрессию, и сегодня. Теперь она вспомнила, как ей управлять.

Умерла Фатима легко и без сожаления, во сне, в возрасте около 60-ти лет. Всю жизнь она занималась потоками энергии, а ушла, когда открылся новый поток энергии, только другого качества — нефть. Муж в это время вел важные переговоры с англичанами.

В этих отношениях у нее не было сильных чувств к супругу, больше чувство гордости и удовлетворение от того, что благодаря ей он добился высокого положения.

Для развития души в той жизни нужно было научиться любить и, хотя она пользовалась уважением, что редкость для женщины в той культуре, полюбить своего мужа так и не смогла.

Пришла информация, чем занимается ее муж из прошлого в этой жизни и какие кармические задачи им предстоит решить.

От прошлого воплощения девушка получила ценное напутствие, затем мы обратились к наставнику, который подтвердил, что она идет в верном направлении и вопросов после просмотренной жизни уже не осталось.

**ВЫБОР ЕСТЬ ВСЕГДА**

— На что вы живете, как вы зарабатываете себе на жизнь?

— Я ведьма.

…

Ирландия, XII век. Нападение на небольшую деревушку, после которого немногочисленных оставшихся в живых увезли. Огонь, крики, стоны. Только маленькая девочка, спрятавшись за колесом телеги, избежала тяжелой участи. Ей были уготованы свои испытания. Чтобы выжить, ей пришлось учиться у природы, искать съедобные коренья и травы. Она построила себе шалаш из палок в ущелье, бывшим когда-то руслом реки и жила в полном уединении. Элика, так ее звали, предпочитала общение с животными обществу людей, которым она не доверяла. Люди ее побаивались, но неизменно приходили за помощью.

Запросы были разные — сделать приворот, избавиться от плода, исцелить раны, она могла выбирать, за что браться, иногда отказывала.

Но и укрывшись от мира, она встретила человека, который был ей предназначен. Это был охотник, он приносил ей свою добычу, рассчитывая на взаимность с ее стороны. Но слишком сильно было опасение, которое она чувствовала к людям и ведунья не приняла ухаживания мужчины. Вскоре после этого он был убит. Она видела его будущее и не хотела остаться без поддержки с детьми в этом безлюдном уголке. Но она не знала, как изменилась бы его судьба, если бы они были вместе. Она узнала об этом, лишь покинув тело.

Когда Элика умерла, никто не хоронил ее, никто не осмелился тревожить останки ведьмы.

…

— эта хижина со временем сложилась и стала таким склепом. Потом, через много времени какие-то люди положили по кругу большие валуны вокруг того места.

…

Только одна близкая душа сожалела об ее уходе — олененок, которого она когда-то подобрала раненым и выходила. Выяснилось, что и в этой жизни его душа рядом.

В пространстве между жизнями стали понятны параллели между той практикой, которую женщина вела в прошлом и проблемами в настоящем, а также выяснилось, что душа того мужчины по сей день таит обиду, мешая построить личную жизнь. Тогда важно было научиться доверию. Это актуально и сегодня.

Затем мы обратились к наставнику с вопросами и один из ответов важно осознать всем нам:

…

— Как уметь радоваться и чувствовать безопасность?

— Просто выбирать это каждый раз.

**ПРАВО НА СЧАСТЬЕ**

Иногда лучший способ понять другого — оказаться в его шкуре.

Наши страхи редко берут свое начало в текущей жизни. В ней они только находят подтверждение в виде тех или иных ситуаций и закрепляются. Корни проблемы уходят глубоко в память души.

Запрос — недоверие к мужчинам.

Российская глубинка, XVIII век. Маленький Ваня живет с отчимом и мачехой, которые не любят его. Родную маму отчим избивал, так, что она заболела и умерла, а теперь бьет пасынка. Он бы давно сбежал, да жалко бабушку — единственного родного ему человека.

…

— Я люблю только бабушку свою, потому что эти мужчина и женщина хотят, чтобы я умер. Мужчина постоянно надо мной издевается, он бьет меня, говорит, чтобы я куда-то ушел, а мне некуда идти. Я маленький, соседи у нас бедные, никому я там не нужен. Если бабушка умрет, я не знаю, что со мной будет.

…

Когда бабушки не стало, мальчику было 7 лет. Отчим с мачехой уехали, оставив его на произвол судьбы. Он долго скитался по домам, пока одна семья не приютила его. Там приходилось много работать, чтобы не быть обузой, но на душе стало спокойно, никто над ним больше не издевался.

Парень вырос, женился, появились дети, в его семье царила любовь и гармония. Только недолго. Приезжему богатому господину очень приглянулась его жена и он не хотел мириться с тем, что она уже выбрала другого. Однажды он пришел в дом, когда Иван был в поле и, не приняв отказа, решил задушить женщину. Ребенка, который пытался защитить мать — отшвырнул в стену, об которую тот поранил голову.

Отец прибежал на крики детей, схватил мужчину и в ярости заколол его ножом, который висел у того на поясе.

…

— И я вижу, что меня осудили, руки связали сзади, за спиной, куда-то повели, куда-то увозят. Я больше никогда не видел ни жену свою, ни своих детей.

…

В темнице его забили до смерти стражники, он не сопротивлялся. Накануне Иван получил от любимой записку, в которой она писала, что всегда будет его любить.

Этот опыт встречи с жестокостью мужчин и собственной яростью, будучи в мужском теле и был первопричиной отношения к мужчинам в настоящем.

Самое сложное и самое важное в этом — простить, чтобы не тащить персонажей из прошлого в свою текущую жизнь для проработки старых обид.

**НЕБО РЯДОМ**

— Есть ли у вас еще вопросы к наставнику, которые вы сейчас хотели бы задать?

— Нет, просто хорошо знать, что он есть.

…

Иногда так важно почувствовать, что ты не один, что есть силы, которые берегут и направляют.

Эта история о грусти и радости, об одиночестве и свободе, о том, что важно ценить каждый момент и дорожить тем, что дано в этой жизни.

…

— Вижу какое-то поселение, деревянные домики, одета я в какую-то мешковину, простая грубая ткань. Даже церкви что ли, из дерева, купола вижу, кресты.

— Что вы чувствуете в этом месте?

— Какое-то одиночество…

Древняя Русь. Девочке было лет 7, когда пожар унес жизни родных. До этого — счастливая дружная семья, мама пекла блины в печи, были братья, сестры. Отец редко бывал дома, ратником был. Никого не осталось.

В храме она нашла утешение после долгих скитаний. А спустя несколько лет встретила человека, который увез ее в Италию и сделал своей женой. Человек был богат и влиятелен, а его супруга и там продолжила свое служение людям, используя свое положение, чтобы помогать тем, кто нуждался в помощи.

Флоренция, XIX век.

Свободная художница, она высоко ценила свою независимость, не нуждаясь в обществе. Много путешествует, дома много света, очень уютно. Чтобы проявить себя, ей хватает ее творчества, через которое она передает красоту этого мира.

Польша, XX век.

Одинокая старушка, умирает от холода и голода в полной нищете. Никто не стоит у ее креста.

Так, из жизни в жизнь, душа училась ценить то, что у нее есть, отдавать миру то, что может отдать и испытывать всю палитру одиночества. А в этой жизни просто пришло время все вспомнить, осознать, для чего были эти уроки и увидеть, что она никогда не была одинока.

…

— Как вы выросли духовно благодаря тем жизням?

— Ощущение, что всегда есть поддержка сверху, свет, это знание — оно не покидает.

**НЕПИСАНЫЙ ЗАКОН**

— Что еще нам важно знать об этом дне твоей прошлой жизни?

— Меня скоро повесят.

…

В какие бы условия ни ставила нас жизнь, у нас всегда есть выбор и принимая решение, важно слышать свое сердце.

Европа, конец XVII — начало XVIII века.

…

— Что ты умеешь делать лучше всего?

— Карманы чистить.

…

Однажды присягнув кодексу преступного мира, он уже не смог сойти с этого пути.

Молодой человек жил один в убогой избушке, родных не было. Промышлял мелкими кражами на базаре.

В один из таких «рабочих» дней, когда он шел на встречу с подельниками, он встретил девушку, от которой что-то перевернулось в душе. Их взгляды пересеклись, задержавшись чуть дольше, затем ее окликнул отец и она растворилась в толпе. Так родилась любовь без надежды на взаимность, слишком велико было социальное неравенство.

На той встрече с друзьями они обсуждали план ограбления богатого дома. Сколько бы он отдал за то, чтобы не пойти с ними, если бы знал заранее, что это ее дом!

Через несколько дней план был приведен в исполнение. Той ночью все шло гладко, пока в коридоре второго этажа он не встретил ее. У нее был выбор. Стоило ей закричать и все пропало. Но она промолчала, за что поплатилась жизнью.

Он не сразу ее убил. После ограбления он вернулся и заколол ее кинжалом, затем дождался стражников и сознался в убийстве и ограблении, не выдав подельников.

Таков был закон — никто не должен был их видеть. Но и жить он с этим не мог, убив человека, которого любил. Его бросили в тюрьму, затем повесили.

…

— Какая твоя последняя мысль?

— Скоро я с ней увижусь и извинюсь, объясню все, попробую объяснить.

…

Так в силу вступил другой неписаный закон — закон кармы, по которому мы должны проходить уроки до тех пор, пока не усвоим.

В этой жизни он сделал правильный выбор, выбрав ее. Прошлое осталось в прошлом. Теперь легче строить отношения дальше, когда клубок непрожитой боли и обид между этими душами распутан.

**ДАР УПРАВЛЯТЬ СЛОВОМ**

Эта история хорошо иллюстрирует, как важно внимательно относиться к словам. Неосторожно оброненные, или написанные, они могут повлечь за собой необратимые последствия. Европа, XVIII век. Детство будущего писателя прошло легко и беззаботно, в доме на берегу реки. Нередко его навещал друг, семья которого приезжала к ним погостить. Это были счастливые воспоминания, полные радости, доверия и ощущения, что еще вся жизнь впереди. Со временем ребята выросли, один посвятил себя художественной литературе, второй занимал высокое общественное положение, но дружба между ними сохранилась. У писателя была счастливая семья — жена и четверо детей. Они жили в большом доме и не заботились о деньгах. Утро начиналось с прогулки по лесу в сопровождении охотничьей собаки, затем — за любимым письменным столом, где всегда были готовы перо и бумага. Завершался день ужином с родными за большим обеденным столом.

…

— Есть ли еще какие-то навыки или таланты, которыми вы обладаете? — Ничего такого сверхъестественного, на лошади умею ездить, как все.

…

Иногда были выходы в свет, в один из которых и произошло поворотное событие в жизни героя. Это была опера, где литератор с супругой были в компании того самого друга детства, а ныне — видного чиновника. В вип-ложе был приготовлен роскошно накрытый стол, велась неторопливая беседа. В какой-то момент писатель не сдержался и отпустил насмешливую реплику в адрес товарища. Это положило конец хорошим отношениям.

…

— Я сказал что-то неправильно, он меня неправильно понял. Я люблю шутить, иногда это не очень хорошо получается, люди не понимают.

— Он затаил обиду на вас?

— Да.

— После этого вы общались?

— Нет.

…

Объясняться писатель не считал нужным, а спустя некоторое время в одном из его произведений бывший друг узнал себя в неприглядном виде и не смог этого простить. Используя служебное положение, движимый обидой и злобой, он отомстил за насмешку над ним.

Писатель закончил свои дни в тюрьме, сожалея о том, что неумение сдержать свой сарказм сломало и его жизнь, и его родных, которые остались одни.

Поднимаясь над только что завершившейся жизнью, пришло понимание, что все могло бы быть иначе, если бы не эгоистичное желание поставить себя выше другого и острый язык. Отношения можно и нужно было сохранить и очень важно в текущей жизни помнить об опыте, который так печально завершился.

Та жизнь проявилась как предостережение. В завершение мы отправились к наставнику, которому задали все интересующие вопросы. Наставник, это была женщина (у клиентов-мужчин это не редкость), дала исчерпывающие ответы. Один из вопросов был о том, почему клиенту уже четыре раза приходилось начинать все сначала в профессии. На это она ответила, что для того, чтобы больше не повторять этот сценарий, важно при принятии решений ставить в приоритет не финансовый вопрос, а интересы семьи.

Повторяющиеся сценарии в жизни — это уроки, которые мы проходим снова и снова. Здесь важно помнить о том, что пока мы действуем так, как привыкли, мы будем получать одни и те же результаты и попытаться понять — для чего мы попадаем в похожие ситуации, чему должны научиться. Это может касаться любой сферы жизни и проявляться в работе, отношениях, финансовой сфере и не только.

Чтобы выйти из круга, важно отследить этот сценарий и сменить тактику, чтобы не наступать на одни и те же грабли. Проблема в том, что не всегда удается это сделать на уровне сознания, а вот погружаясь глубже, в подсознание — можно четко увидеть все наши задачи и пути их решения.

**УСЛЫШАТЬ СВОЮ ДУШУ**

Время и пространство диктуют свой бешеный темп, в котором очень трудно расслышать голос своей души. Потому что он тихий, как признание в любви на фоне рыночного шума. Но если обратить внимание на сигналы, которые проявляются как мысль, или случайно услышанная фраза, или эмоция, оживляющая что-то неосознаваемое — стоит остановиться и прислушаться. Тогда ответы, которые мы ищем во внешнем мире, придут изнутри и станет легче и понятнее двигаться дальше. Эта жизнь прошла спокойно и тихо, но в ней оказался ресурс, которого так не хватает сейчас.

Шотландия, XVIII век.

Девушка жила в пригороде у моря, вместе с мамой и младшими братьями. Как и у большинства семей в тех краях, источником их дохода являлись ловля и продажа рыбы. Море было большой любовью, к нему можно было всегда обратиться, поделиться своими мыслями и наполниться его силой и спокойствием. Мамы не стало, когда девушке исполнилось 15. На ее попечении остались младшие братья.

Первое время дядя, мамин брат, немного помогал поддерживать материальное положение детей, потом забрал мальчишек к себе, а племянница осталась предоставлена самой себе. Ее не пугало одиночество. После того, как ее покинул самый близкий человек (родная душа, которая и в этой жизни была поддержкой и опорой) и заботы о братьях больше не лежали на ее плечах, она не ставила амбициозных целей, не пыталась устроить личную жизнь. Просто жила, никого не подпуская близко к своей душе. Она выполняла всю посильную работу, чтобы обеспечить себя — помогала соседям по хозяйству, рыбакам, собирала и продавала цветы. Цветы стали единственным, что наполняло жизнь яркими красками, и сегодня они могут приносить те эмоции, которые когда-то позволяли чувствовать себя счастливой.

Через несколько лет девушка перебралась в большой город по соседству, где, подрабатывая в учебном заведении, имела возможность слушать лекции, которые читали старые профессора. У нее не было конкретных предпочтений в какой-либо научной области, ей просто нравилось наполнять себя знаниями в самых различных сферах, будь то естественные науки или астрономия.

Как цветок, растет неторопливо и безмятежно, каждый день, под дождем и солнечным светом, она напитывалась этими знаниями, в бытовом плане довольствуясь самым необходимым. Не пытаясь чего-то достичь или применить свои знания, жила, как читала книгу, перелистывая годы своей жизни.

В этом воплощении ей представилась возможность самой создавать книги, при этом важно не забывать наполнять событиями самую главную из них. Когда мы переместились в ее последний день, увидели, что она так же тихо, как и жила, ушла из этого мира.

А дальше началась мистика и мое сознание отказывается собирать этот паззл. Увидев годы жизни и имя, моя регрессантка загуглила эту информацию. В ответ получила данные о писательнице XVIII века, книга которой имеет то же название, что и написанная ею в этой жизни. Видимо, это был знак, что она на верном пути.

Из того воплощения мы получили ресурсное состояние, которое будет восполнять силы в нужный момент и понимание, чем наполнять книгу своей жизни. Ну и осознание того факта, что есть силы, которые поддерживают и помогают — это очень важно. Мы редко в обычной жизни ощущаем их присутствие, иногда теряя веру и чувствуя себя очень одиноко. Но мы не бываем одни, наши наставники и проводники, как бы мы их ни называли, всегда рядом и только и ждут, когда мы к ним обратимся и сможем расслышать их совет.

**ВСЕ В ТВОИХ РУКАХ**

Многим сейчас сложно найти точку опоры, настроить ориентиры и почувствовать в себе силы двигаться вперед. Пытаться найти ответы в потоках противоречивой информации, поступающей отовсюду — это как спрашивать совета у каждого встречного. Все они будут субъективными и будут отражать реальность того, кто его дает, но не вашу. В итоге можно окончательно заблудиться и не найти свою дорогу. Фокус в том, что все ответы уже есть внутри нас, нужно только обратиться к своей мудрой внутренней части, к своему подсознанию. Что мы и делаем в регрессии.

Это была очень вдохновляющая жизнь, полная любви, гармонии и доверия к миру, которая, кроме прочего, помогла раскрыть и интегрировать в настоящее скрытые в памяти души таланты. Девушка жила в небольшой деревушке у моря, по ощущениям — Франция или Португалия, с родителями и младшими братьями.

Ее бабушка была сведущей в траволечении и с детства передавала внучке свои знания — где и в какое время собирать растения, как их заготавливать и какое воздействие они оказывают на организм. К бабушке ходило много народа за исцелением. После ее смерти внучка стала сама помогать людям.

Когда ей исполнилось 24, она вышла замуж за человека намного старше ее, но в их семье всегда царила любовь и взаимопонимание. Он был очень состоятельным и много средств их семья тратила на благотворительность. В том числе, ими была построена больница для детей.

Жизнь протекала легко и спокойно, супруга занималась живописью и йогой. Эти направления помогали выстраивать баланс внутри и восполнять энергию.

У них было двое детей и казалось, что эта идиллия будет длиться вечно. Однако, все закончилось довольно рано и внезапно. Непредвиденный шторм унес жизни всех членов семьи, вышедших на своем судне в море. Тем не менее, даже в такой драматичный момент в душе был штиль и принятие такой судьбы, ощущение, что так было запланировано.

…

— Какая твоя последняя мысль?

— Все будет хорошо.

— Что ты думаешь о той жизни, которую прожила?

— Достойная жизнь, там было много хорошего, теплого.

— Какие качества, ресурсы важно забрать из той жизни в твое настоящее?

— Умиротворение, способность гармонизировать свою жизнь и все вокруг. Мир, добро, все так плавно, спокойно.

— Хорошо. С каким чувством ты уходишь из той жизни?

— Благодарность.

…

Из прошлого мы забрали ресурсное состояние любви и веры в свои силы, способность исцелять и талант к живописи. В какой мере эти дары будут использоваться в текущей жизни — зависит уже от человека. Между тем, наставник дал конкретные рекомендации — чем заниматься в этой жизни, чтобы максимально реализовать свой потенциал и показал, как управлять своей энергией. Верю, что всем интегрированным навыкам обязательно найдется применение и все задуманное получится. Главное — теперь есть ориентир и необходимый энергетический ресурс на реализацию поставленных задач.

**СВЕТЛОЕ ПРОШЛОЕ**

Когда трудно прогнозировать ситуацию и от тебя мало что зависит, важно найти опору в себе, найти те качества, которые помогали когда-то и строить, и жить. Мы идем в память души, туда, где был ресурс уверенности в завтрашнем дне. Параллельно находим и интегрируем умение планировать и принимать решения, а также урок, который не был пройден тогда и перешел на текущее воплощение.

Ленинград, светлое советское детство, родители работают на заводе, брат-студент. Девочка Оля — прилежная ученица, она очень довольна собой, все хорошо, впереди целая жизнь.

…

— Как проходит ее самый обычный день?

— Идет в школу, мама утром дает бутерброд, молоко. Бежит с портфелем, косички светленькие, потом школа, возвращается с друзьями, школа рядом, недалеко от дома, много друзей во дворе. Бежит домой, всегда припрыгивает, активная девчонка. Хорошее детство.

…

Затем — юность и первая любовь.

Весна, сквер, на них плащи, но солнышко уже пригревает, они гуляют и строят планы на лето, легкость и радость в этом воспоминании. Они счастливы.

Следующий эпизод — они уже муж и жена, дочкам-близняшкам по 10 лет. Ощущение стабильности и уверенности в завтрашнем дне.

…

— Что нам важно знать про этот момент вашей прошлой жизни?

— Что она сама все выстроила. Она всегда знала, как надо делать, как будто такое внутреннее знание — какого парня надо было выбрать, где квартиру купить, как будто она всегда делает правильные шаги. Причем очень спокойно, просто строит свою жизнь.

…

Ушла она также легко и спокойно, в больнице, в возрасте 70-ти лет, в окружении детей и внуков.

…

— Что вы думаете о той жизни, которую прожили?

— Да все было хорошо, детей вырастила, муж никогда не подводил, просто время пришло такое, мое время.

…

В той жизни душа училась уверенности, умению планировать на шаг вперед, быть организованной. И у нее это получилось. Но был урок, который она не смогла усвоить тогда и продолжает проходить его в текущей жизни — принятие того факта, что не все от нее зависит. Ее это раздражало тогда и вводит в ступор теперь. Осознание этого урока поможет усвоить его быстрее и не тратить энергию впустую.

В процессе работы мы интегрировали счастливые, ресурсные моменты в текущую жизнь, забрали необходимые сейчас качества, получили ответы наставника и вдохновляющее резюме от него:

— Уважаемый наставник, есть ли что-то еще, что нам необходимо знать сегодня?

— Тучи развеются, будет солнце и будет по-прежнему счастье. Не надо унывать, ты здесь не для этого.

**АНГЕЛЫ НЕ УМЕЮТ ОБИЖАТЬСЯ**

Запрос: информация, которая нужна сегодня. Очень полезный запрос в состоянии неопределенности, когда штормит и трудно сделать следующий шаг. Обращаясь к опыту души и своему наставнику можно получить ответы на многие вопросы и найти ориентир, чтобы двигаться дальше.

Дания, XVII век.

Девушка из обеспеченной семьи, любящие родители, много братьев, сестер. Она вышла замуж за человека, который на всю жизнь стал ей опорой и поддержкой. Так сложилось, что у них не было детей. Во время родов ребенок не выжил, это стало поворотным событием в ее жизни, после которого женщина потеряла веру, закрылась от всех. Муж своей любовью и заботой вытащил ее, помог вернуться к жизни, заняться делом, которое стало ее смыслом. Он основал нечто вроде фонда помощи беспризорным детям и передал управление супруге. Но даже тогда ее душа была закрыта для эмоций, она выполняла свои задачи, но травма прошлого не смогла полностью вернуть ее к жизни.

Уходила она с чувством усталости в возрасте 60-ти лет, сделав так много для других, но так и не разрешив себе жить. Поднявшись в пространство между жизнями, увидели, какая разительная перемена произошла в женщине, которая изначально была легкой и радостной, а затем заблокировала в себе все чувства.

Тот опыт был дан для того, чтобы стать сильнее, не сломаться и делать что-то полезное для других. А также, чтобы почувствовать поддержку близких, научиться ценить ее. В этой жизни важно не закрываться, не опускать руки, ведь впереди еще много светлых моментов.

Обратились к наставнику за вопросами, пояснил, какие шаги стоит предпринять сейчас, а где лучше не проявлять инициативу. И напомнил, что те, кто нас берегут, всегда рядом:

…

— Уважаемый наставник, есть ли что-то еще, что нам необходимо знать сегодня?

— Он говорит, что он никуда и не уходил. Какое-то внутреннее ощущение, что я перестаю слышать его, иногда не слышу. Он говорит, что ангелы не умеют обижаться. Он постоянно рядом, просто чтобы более самостоятельная стала, не всегда ему нужно показываться, что ты все умеешь.

**МАРШРУТ ПОСТРОЕН**

Когда мы отдаем пульт управления бессознательному, отправляясь в регрессию без конкретного запроса, то получаем всегда много актуальной информации из прошлого нашей души. Я рекомендую этот вариант, когда трудно определиться с запросом, кажется, что много проблем накопилось в разных сферах жизни и непонятно, какую решать в первую очередь. Душа знает, что нужно здесь и сейчас и всегда подскажет верный путь.

Сначала перед нами раскрылась жизнь богатой наследницы восточного правителя, которая была красива по определению и при этом добра, умна и притягивала к себе людей. Жизнь была легкой и беззаботной, тогда эта душа любила жизнь и сейчас особенно важно было почувствовать, что эти качества никуда не делись, они просто заархивированы в глубинной памяти. То самоощущение, то ресурсное состояние важно было достать именно сейчас, ведь ни один человек не приходит в регрессию случайно и всегда вовремя.

На контрасте с этой безоблачной жизнью, мы увидели эпизод, где девушка остается в полном одиночестве после землетрясения. Будто она уезжала из города, а вернувшись, нашла одни руины.

…

— Ужасное ощущение, опустошение, непонятно что делать, страшно, некуда идти, не к кому, нет вокруг ничего — ни средств передвижения, ни еды, только этот какой-то полувысушенный ручей — и больше ничего нет. То чувство, которое по жизни меня сопровождает — мне все время страшно. Если я куда-то иду через страх — то получается, но прежде чем я куда-то иду — мне все время страшно, страшно, что я не туда пойду, а вдруг не получится.

…

Память души хранит множество самых разных сюжетов, многие из которых так или иначе продолжают оказывать на нас влияние. В данном случае, страх неудачи тянется корнями из далекого прошлого, где однажды пришлось все потерять. Убрали специальными техниками это состояние, теперь ничего не остановит двигаться вперед и осуществлять свои планы.

Затем нам показали жизнь бабушки-целительницы и объяснили, каким даром она обладала и как его можно применять в текущей жизни.

…

— Сколько вам лет по ощущениям?

— Мне кажется, мне больше ста. Я такая добрая, светлая бабушка. Много людей.

— Что вы думаете о той жизни, которую прожили?

— Ой, я хорошую жизнь прожила, я почему-то умираю в любви. И они как-то не скорбят, они говорят, что ты вернешься, эти люди.

…

Затем нам показали наиболее вероятное развитие событий будущего, что странно — обычно без намерения в грядущие событий мы не попадаем. Но тут были даны уж очень подробные инструкции к дальнейшим действиям, потому что человек был к этому готов. Все эти эпизоды развернулись, чтобы восполнить энергию, которой сейчас не хватает, чтобы двигаться вперед, вернуть веру в себя и интегрировать таланты и способности из прошлого, которыми можно воспользоваться в настоящем.

А потом был разговор с Наставником и его мудрые ответы на насущные вопросы и много полезных рекомендаций. Но тут уж совсем личное. Единственное, что я могу из этого резюмировать как напоминание всем нам — что наши отношения с детьми могут быть гармоничными только тогда, когда мы разрешим себе быть счастливыми. И когда внутри нас наполняет счастье, места для обид и агрессии уже не останется.

**СВЕТ ДЛЯ ДУШИ**

«Денежный запрос». Надо было расставить приоритеты и понять, куда двигаться дальше, чтобы материальное удовлетворение совместить с моральным.

XVII век, русская деревня.

Люсе 7 лет. Не по годам смышленая, рассудительная барышня. Конечно, она играет с другими ребятами, но больше ей нравится гулять по окрестностям в одиночестве.

…

— Я люблю собирать цветы, я их собираю, а потом раскладываю красиво. Могу даже на печке сушить, потом получаются сушеные цветы, из них потом собираю разные красивые узоры всякие интересные. На меня правда мама ругается, что потом сушеные везде, но я подметаю. В основном я иду с ними во двор и там сижу с ними на лавочке и играю.

…

Дома все хорошо, папа, мама и старшие братья. Только вот угол страшный возле печки, где метла с кочергой стоят. А почему страшный — не помнит, только в дом одна никогда не заходит. Когда девочке было 10, мама умирает от болезни. И непонятно, как теперь справляться с хозяйством, и кто защитит от того, страшного, в углу.

Возвращаемся назад, в тот момент, когда страх пришел. Маленькая совсем, 3 года. У печки черный, как уголь, страшный, глазами сверкает. Показался — и увязался за ней на несколько воплощений вперед. Проявлялся как страх принимать решения и брать на себя ответственность. Вернувшись в то время и место, когда он появился, разобрались с ним специальными техниками, больше не будет влиять.

Жизнь шла своим чередом, на помощь маленькой хозяйке пришла молодая жена брата, которая стала жить у них в доме. И угол был больше не страшен, была уверенность в себе и любовь к жизни.

Повзрослев, Людмила отправилась осваивать рукоделие, перебралась в Тульскую губернию, к женщине, которая обучала девушек мастерству вышивания. И так светло и легко жилось у нее, в творческой атмосфере уютной мастерской, что все переживания забывались за любимым делом.

Когда ей исполнилось 20, она встретила будущего мужа. Жизнь была долгой и счастливой, любимое дело она не оставляла, даже в семейных заботах находя время на то, что наполняло ее энергией и позволяло реализовать свой талант.

Умерла спокойно и тихо, в окружении семьи, в 92 года. Затем из пространства между жизнями мы анализировали просмотренный опыт:

…

— Чему твоя душа должна была научиться в той жизни?

— Такой светлой радости от жизни. Принимать людей. Как только я справилась со страхом, мне стало очень интересно все вокруг и люди перестали быть для меня раздражающими и шумными и стали веселыми. Мне стало среди них хорошо и комфортно…

— Что ты почувствовала тогда, что может помочь тебе сегодня?

— Что все равно наступает момент, когда надо найти в себе внутри наставника, изнутри верить, что исчезнут страхи, бороться со страхом и изнутри же себя согревать светлой радостью к жизни.

…

В завершение был долгий разговор с наставником, который объяснял, куда и как двигаться дальше и на что важно обратить внимание, чтобы не потерять себя. Ответил на все вопросы, вручил ценный дар и напутствие напоследок:

…

— Когда каждая работа станет радостью, она будет приносить моральное удовлетворение, физическое здоровье, а материальное благополучие придет само собой.

…

Наша проблема в том, что мы думаем, что будем счастливы, когда сложатся определенные условия, а в реальности все происходит ровно наоборот: все складывается тогда, когда мы действуем из состояния счастья. Если научиться делать все, что вы делаете в том же состоянии, в котором вы занимаетесь по-настоящему любимым делом — тогда этот свет будет наполнять вас и к нему будут тянуться другие.

**НИКОГДА НЕ СДАВАЙСЯ**

Иногда подсознание играет с нами в прятки. Бывает такое, когда человек не набрал достаточно опыта, чтобы пройти свой урок, либо когда есть вторичная выгода от ситуации. Может, есть и другие причины, но в моей практике были пока только эти.

Запрос был про сложности в отношениях. И сначала мы увидели картинку счастливой семьи, где любящий муж и двое детей, но внутри страх, что счастье было недолгим. И подсознание никак не хотело идти и смотреть причины этого страха.

Что делать: можно, конечно, поднажать, увидеть и прожить. Но я всегда прислушиваюсь к себе и к состоянию регрессанта. Тут по ощущениям, не надо было давить, не готов еще человек. После этого больше двух часов бессознательное клиента крутило нам мультики, аж с десяток прошлых воплощений увидели. Примечательно, что каждое из них соединено, как невидимой нитью, чувством безысходности.

Жизни, которые мы увидели:

— мальчик, который закатывает истерику в 4 года, потому что ревнует маму к малышу;

— мужчина на больничной койке;

— усталый водитель, остановившийся на трассе ночью;

— воин верхом в окружении товарищей, в плаще, сапогах и при оружии;

— игрок, мажор 19 века, чья жизнь зависит от улыбки фортуны, в долгах, постоянных ссорах с кредитором и с отсутствием смысла в жизни после смерти отца;

— усталый путник на берегу моря, потерявший цель;

— узник, заточенный в яму на долгие годы, без смысла, без веры, без надежды;

— Восток, женщина, не видя другого выхода, идет умирать в пустыне в поисках душевного покоя;

— бабушка-цыганка, протягивает крестовый валет и говорит: сама все знаешь.

А под занавес — девушка из будущего:

…

— Очень такой большой город, людей очень много, все напичкано электроникой. Как будто люди сами уже ничего не делают. Они не живут ни чувствами, ни эмоциями, только электроникой. Если бы можно было назвать это Нью-Йорком, я бы назвала Нью-Йорком, но это не Нью-Йорк. Город такой из будущего, как будто она одна, вокруг людей много, но она одна. Наверное, редкий человек задумывается о чем-то другом в своей жизни, кроме этой электроники, работы, гаджетов, который на природу смотрит или пытается на это посмотреть. Ощущение, что она одна, но на самом деле она не одна. Таких, как она — много, просто стоит немножко поискать.

— Что она могла бы передать вам, какое напутствие, которое поможет вам сегодня?

— Надо искать. Не знаю, только в голове: ты не одна, надо искать.

…

Пообщались, простили, отпустили. Прошли через пространство исцеления, осознав, какой многогранный опыт набрала душа на протяжение веков и чем она должна была научиться в тех жизнях:

…

— Любить себя, принимать, нельзя просто принимать чувство безысходности как данность, всегда надо куда-то идти, за что-то бороться и ставить цели. Покоя мне не будет, спокойной жизни для меня. Нельзя сдаваться. Самое простое что можно сделать — это сдаться.

…

Наставник объяснил, для чего такой опыт в отношениях и напомнил, как важно слушать внутренний голос. На вопрос о предназначении отвечать отказался, а вот что касается работы, дал дельные и подробные рекомендации. В подарок передал монетку на удачу со словами: когда не знаешь, что выбрать — подбрось монетку.

**ПОВИТУХА**

Как мы используем энергию в своих руках? От того, что мы делаем, или не делаем зависит то, какой опыт мы будем проживать в дальнейшем, спустя годы и столетия. Сейчас все больше запросов на ближайшее будущее, и каждый из нас глубоко внутри знает свои задачи и то, как будут разворачиваться события, если идти вперед, слушая свое сердце. Но чтобы научиться слушать этот едва различимый голос, нужна практика, практика транса, навык приглушать шум вокруг и настраиваться на свой внутренний мир. Там — все ответы.

В одной из жизней девушка, которая ко мне пришла, была воином, ее руки держали оружие и использовали его по назначению. Затем она была повитухой, руки которой помогли появиться на свет многим людям, но сама она так и не стала мамой. Это была отработка, искупление прошлого опыта.

…

— Что вы любите делать больше всего?

— Идет такое слово: общаться с природой…

— Есть ли какие-то особые навыки или таланты, которыми вы обладаете?

— Лечу испуг, что ли.

— Хорошо. Есть ли что-то, что нам еще важно знать про этот момент, про этот эпизод вашей прошлой жизни?

— Тут фраза: что не родила. Много детей приняла и не родила.

…

В этой жизни ей удалось почувствовать радость материнства и направлять энергию своих рук людям во благо. Но не только эту причинно-следственную связь мы выявили во время сессии. Наставник объяснил, чем вызвана физиологическая особенность, которая беспокоила девушку и как ее устранить. Еще немного приоткрыл дверцу в будущие события, ждем, наблюдаем. Слишком все личное, чтобы тут можно было раскрывать.

Также нам удалось пообщаться с очень дорогими людьми из рода регрессанта и получить их благословение. Ну и впервые в практике, наставник клиента передал личную информацию для меня. Очень необычные ощущения, однако.

**ИСИДОР. САМОРЕГРЕССИЯ**

Возможно ли самостоятельно погружаться в регрессию? Возможно, но не так эффективно, как с проводником, поскольку сам себе вопросы в процессе не задашь и проблему толком не проработаешь. Я иногда хожу в прошлые жизни сама, но в основном с запросом о том, какая информация нужна мне сегодня. Люблю этот запрос за его непредсказуемый результат и за то, что регрессия с ним дает четкое понимание, на что сейчас важно обратить внимание в своей жизни в первую очередь. Потому как подсознанию виднее, куда надо направить энергию, а сознание обычно мечется вокруг да около и не видит четкой цели.

В этот раз мне проявилась жизнь человека по имени Исидор, жившего в Испании, по ощущениям — в XI — XII веках. Вся его жизнь была нацелена на поиск знания, знания о мироустройстве, предназначении человека на Земле, в общем — Знания в его сакральном понимании. И одержимый этим поиском, он однажды пошел к старцу, который жил в пещере и стал у него учиться. Только вот чтобы получить эти знания, он прошел нечто вроде обряда, сидя у костра с этим старцем, где дал обет отречения от всего материального, положив свою жизнь на постижение тайн мироздания. Он нес эти знания по миру, наслаждаясь своей ношей и умер спокойно в глубокой старости, сидя на берегу моря.

Обет, клятва, зарок — страшная вещь. Мы недооцениваем силу слов, а между тем они тянутся за нами из глубины веков, оказывая неосознаваемое, но сильное влияние на нашу текущую жизнь. В этом случае данный когда-то обет мешает радоваться жизни, стремиться к финансовому благополучию, находить удовлетворение в простых, материальных вещах. Есть такое, я с гораздо большим удовольствием пойду на лекцию, чем по магазинам.

Зарок, как смогла, постаралась снять, правда, с самой собой работать сложно, продолжу эту тему с коллегой. Урок учла, знаю, на что сейчас важно обратить внимание.

Что делаю: включаю все органы чувств осознанно. Буквально: не просто ходишь по улице, а видишь и слышишь. Не просто ешь, а чувствуешь вкус еды. Не просто разговариваешь с человеком, а ощущаешь и осознаешь его и свои эмоции. Про силу слова, обеты, зароки, клятвы и как они проявляются, я уже, по-моему, писала, поищу.

В моей практике встречались истории, когда человек не может построить личную жизнь из-за отречения от мирского в монастыре; обещание быть всегда рядом, данное когда-то при смерти, а теперь люди не могут выстроить отношения; клятва не иметь дело с деньгами, когда отрубили руки за ложное обвинение в воровстве — сейчас проблемы с финансами. Но есть и два примера позитивного продолжения данного в далеком прошлом слова: обещание найти друг друга в следующей жизни и теперь у двух пар в отношениях все хорошо, хотя были сложности, но когда они узнали, что знакомы далеко не первую жизнь, им стало легче друг друга понимать.

Ну и еще отличный побочный эффект от регрессии, не важно, на какую тему, а просто когда так глубоко погружаешься в себя, всегда приходят новые идеи и решения насущных вопросов. Реализацией которых я сейчас и занимаюсь.

**СВЕТ ЗНАНИЙ**

Сколько раз вы начинали что-то делать и не доводили начатое до конца? А ведь каждая достигнутая цель — это мощный всплеск дофамина — нейромедиатора, который относят к одному из гормонов счастья. Именно поэтому так популярны всевозможные коучинги, тренинги и марафоны, где можно поставить цель и дойти до нее при поддержке группы и ведущего. А что если найти эту способность добиваться поставленной задачи в памяти своей души?

Запрос был: увидеть ресурсную жизнь, где получалось принимать решения и доводить задуманное до конца.

Русь, по ощущениям — XV — XVII век. История похожа на путь знаменитого Михайло Ломоносова, только тут уровень восприятия был менее земной, более духовный, если можно так выразиться.

Парень из простой крестьянской семьи, у него есть братья, все при деле. (Тут не могу не отметить, как меняется манера речи или голос, когда человек рассказывает о прошлом воплощении. Регрессант — женщина):

…

— На что живет его семья?

— Мамка не работает, а они с батей сельское хозяйство ведут.

— Какие отношения в семье?

— Теплые, хорошие. Такое ощущение, что его цель, она ему как будто все время светит и поддерживает. Даже если что-то происходит неприятное — оно его совершенно не касается, не задевает — потому что есть цель. Есть предвкушение, что скоро он тронется в путь.

…

Парня в деревне считали не то странным, не то мудрым, но его совершенно не волновала чужая оценка, он жаждал знаний и подтверждений своим размышлениям о мироустройстве, которым предавался с малых лет. Когда ему исполнилось 18, он отправился в путь. Добирался порядка месяца до города, где стал изучать науки, в частности, философию.

…

У него такое предвкушение чего-то нового. Нет страха, вообще не сомневается. У него просто есть цель и он к ней идет по жизни.

…

Интегрировав это ощущение, прочувствовав его всем телом, мы проследили весь жизненный путь этого человека. Он стремился стяжать знания и накопив их за долгие годы в избытке, на склоне лет обучал детей, которые любили его и внимательно слушали. Он был абсолютно удовлетворен этой жизнью, получая удовольствие от расширения своей картины мира в процесса изучения нового.

…

— Какое есть у него в тот период качество, которое вам понадобилось бы в текущей жизни?

— Принятие. Он понимает, у него нет сомнений, он понимает, что происходит, что так и должно происходить, что это важно, важность и ценность всего происходящего. Какой-то он очень умиротворенный, очень мудрый, как бы вне времени, как будто просто соприкоснулся с этим временем, но он над ним, он больше, чем то время, в котором он живет.

…

Из той же жизни мы интегрировали нужное сегодня качество передачи информации в устной форме. И это легко сделать, ведь этот навык уже заложен в архивах души.

Ушел старец из жизни тогда, когда счел свою задачу выполненной, счастливый и умиротворенный.

…

— Он знал, что умрет, он лег, весь такой чистый и ощущение, что он осознанно вышел из тела, как будто благословил все, что было и с пониманием того, что время пришло, просто покинул тело.

…

Ученики его провожали без скорби, с легкой грустью от предстоящей разлуки, но уверенные в том, что обязательно встретятся за пределами этой жизни. Ну и, пожалуй, с такими бы мыслями каждому хотелось уйти в мир иной:

…

— Что он думал о прожитой жизни?

— Она ему нравилась, он доволен, ни о чем не жалеет. Супер. Он знал, что делал, зачем это делал, для кого это делал. Не было сомнений, метаний, он от этой жизни получил огромное удовольствие.

…

Похоронили его без лишних почестей, как он и просил. Скромный крест в поле, где летнее небо высокое и ветер колышет травы.

И только перейдя в иную мерность, глядя на свою жизнь с высоты птичьего полета, он с удивлением обнаружил, что, оказывается, были женщины, которые хотели связать с ним свою судьбу. Но будучи на земле, он даже не задумывался о чем-то, кроме поиска знаний, живя совершенно другими ценностями.

В завершении тот человек из прошлого передал ценные напутствия своему текущему воплощению:

…

— Есть ли некое послание, которое ваше прошлое воплощение хочет вам передать?

— Да, он такой стоит напротив, глаза как звезды и там такой посыл — и ирония, и юмор, и поддержка, и сила, и благословение — все такое безмолвное.

…

А затем было пространство исцеления, где осталось то, что мешает двигаться вперед. И разговор с Наставником. И получение от него ценного дара. Теперь ждем, наблюдаем, обычно в течение 2−3-х недель начинает распаковываться полученный опыт и проявляется в виде новых реакций, осознаний, событий. Рада, что удалось раскрыть еще одну грань души и поверить в себя.

**РАЗРЕШИ СЕБЕ ЖИТЬ. ЛИЧНАЯ РЕГРЕССИЯ**

Какой же я м\*дак — с этой вдохновляющей мысли началось знакомство с еще одной частью себя, заархивированной в памяти души.

Да, психологи обязательно должны проходить личную терапию, чтобы не фонить клиентам своими проблемами. А проблемы есть у всех, более того, чем больше работаешь с другими, тем больше видишь моментов в себе, которые важно проработать. Ну а имея в арсенале такой крутой инструмент как регрессионная терапия, грех не пользоваться им для быстрого и качественного апгрейда своей личности. С коллегами мы время от времени «терапивим» друг друга, а вот пойти к своему преподавателю, @allakinyakina, я решалась больше года. Потому как чувствовала, что будет мощно, уму не хватит сил, чтобы скрыть то, что должно вылезти на поверхность и Алла Владимировна, как опытный следователь, быстро расколет все защитные механизмы сознания. Но все бывает вовремя.

В память души мы пошли через сильно заряженную эмоцию — страх отпустить контроль и чувство вины, которому невозможно дать рационального объяснения. Потому что оно под-сознанием:

…

— Где ты?

— На траве как будто на коленях. Очень тяжело.

— Чувствуешь себя тяжело?

— Тяжело снаружи и на душе тяжело.

— Если бы ты сейчас описала мне свою позу — ты на траве, какая ты — ты лежишь, сидишь?

— На траве, не то мольба, не то отчаяние, на коленях на земле.

— Как сложены твои руки?

— Перед собой.

…

— Я кого-то убил. Жену беременную задушил.

— Это ты?

— Да.

— Знаешь ли ты, что с тобой произошло, почему ты это сделал?

— Ярость, неконтролируемый гнев.

…

Скандинавия, X — XII век. У его отца был буйный нрав и он сильно напугал сына в 3 года, когда тот, играючи, вытащил уголек с печки на пол. Отец закричал на него и ударил. Тогда было принято решение стать сильнее его, чтобы никто никогда не посмел его обидеть. Мама очень любила сына, но не могла защитить от отца, потому что сама его боялась.

Когда мальчик вырос, он унаследовал отцовский характер, когда-то отказавшись от материнских качеств в себе — чуткости и возможности проявлять эмоции. Парадоксально, но факт: чем больше мы не хотим быть похожими на кого-то из родителей, тем больше становимся на него похожи впоследствии.

В своей семье он также устанавливал свои порядки и однажды, когда жена осмелилась ему возразить, в нем взяла верх та разрушительная сила, которая управляла отцом. Он задушил жену в порыве неконтролируемой ярости и душа не смогла себе это простить, пронеся чувство вины через множество воплощений и страх отпустить контроль.

Поднявшись над той жизнью, мы увидели другую ветку той реальности, как иначе можно было сделать выбор, разрешив себе услышать и почувствовать близкого человека. А ведь жена всего лишь хотела переехать из сурового скандинавского климата в места, более комфортные для их будущего ребенка. И было бы все иначе, и у него был бы сын, которому никогда не пришлось бы бояться отца. И хотя он рано ушел из жизни — его лодка перевернулась в шторм, но в семье он остался бы тем, кем всегда мечтал быть — любящим отцом и заботливым мужем.

Так бывает. Мы много неправильных выборов делали в прошлом. Важно, чтобы это не влияло на текущую жизнь. Важно простить. И сложнее всего простить себя.

Затем подсознательное по одному ему понятной траектории переместило нас в Европу времен крестовых походов:

…

— Есть ли у тебя что-то в руках? Ты идешь налегке или там что-то есть?

— Конь в поводу есть.

— И если бы перед тобой вдруг возникло волшебное зеркало — как бы ты себя описала, кто ты?

— Господи, опять какой-то мужик.

…

Фельдъегерь. Доставлял военную корреспонденцию с мест сражений в штаб и обратно. Возвращаясь домой, вел хронику тех времен, стараясь описать происходящие события не просто в сухом отчете, а придав ему форму художественного повествования. В этом был мощный ресурс. Я и сейчас чувствую это состояние, когда пишу эту статью для вас.

…

— То есть ты собираешь информацию, которую потом передаешь, проводя ее через себя.

— Да.

— Насколько это для тебя важно?

— Очень важно.

— Какая ценность для тебя в этом — передать, что ты видишь?

— Как смысл жизни.

…

В один из походов он, со свойственной ему педантичностью, вовремя доставил пакет на поле боя. И так случилось, что ему тоже пришлось участвовать в битве, которая стала для него первой и последней. Если бы он только немного опоздал, все так внезапно не закончилось бы в 35, он жил бы еще полвека и написал бы биографии героев того времени, как всегда мечтал.

Мораль: иногда лучше разрешить себе пренебречь правилами и услышать свой внутренний голос.

В той сессии была работа не только с прошлыми воплощениями. Невидимой нитью мой проводник в мир регрессионной терапии соединила недостающие детали в узоре моей души. Мы путешествовали и по этой жизни, где остался страх, возникший в 3 года, где была реакция «замереть». Мы погружались в пространство выбора текущего воплощения с Наставником, где можно было увидеть свои качества в близких людях, как в зеркалах и почувствовать их изнутри. Мы исцеляли внутреннего ребенка, которому сейчас так не хватает внимания, разрешения свободно выражать себя, быть спонтанным в своих проявлениях и просто радоваться этой жизни. Мне удалось получить невероятный заряд от моих животных силы, с которыми давняя и трепетная связь. Ну и даже приоткрыть шторку в недалекое будущее мы тоже успели. И все там так, как я запланировала. Главное, не забывать доверять себе, не бояться действовать и двигаться дальше. Потому что я на своем пути и особенно теперь, когда вернулось столько энергии, растерянной когда-то по дороге моей душой, ее точно хватит, чтобы воплотить все задуманное. А дальше — дальше рассвет.

**САМА СЕБЕ ВЕДЬМА**

Далеко не всегда причины наших неудач в той или иной сфере лежат в плоскости текущей жизни. Выборы, сделанные душой задолго до вашего рождения, так или иначе продолжают оказывать влияние. В чем это выражается? Трудности в профессиональной реализации, в отношениях, врожденные физические недостатки или заболевания — все это следствия прошлых выборов, заархивированных в памяти души.

В этот раз мы сделали акцент на предназначении души, а также в процессе планировали выяснить причины трудностей в построении отношений. В результате избавились от мощного блока, который являлся препятствием для развития сразу в нескольких областях жизни.

Карелия, конец XIX — начало XX века. Жизнь Марии проходит одиноко и замкнуто, ни родных, ни друзей. Ищем, где живет, как живет, на что.

…

— Есть ли какие-то навыки или таланты, которыми вы обладаете?

— Да, ко мне приходят люди и как будто я делаю им что-то.

— С какими вопросами приходят люди, с какими просьбами?

— Помочь им. Я как будто бы ведьма.

…

То, чем она занимается, а это в основном привороты-отвороты, ей явно не нравится, но как можно иначе — уже не знает. Перемещаемся в ключевой эпизод той жизни, где заложен тот самый энергетический заряд, который поможет найти решение проблем в настоящем.

Свадьба, молодожены счастливы, много гостей. Старую ведьму никто не приглашал, но она пришла. Смотрит на молодых, а в груди — жжение и злость. Идем по этому чувству дальше, в тот момент, где оно появилось.

Молодая девушка Мария хочет броситься с моста. Причина — ее оставил возлюбленный.

…

— Какое решение вы приняли тогда, когда хотели покончить с собой?

— Я решила, что буду мстить.

— Кому?

— Не знаю, как будто всем, кто выходит замуж.

— Тогда вы стали ведьмой?

— Да.

— То решение, принятое тогда, оказывает ли на вас влияние сегодня?

— Да.

…

Именно там зародилось это жжение в груди, ненависть и зависть к тем, кто счастлив в отношениях. А затем мы вернулись в тот ключевой эпизод, когда она уже будучи старой, пришла на свадьбу без приглашения и где положила начало проблемам в своей настоящей жизни. Потому что мы умираем, а сила слова, эмоционально заряженного, продолжает оказывать влияние.

…

— И можно переместиться в тот день, когда вы видели себя наблюдателем чужой свадьбы. Есть ли что-то, что нам еще важно знать про тот день вашей прошлой жизни?

— Да, я их прокляла.

— Что вы сказали тогда?

— Они были за столом и я сказала: будьте прокляты и палкой ткнула в них. И ушла.

— Есть ли эти люди среди тех, кого вы знаете в этой жизни?

— Кажется, как будто это мои родители.

…

Детство было, понятно, не сахар. Но законы кармы никто не отменял. И за каждое свое слово и действие мы несем ответственность.

В той жизни был непройденный урок, девушка не смогла простить и открыть свое сердце людям. Заручившись поддержкой высших сил, мы нивелировали негативное влияние той жизни, попросили прощение у молодоженов, а также простили того человека, который принес много боли этой душе и оставили прошлое в прошлом.

Что касается предназначения — дар, имевшийся тогда, никуда не делся и его нужно продолжать использовать, но уже во благо. Наставник посоветовал посетить могилу той женщины, дал довольно подробные инструкции, где ее искать и передал ценный дар, который поможет решать задачи, поставленные в настоящем.

**НАБЛЮДЕНИЯ**

**ВРЕМЯ ОТКРЫТЬ СЕБЯ**

Я не смогу, у меня не получится, я никогда этого не делала.

Когда вы чувствуете, что пора что-то менять в жизни, эти ограничители встают перед вами непреодолимой стеной. И мы либо двигаемся вперед, сквозь толщу времени и пространства, либо продолжаем топтаться там, где нам «можно», совершая те же действия и получая те же результаты.

Но развитие возможно только тогда, когда мы идем через свой страх, лень и неуверенность. Если мы чего-то хотим, значит, мы это можем. Нам не придет в голову хотеть луну с неба, ни одна идея не появляется в голове просто так. Также как нам не придет в голову желание заниматься тем, что мы не сможем.

Желание — потребность души, которую мы очень редко слушаем, идя на поводу у рационального мышления, которое нам приводит 100500 обоснованных аргументов, почему вы не можете это сделать.

И опускаются руки, и мы принимаем как данность, что не можем повлиять на ситуацию и плывем по течению, уже не пытаясь выбраться.

Здорово, что мы не с рождения такие умные, иначе бы в детстве, когда мы попробовали первый раз встать и упали, решили бы, что это не мое и оставили бы эти попытки. Но ребенок просто чувствует, что ему это нужно и продолжает пробовать, и у него получается. Мы же разучились чувствовать, мы много знаем и это очень мешает добиваться целей.

В регрессии мы можем отодвинуть логику на второй план, вновь услышать голос души и осознать, для чего мы здесь и как можем максимально себя реализовать. Из этого опыта можно извлечь ресурсы, таланты, убрать преграды, которые нам мешают, взять ответственность за свое будущее на себя и создать его для себя заново. Понять, что мы — гораздо больше, чем просто тело, мы — душа, у нее есть огромный опыт и все, что мы хотим, мы уже делали когда-то и у нее есть потребности, которые важно услышать, чтобы быть счастливым.

**САМ СЕБЕ РЕГРЕССОЛОГ**

Кто читал мою первую книжку знает, что до того, как я начала осваивать специальность регрессионного терапевта, я проводила опыты с собственным подсознанием, используя практические рекомендации из книг по регрессии.

Временами я возвращаюсь к этой практике, хотя саморегрессия — занятие малоэффективное, поэтому я предпочитаю проводить личную терапию с коллегами. Во-первых потому, что это прежде всего терапия, то есть важно не просто нырнуть в одну из прошлых жизней, а найти там первопричину проблемной ситуации и разрешить ее. Во-вторых, потому что самостоятельная работа с подсознанием не дает возможности перемещаться сознательно во времени и пространстве своей глубинной памяти, для этого нужен проводник.

Поясню: трансовые психотерапевтические техники, к которым относится регрессионная терапия, предполагают нахождение клиента в пограничном состоянии между сном и бодрствованием. Вы будто ныряете слегка, погружаясь в воспоминания и вновь выныриваете, продолжая диалог с терапевтом. Самому себя поддерживать в обоих состояниях невозможно.

Тем не менее, по прошествии трех месяцев я почувствовала эффект от очередного эксперимента на себе, делюсь.

Запрос на саморегрессию был — страх денег. Не удивляйтесь, это частое явление, которое и вам может мешать увеличить уровень дохода. Что он имеет место у меня быть, я докопалась через аналитическую психологию Юнга, но не суть. Первопричины этого нередко находятся глубоко в истории души.

Погрузившись в транс, я увидела жизнь девушки, фрагментарно, как трейлер к фильму, но сюжет поняла. Дело было в дремучем раннем Средневековье где-то в Европе. Девушку обвинили в краже какой-то драгоценности, хотя она была к этому непричастна и по законам того времени, отрубили руки по самые локти. Остаток своей незадавшейся жизни она провела при монастыре.

Что подумал регрессолог, посмотрев этот диафильм у себя в голове? Правильно, что я себе все придумала. Ну начиталась у коллег историй, когда за воровство казнили и страх денег фонит в этой жизни. А ощущения были на редкость реалистичные. Ну да ладно, забыла.

Проходит пару месяцев и в бытовом разговоре мелькает фраза вроде «куда деньги-то подевались».

Обыденная, в каждой семье ежемесячно проскальзывающая фраза. А у меня вдруг руки до локтя отнимаются и в голове мелькают картинки из той, «придуманной», истории. Опа! Тут я поняла, что, похоже, не придумала. И перед сном, погружаясь в транс, потребовала вернуть назад клятвы и обеты, когда-то данные моей душой в отношении денег.

И я бы сюда не писала, если бы это не сработало — буквально через несколько дней я получила два долгосрочных проекта по работе и моя финансовая сфера заметно стабилизировалась. Думаю, результат будет еще заметнее, когда доработаю эту сферу уже с коллегой.

А как у вас дела обстоят с финансами? Бывает ли деструктивное чувство, что вы недостойны больших денег, или неудобно называть цену за свою работу, или количество затраченного труда значительно превышает материальное вознаграждение, или деньги, когда появляются, стремительно сливаются на какие-то внеплановые расходы?

Все эти вопросы можно и нужно решить, чтобы улучшить качество своей жизни. Так что обращайтесь, попробуем узнать, где берут начало именно ваши финансовые трудности.

**КОГДА ВСЕ ДОРОГИ ОТКРЫТЫ**

Время от времени я пополняю коллекцию воспоминаний детей о прошлых жизнях, часть которой опубликовала в своей книге. Когда-нибудь из этого вырастет интересное исследование.

Заглядывая далеко в будущее, смею надеяться, что со временем родители кардинально изменят отношение к детям, осознавая в них главных учителей для себя. Смогут научиться прислушиваться к их потребностям, помогая им раскрывать задачи своей души, а не препятствуя.

В практике встречаю много людей, которые занимаются нелюбимым делом и не знают, для чего живут. С ними мы прорабатываем запросы на поиск талантов и призвания.

Что их объединяет: родители их не слышали. Но их бессмысленно в этом винить, они и себя не слышали, просто их никто этому не научил. И скорее всего они тоже не нашли свое место в жизни.

Эти люди ходили не на те кружки, на которые им хотелось, а на те, которые считали полезными для них родители. А потом они поступали не на ту специальность, к которой «душа лежала», а на «перспективную», или «модную», или «где конкурс меньше». Опять же, в силу установок и убеждений, привитых окружением, о том, что важно, положено, что возможно, а что — невозможно.

Так вот, призвание человека зачастую зашифровано в тех занятиях, которыми он, будучи ребенком, мог заниматься часами, чем он интересовался, во что играл. Задача родителей — расшифровать эту информацию, наблюдая за детьми и направить их в ту сферу, в которой они смогут максимально реализовать свои таланты.

Способности, которые проявляют дети к какому-либо виду деятельности — не что иное, как заархивированные файлы прошлых воплощений, отголоски деятельности из прошлого их души.

Но вовсе не обязательно, что в этой жизни человек продолжит заниматься тем, что у него хорошо получалось в детстве. Наверняка вы слышали истории, как ребенок был в детстве очень увлечен музыкой и, как говорят, «подавал большие надежды», а к юности этот интерес угас. Возможно, он просто закрывал гештальты прошлого, а теперь пришла пора освоить новые навыки.

Так или иначе, важно слушать, чему хочет учиться ребенок, чем заниматься, а не давить своим авторитетом, что «я лучше знаю». Ничего-то мы, взрослые, не знаем про них. Но их душа — знает и если вы научитесь слышать ее подсказки и научите своих детей — они смогут найти свое место в жизни и будут счастливы.

Ну а для этого в первую очередь нужно самим научиться слушать свою душу. Поэтому мне очень нравится фраза: «лучшее, что мы можем сделать для своих детей — это личная терапия.»

**КАК Я ПРИШЛА В СЕБЯ**

Прошло почти три недели как мы поработали с моей невероятной коллегой Маргаритой, [@soulspace.pro](https://www.instagram.com/soulspace.pro/), проведя друг другу сессии регрессионной терапии. Я знаю, как важна любому специалисту обратная связь от клиента для профессионального роста, поэтому внимательно наблюдаю, что происходит и делаю заметки.

Своим клиентам я не рекомендую проходить сессии чаще одного раза в три недели, поскольку полученной из глубин подсознательного информации стоит дать время интегрироваться в сознание. Важно почувствовать, осознать изменения, которые происходят, когда получаешь ответы на свои вопросы. А зачастую это такие ответы, которые мало кто находит и к концу жизни, которые приносят инсайты и позволяют развивать свои возможности в сторону их максимальной реализации.

Регрессологам также необходимо проходить личные сессии, чтобы расширять свою картину мира, больше узнавать о себе, убирать камни преткновения со своего пути и, как следствие, более эффективно работать с клиентами.

Направление работы для решения поставленной задачи подбирается индивидуально. Одним, чтобы найти ответы и ключ к разрешению ситуации целесообразно отправиться в прошлые жизни, другим — в раннее детство или внутриутробный период, третьим важно найти путь максимальной реализации своих способностей в будущем — и это уже прогрессия.

Конфиденциальность в нашей работе — превыше всего, поэтому о работе с клиентами по текущей жизни я не пишу, выкладываю только истории из практики о прошлых жизнях. Но собственными впечатлениями могу с вами поделиться, чтобы вы могли представить, какой простор для получения самой удивительной информации открывается в этой терапии.

Маргарита вела меня в прошлое этой жизни, далее — во внутриутробный период и в еще более раннее время, в пространство, где моя душа планировала текущее воплощение.

По ходу движения мы разобрали две детские травмы, в которых застряло чувство вины и беспомощности, которые фонили до сих пор на подсознательном уровне, отделили мои эмоции от маминых страхов во время ее беременности и нашли ответы на такие вопросы как:

— чем определялся выбор этого тела?

— какие у тела были ресурсы и ограничения

— какие контракты были заключены с родителями до рождения, чему они обещали научить

— сколько % данной мне энергии я использую сейчас и как увеличить это количество

— на что важно обратить внимание на данном этапе моей жизни

Какие изменения я наблюдаю в себе за последнее время:

— улучшилась материальная сторона моей жизни

— значительно возросла уверенность в себе и своем методе

— практические рекомендации от моего подсознания, полученные во время сессии, явно восполняют мои ресурсы и позволяют грамотно их распределять, без ущерба для здоровья.

Работая с прошлым, мы собираем кусочки энергии, застрявшие в ситуациях, большинство из которых и не помним, и возвращаем в настоящее, чтобы направить энергию на решение текущих задач.

Раскрывая для себя возможности регрессионной терапии во всей многогранности, мы передаем это знание другим, чтобы счастливых людей становилось больше.

**КАРМИЧЕСКАЯ СВЯЗЬ**

— Можно ли с помощью регрессии узнать, есть ли кармическая связь между людьми?

Да, можно. Скоро допишу как раз одну из таких историй. Но для начала важно понимать, для чего это нужно и что такое кармическая связь. А перед этим определиться с пониманием самого понятия кармы.

У многих карма ассоциируется с чем-то сродни службы исполнения наказаний. На самом деле, карма «прилетает» на только за «косяки», но и за хорошие поступки и действия точно так же, поскольку что мы отдаем в мир, то и получаем.

Карма — это причинно-следственная связь, вот только нам приходится отвечать не только за содеянное в этой жизни, зачастую мы расплачиваемся (или, напротив, бываем вознаграждены) за совершенное в далеком прошлом нашей души.

Кармические отношения — это отношения, в которых есть нерешенные конфликты, данные когда-то клятвы и обещания. О силе слова я еще много буду говорить, но пока просто примите за аксиому, что каждое слово и даже мысль, уже не говоря про действие, имеет свои последствия.

Это могут быть не обязательно отношения с партнерами, это про отношения вообще: детско-родительские, с друзьями, с врагами. Это могут быть клятвы в вечной любви или в вечной мести, неосуществившиеся совместные планы. И вовсе необязательно, что в этой жизни вы будете играть те же роли. Если когда-то вы были любовниками, или жертвой и палачом, то сейчас можете быть матерью и дочерью, к примеру, и наоборот.

Чем сильнее эмоциональный заряд неразрешенной ситуации или данной в прошлом клятвы — тем теснее вы связаны в этой жизни.

Как понять, с кем у вас кармические отношения? Опять же, опираясь на эмоции. Это может быть как любовь с первого взгляда, так и необъяснимая неприязнь к человеку. Либо сложности в отношениях, когда вместе тесно, а порознь — скучно.

Смысл работать с кармическими отношениями в том, чтобы осознать, для чего вы встретились на этот раз и какую задачу должны решить. После этого вы уже понимаете, над чем работать и либо со спокойной душой можете завершить отношения, либо гармонизировать их.

Мне, к примеру, в свое время было очень полезно узнать, кем мы с мужем приходились друг к другу в одной из прошлых жизней, это многое объяснило.

**ЕСЛИ НЕКУДА СХОДИТЬ**

Самое время заглянуть внутрь себя. Ведь никто не может запретить исследовать свой внутренний мир. А это целая Вселенная, где есть ответы на все вопросы и любой необходимый здесь и сейчас ресурс.

В то время, когда во внешнем мире ноябрь и неопределенность, внутри может быть весна и уверенность в завтрашнем дне, ведь мы сами конструируем свое будущее своими мыслями.

В это поначалу трудно поверить, но чем больше осознанности в мыслях, чувствах и действиях, чем выше мастерство управлять этой тройкой, тем больше восхищают результаты. Буквально, человек становится хозяином своей жизни, он как река, которую никакие внешние воздействия не могут сбить с пути.

Знакомство с собой у меня начиналось в юности с практики остановки внутреннего диалога, довольно подробно описанной Кастанедой. Мы даже не подозреваем, сколько мыслей бесконтрольно скачут у нас в голове, каждая из которых оказывает определенное влияние на эмоциональное состояние, а затем и на тело, пока не попробуем остановить этот поток.

Второе, что поразило меня до глубины души — нам не обязательно испытывать эмоции, которые мы испытывать не хотим. Мы можем выбирать, что чувствовать в любых условиях. Ведь каждая ситуация по сути нейтральна, мы сами придаем ей ту или иную эмоциональную окраску. Достаточно понаблюдать, как ведут себя люди в очереди. Отслеживая свои реакции и заменяя их на другие, можно заметить, как меняется картина мира вокруг. Ведь окружающая действительность — это не более чем наша проекция, мир отражает каждому то, что мы транслируем в мир.

Наша энергия там, куда направлено наше внимание, так почему бы его не направлять на то, что вы хотите, чтобы вас окружало, чтобы приумножать свои ресурсы, а не растрачивать их.

Зачастую наше внимание или не здесь, или не сейчас, поэтому у каждого дефицит энергии в той или иной степени. Вернуть свою силу можно через осознанное наблюдение за происходящим внутри и вокруг, замечая тысячи приятных мелочей, которые всегда есть, совершая действия не машинально, а отдаваясь каждому делу целиком.

**ЗАЧЕМ НАМ ТРАНС**

Транс — естественное состояние, необходимое нам, как перезагрузка компьютеру. Мы много раз на дню так перезагружаемся, когда засмотримся в окно или зависнем над книгой, пропустив мимо сознания несколько строк. Наиболее заметно оно, когда мы засыпаем, но еще не спим и в голове прокручиваются различные картинки, мысли, планы, будто заархивированные файлы распаковываются и раскладываются по полочкам нашего бессознательного.

В век гаджетов у людей наблюдается дефицит транса, ведь если раньше человек смотрел в окно, в то время как в его голове происходил этот целительный процесс, снимая накопленное напряжение, то сейчас мы все больше смотрим в телефон. При этом мозг продолжает находиться в напряжении.

Где-то прочитала метафору, которая мне очень понравилась: сознание — водитель, он следит за дорогой, подсознание — видеорегистратор, который записывает всю информацию, попадающую в поле его зрения. Так вот, представьте, сколько лишней информации оседает в подсознании, когда вы, к примеру, просто листаете ленту и, как вам кажется, отдыхаете.

Результаты мы все наблюдаем у себя в той или иной степени: снижение концентрации внимания, ухудшение памяти, переутомление. Все это приводит к неврозам, неспособности управлять своим эмоциональным состоянием. Ну а когда мы долгое время находимся в напряжении, в стрессе, испытываем одни и те же негативные эмоции, это уже напрямую влияет на наше физическое здоровье.

Почему сейчас набирают все большую популярность трансовые техники? Люди слушают медитации, изучают дыхательные практики, ездят в ретриты. Потому что у мозга включается режим самосохранения и люди чувствуют, что отдых нужно давать не только телу, но и голове, чтобы быть в нормальном, рабочем состоянии.

В основе регрессионной терапии также лежат трансовые техники, помогающие через расслабление тела и ума проработать проблемы, которые на уровне сознания решить практически невозможно. А бонусом к сессии регрессии является приятное чувство наполненности, как после хорошего отдыха.

**В ПОИСКАХ РЕСУРСА**

Очень популярный сейчас запрос — где найти ресурсы.

В чем сложность решения этой задачи? Казалось бы, все просто — больше гулять, отдыхать и заниматься любимым делом. Но прежде чем искать ответ на вопрос — где найти ресурс, важно осознать, что у каждого из нас достаточно ресурсов на выполнения всех поставленных задач, а искать надо куда этот ресурс утекает. Потому что пока в сосуде не залатать дыры, наполнять его бесполезно.

Если просканировать себя на предмет утечки, то у каждого найдутся пробоины по нескольким направлениям, например:

— физическое — мало движения, неправильное питание, вредные привычки;

— эмоциональное — неумение выстраивать личные границы, управлять эмоциями, реагировать на стресс;

— информационное — ленты новостей, соцсети.

Это только примеры того, что поглощает ресурсы и лишает сил. Возместив лишь часть потерь, можно ощутить, как энергии прибывает. А вот уже потом можно искать источники дополнительного питания.

Они есть внутри каждого, но чтобы до них добраться, подчас придется много преград снести. И вот тут на вопрос как? я всегда хочу задать встречный — зачем? Потому что когда у человека есть цель, у него есть мотивация — для чего ему этот ресурс нужен, а значит, поиски дадут результат.

Еще один важный факт: где внимание — там энергия, отследив, на что направлено внимание, вы буквально увидите, куда сливаются ваши ресурсы.

Бывает, что для выполнения поставленных задач не хватает какого-то качества, которое в этой жизни не ярко проявлено — сила, смелость, уверенность. Или состояния, когда вы не знаете — как это — быть любимым, богатым, семейным, принимающим решения или выступающим на публике.

Для этого есть ресурсная регрессия, где можно погрузиться в ту из великого множества наших жизней, где у души уже был опыт, необходимый здесь и сейчас. Прожив его заново, ощутив на уровне чувств, можно переместить этот ресурс в настоящее. Тогда его значительно легче воссоздать в реальной жизни.

Восстанавливая глубинную память души мы избавляемся от страхов, которые съедают нашу энергию и получаем самый главный ресурс — осознания того, что мы — больше, чем просто тело и все наши ограничения существуют только у нас в голове.

**ЕСТЬ ЛИ ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ**

Кто хоть однажды был на регрессии, уже не задается этим вопросом. Тот, кто только слышал об этом, читал истории регрессологов или книги Майкла Ньютона — еще сомневается, поскольку лучше один раз почувствовать, чем сто раз услышать.

Когда мы окунаемся в глубинную память, мы не только находим там корни имеющихся сегодня проблем и повторяющихся сценариев, но и можем посмотреть на себя совершенно под другим углом.

Мы будто поднимаемся над своей картой реальности и вдруг обнаруживаем, что текущая жизнь — всего лишь маленький отрезок на нашем бесконечном пути. Но она же — самая важная часть пути на этот момент. Поскольку от того, как мы пройдем этот отрезок, выполним ли уроки, запланированные перед воплощением, зависит и то, как мы будем жить дальше.

Осознание, что все камни, которые мы разбросаем — придется рано или поздно собрать, налагает большую ответственность, поэтому не каждый готов отправиться в это путешествие, ведь гораздо легче списывать свои неудачи на судьбу или окружение.

Понимание, что мы сами выбираем свой путь, исходя из имеющихся данных, одновременно позволяет более вдумчиво относиться к тому, что мы говорим и делаем, и в то же время, менее серьезно воспринимать трудности, не застревать в стрессовых ситуациях, ведь в масштабе бесконечности многие из них не стоят и выеденного яйца.

Страх смерти, один из главных страхов человека, сменяется интересом и любовью к жизни, потому что видеть свою смерть — это совсем не страшно, а как сказала одна клиентка у коллеги: «Смерть — это самое прекрасное, что случалось со мной в жизни».

Конечно, смерть в этом воплощении я клиенту смотреть не даю, считаю это неэтичным, да и многовариантность будущих событий слишком велика, чтобы утверждать что-то наверняка. Однако, прогрессия — просмотр вероятных событий будущего — тоже есть в моем арсенале.

Как проводник, отправивший на тот свет и обратно уже более полусотни человек, да и сама не раз там бывавшая, заявляю — жизнь после смерти есть. И благодаря такому замечательному инструменту, как регрессионная терапия, можно больше не тратить время и энергию на догадки, а осознать, кто мы и для чего здесь, сконцентрировав силы на выполнении своего предназначения.

**ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ-ПРИЗВАНИЕ**

Всю жизнь задавалась вопросом — для чего я здесь. Мечтала найти свое место и заниматься своим делом.

Сейчас я знаю — кто я, для чего и куда иду. И самое удивительное, что весь пройденный путь сложился как паззл и все полученные ранее навыки мне пригождаются здесь и сейчас.

Предназначение — это задачи, которые человек должен выполнить в этом воплощении, а реализация имеющихся навыков и талантов происходит через призвание — дело жизни, работу по душе, которая помогает раскрыть потенциал человека.

Когда мы идем в прогрессию, мы смотрим наиболее вероятный вариант развития событий из той точки, в которой человек находится и вариант максимальной реализации человека в текущем воплощении, когда он полностью применил имеющиеся у него способности и таланты.

Многие люди убеждены, что никаких особенных талантов у них нет, но если они не проявили себя в текущей жизни, это вовсе не значит, что их нет. Они, как архивные файлы, просто еще не распакованы и чтобы узнать, какие они, мы отправляемся в глубинную память души, смотрим воплощения, где человек занимался любимым делом и интегрируем этот опыт в настоящее, узнаем у наставников, как можно применить имеющиеся навыки в текущей жизни.

К сожалению, в нашем обществе есть традиция не слушать своих детей, поэтому большинство людей работают на нелюбимой работе и страдают от нереализованности. В лучшем случае это компенсируется хобби, в худшем — душевная тоска глушится зависимостями.

Самый большой враг родителя — шаблон «я лучше знаю», он как шоры на глазах, мешает увидеть дальше своего носа, но может сломать судьбу. Наблюдательность и терпение — и ребенок сам раскроется, сам потянется к тому занятию, которое позволит ему реализовать свое предназначение.

Тем не менее, никогда не поздно познакомиться с собой и реализовать свой потенциал. Если есть внутренняя потребность закрыть этот запрос, значит, он возник не просто так, потому что все бывает вовремя.

**КАК МЫ СЕБЯ ОБМАНЫВАЕМ**

Если мы скажем ребенку: завтра идем в кино, а завтра не пойдете — что он будет чувствовать? Он расстроится.

Если вы пообещаете другу помочь, но не выполните обещание — друг обидится.

Если вы пообещаете отдать долг, но не отдадите — в следующий раз вам в долг не дадут.

А что мы делаем с собой? Со своим организмом, с мозгом?

Мы постоянно даем себе обещания и не выполняем их. Обещаем заняться спортом, пойти учиться, правильно питаться, следить за здоровьем, или вот мое любимое: сегодня план перевыполню, а завтра буду лежать и читать, честно. И? Нет, конечно, завтра же будет еще куча как бы срочных дел, да и силы вроде еще есть, потом сделаю выходной, как-нибудь.

Если компьютер не перезагружать, а все время эксплуатировать, он будет работать, но не так долго, как хотелось бы, со временем начнет виснуть и глючить. То же самое с автомобилем.

Это вроде очевидные примеры, но почему-то мы очень редко выполняем обещания, данные себе. Неудивительно, что появляется хроническая усталость, неврозы, депрессии, ну и тело реагирует не лучшим образом. Глючит, виснет и глохнет.

Если вы не будете ухаживать за собой, приводить в порядок все свои базовые настройки, результаты вашей деятельности во всех сферах рано или поздно начнут проседать. Вы не сможете догнать свои цели на неисправном механизме, а ваши дети будут переносить этот деструктивный шаблон поведения на себя и свою семью, снижая свои потенциальные шансы максимально реализоваться в жизни.

Поэтому планируя свое будущее, важно советоваться с собой, можно прям письменно. Сядьте там, где вас никто не будет отвлекать и обратитесь к себе. Иногда чтобы услышать свой внутренний голос, нужна практика. Но если есть мотивация, вы всегда сможете натренировать этот навык.

Рано или поздно все равно придется это сделать, но зачастую обычно когда жареный петух клюнет. Поэтому лучше начать прямо сейчас учиться распределять время и энергию не только вовне, но и внутри себя. Тогда и качество работы будет лучше, и качество жизни, ну и количество прожитых лет, в итоге.

**КАК СОГРЕТЬ ДУШУ. СОВЕТЫ С ТОГО СВЕТА**

У меня иной раз дух захватывает от той мудрости, которой делятся с моими клиентами наставники во время регрессии. Чаще всего их ответы практические и сугубо конфиденциальные, но иногда они настолько универсальны, что каждому из нас важно об этом задуматься.

Сегодня наставник, после того как ответил на наши ранее заготовленные вопросы, посоветовал моей подопечной разводить в себе огонь. И как хорошо, что мы не удовлетворились этим ответом, а продолжили задавать ему уточняющие вопросы.

А суть проста и гениальна: дрова для этого костра — это наши дела, задачи, которые мы ставим перед собой. Те действия, по выполнении которых мы получаем тепло в душе, приятное ощущение от хорошо сделанного дела.

Их надо искать, собирать и правильно подготовить, чтобы костер горел ровно и ярко. Все, что мы делаем — все должно быть хорошо.

…

Гнилушки вообще не горят, хворост горит слишком быстро. Их надо готовить, выдерживать, высушивать, ухаживать за ними, чтобы не гнили, чтобы не пересыхали, самые лучшие отбирать дрова надо и класть в костер, класть аккуратно, это костер, это не всякое там. Они должны быть не сильно пересушены и не всякую ерунду, хворост собирать, а основательные дела. Выбрала дело — делай спокойно, но делай — и вот они твои дрова, и греют они душу. Сделала — радуется сердце, молодец. И это и есть костер, вот жизнь твоя будет гореть. А что ты это оставила, то пошла делать — что это? Там сгнило уже, пока здесь собирала.

…

И правда, в повседневной суете мы многое не доводим до конца, а что-то делаем слишком быстро, не успев обдумать. Неудивительно, что на решение поставленных задач подчас просто не хватает ресурсов, ведь старые все еще свисают по краям сознания, забирая на себя много энергии, либо быстро вспыхивают и гаснут, не принося морального удовлетворения.

Чем гармоничнее мы сможем настроить этот костер внутри себя, тем теплее будет в нашей душе, а от этого зависит, как люди будут чувствовать себя с нами рядом.

**ПРОГРЕССИЯ**

Давно обещала написать про эту практику, думаю сейчас, когда мы начинаем год и строим планы на будущее, поговорить о ней самое время.

Как понятно из названия, если регрессия — это обращение к прошлому нашей души, то прогрессия — к будущему.

Чем эта техника отличается от гадания на кофейной гуще и прочих?

Тем, что я не гадалка и не говорю вам, что будет, а вы перемещаетесь своим сознанием по линии времени вперед и говорите, что там видите.

Для энергии нет времени и расстояния, а для мозга нет разницы между реальностью и фантазией, он реагирует одинаково на то, что есть на самом деле и то, что мы себе представляем. Этот метод используют спортсмены перед соревнованиями — визуализируют процесс в деталях до того, как он произойдет.

Эту способность мозга можно успешно использовать. Мы буквально подстраиваем события под реальность, которая уже сформировалась в нашем воображении.

Нет, ничего страшного мы в прогрессии не видим, подсознательное — наш лучший друг, оно нас не будет пугать негативным развитием событий. Если в регрессии увидеть травматичное событие прошлого полезно, чтобы оно не мешало в текущей жизни, то в прогрессии мы не проецируем неудачи. Дату смерти вам тоже не покажут, я туда не веду, а сами не дойдете.

Да, будущее многовариантно, но у нас есть возможность выстраивать свой путь в соответствиями с задачами души.

Что мы видим в прогрессии и почему это полезно?

— наиболее вероятное развитие событий. То есть, если вы будете действовать, как привыкли, без кардинальных перемен в какой-либо сфере жизни;

— будущее в вашей максимальной реализации, если вы используете ваши таланты и ресурсы, заложенные в вас на эту жизнь;

— ваше параллельное воплощение (далеко не у всех, но и такое бывает). Но это тема отдельного поста, напишу.

Обычно подсознание показывает будущее лет через 5—10 (из моей практики), затем мы общаемся с этой проекцией себя в будущем и выясняем, как прийти в желаемую точку.

Мне эта практика очень помогла, уже год, как я с ней познакомилась и я более эффективно трачу ресурсы на достижение поставленных задач, а не на метания и сомнения.

**А ЕСЛИ НЕ ПОЛУЧИТСЯ?**

Только собралась писать на эту тему, как вновь мне задали этот вопрос. А значит, точно нужен пост.

Почти каждый второй клиент сомневается, что у него получится пройти сессию регрессии, аргументируя это тем, что он негипнабельный. Во-первых, к классическому гипнозу моя практика не имеет никакого отношения, это не директивный подход, а мягкое сопровождение в глубину вашего бессознательного, где результат зависит от работы двоих. Да, я ничего не смогу сделать, если вы не захотите расслабиться и общаться со мной в процессе работы.

Я являюсь просто проводником — открывая вам дверь в ваше же подсознание, спрашиваю, что вы там видите и помогаю найти ответы. С этим мы работаем, исцеляя воспоминания, которые негативно влияют на вас сегодня, чтобы качество вашей жизни улучшилось.

Трансовое состояние, в котором эта работа происходит, вы испытываете много раз на день, только на очень короткие промежутки времени, иногда даже не замечаете их. О трансе был пост ниже, повторяться не буду.

Тем не менее, в современном обществе расслабиться в принципе уже для многих проблема, поэтому к этому вопросу отношусь серьезно. Иногда я рекомендую перед встречей послушать на ночь какую-нибудь трансовую практику, которые представлены на странице нашего института, чтобы почувствовать это ощущение расслабления и покоя, в котором будет проходить наша работа.

Когда может не получиться?

— если у вас завышенные ожидания от регрессии, или сильный страх, что можете увидеть там что-то ужасное. В таком случае я «успокаиваю», что ничего ужасней, чем уже есть у вас в голове, вы не увидите;

— если вы перед регрессией выпьете много кофе или энергетиков, или употребите препараты, возбуждающие нервную систему;

— если вы не спали накануне. Велика вероятность, что вы просто уснете.

Слышала и такое мнение, что люди были на регрессии, но ничего там не увидели и просто зря заплатили свои деньги. Сразу говорю, что если в работе со мной вы ничего не увидите, то деньги с вас я не беру, так что вы ничего не теряете.

В моей практике было два раза, что человек не смог расслабиться, в обоих случаях они не пришли еще раз. Подозреваю, что подсознание не всем открывает свои двери, а только тем, кто готов.

**ВЫ МОЖЕТЕ БОЛЬШЕ, ЧЕМ ДУМАЕТЕ**

Когда я задаю человеку в трансе, во время регрессии, вопрос: сколько % из имеющейся у вас в этой жизни энергии вы используете сейчас — в ответ я слышу: 15—20. Не больше. Что нам мешает использовать остальной потенциал?

Отсутствие веры в себя и неумение слушать свой внутренний голос.

Одна из важнейших задач регрессионной терапии — дать почувствовать, что вы — гораздо масштабнее, чем просто человек, вы — душа и наладить эту связь, между душой и телом.

Погружаясь в глубинную память, осознавая безграничность своего существования, мы пересматриваем отношение к себе и окружающим.

Как говорит мой учитель: маг — это тот, кто может. Каждый из нас — маг. Только у нас не укладывается в голове, что мы можем все, чего реально хотим достичь. А чего не можем достичь, того мы и не захотим так сильно, чтобы из разряда фантазии эта мысль перешла в серьезное намерение.

Ни одна идея не приходит в голову просто так. Она приходит, чтобы что-то сказать. Сказать, что вы можете.

Если вы в течение жизни задумывались заняться чем-то, что не вписывается в ваш привычный уклад — прислушайтесь, это внутренний голос пытается пробиться в сознание, чтобы вы могли исполнить свое предназначение. Не отмахивайтесь от него.

Еcли «душа тянет» — это не случайно. Значит, у вас есть все возможности, чтобы осуществить задачи, которые кажутся невыполнимыми. И в том, куда «тянет» — ваш ресурс, ваша сила.

С годами наши действия и мысли становятся все менее гибкими, все более предсказуемыми, автоматическими. Все страшнее что-то менять в жизни, начинать новое. Но когда мы перестаем учиться, мы останавливаемся в развитии, перекрываем себе доступ к своей максимальной реализации.

Слушайте себя, замечайте подсказки вокруг, они всегда есть. Верьте в себя, ведь если вы чего-то не умеете делать в этой жизни, а хочется — значит, вы уже когда-то делали нечто подобное в прошлых. Ваши навыки никуда не деваются, они только ждут своего часа. Ждут, когда вы поверите в себя.

**КОМУ НУЖНА РЕГРЕССИЯ**

Не всем этот метод подходит. Не тратьте свое время и деньги, если вы не готовы поменять парадигму своего представления о мироустройстве и взять ответственность за свои выборы на себя.

Это действительно не просто — осознать и принять тот факт, что понятие «я» не ограничено физической оболочкой, а наше настоящее — это результат наших выборов в прошлом. Но вместе с тем — это возможность изменить свое будущее.

Кому проще обвинять государство, окружение и родителей в том, что он не там, где хотелось бы — обычно на регрессию не приходит. Как бы эзотерично от психолога это ни звучало — на сессию нас приводит душа, когда вы готовы изменить свою жизнь. Ну, или подсознание, если угодно.

Метод подходит тем, кто не хочет годами ходить на консультации, а хочет получить ответы на свои вопросы быстро и применить полученную информацию здесь и сейчас.

Как правильно заметил главный герой сериала «Инсомния» — время ускоряется, мы уже не ездим на лошади, а предпочитаем другой транспорт, не пишем телеграммы, а общаемся по видеосвязи. Те же процессы происходят и в психотерапии.

Регрессия позволяет сделать определенный апгрейд в сознании, узнав такие глобальные вещи, как:

— для чего вы здесь, какие у вас задачи;

— почему вы с тем или иным человеком, или без него;

— почему в жизни повторяются одни и те же негативные сценарии;

— какова реальность вашей максимальной реализации;

— откуда ноги растут у ваших страхов;

— как найти и интегрировать таланты и навыки, заархивированные в памяти души;

— как вы выбирали родителей;

— почему вас тянет к определенным культурам, странам и эпохам — и это только самые популярные запросы, которые встречаются в моей практике.

Если вы готовы менять свою жизнь, вернуть себе энергию, застрявшую в прошлом, для выполнения поставленных задач — значит, этот метод вам подойдет.

**КАКИЕ ВИДЫ РЕГРЕССИИ Я ПРАКТИКУЮ**

В зависимости от запроса, с которым ко мне обращается человек, я предлагаю регрессионную терапию в следующих направлениях:

— в прошлые жизни;

— по текущей жизни;

— в жизнь-между-жизнями;

— прогрессию.

Теперь чуть подробнее, с примерами.

Помимо решения конкретного запроса, людьми движет желание узнать, кем они были в прошлых жизнях — поэтому чаще я провожу регрессии в прошлые жизни. В этом пространстве также можно найти первоисточники беспокоящих вас сегодня страхов, кармических отношений, найти таланты и ресурсы для решения текущих задач, понять, почему вам близка та или иная эпоха. Именно эти истории вы видите в моем блоге, поскольку остальные более конфиденциальны.

В память текущей жизни мы погружаемся, чтобы разобраться в отношениях с родителями, исцелить травмирующие воспоминания детства или найти недостающие сейчас счастливые моменты. Эта работа проходит от текущего возраста в прошлое, до момента рождения, далее — во внутриутробный период и еще чуть дальше — в зал планирования текущего воплощения, где можно узнать, как вы выбирали свое тело, своих родителей, какие ресурсы и ограничения у вас есть. Нередко во внутриутробном периоде и моменте рождения закладываются блоки, которые в настоящем проявляются как деструктивное поведение или страхи, например, страх одиночества или переедание.

Жизнь-между жизнями. Это пространство, в котором душа отдыхает между воплощениями, анализируя накопленный опыт и планируя задачи на будущее. Здесь есть возможность посетить Хроники Акаши, пообщаться с родственными душами, попросить об исцелении рода и не только. Этот метод я не использую с теми, кто не знакомился с прошлыми жизнями, поскольку толку от огромного количества трансцендентной информации будет мало, если нет осознания опыта в других телах.

Прогрессия. Когда перед вами стоит сложный выбор или вы хотите максимально использовать заложенный в вас потенциал, можно просмотреть наиболее вероятный сценарий вашего будущего, точку максимальной реализации и, если есть, параллельное воплощение.

Каждое направление выбирается индивидуально, иногда в процессе совмещаем. А куда бы вы хотели отправиться?

**РЕСУРСНАЯ РЕГРЕССИЯ**

Что это такое и зачем это нужно?

Помните фразу Пьера Безухова: «если бы я был не я, а был бы…» и так далее. Каждому из нас в определенных жизненных ситуациях кажется, что не хватает каких-то качеств. Уверенности, решительности, хладнокровия, дипломатичности, терпения.

И каждому приходится начинать что-то впервые — строить отношения, карьеру, менять работу, посещать новые страны.

Все это можно проработать ситуативно, наработать необходимые качества, закрепить их и успешно пользоваться. Но это долго, по себе знаю. А можно по-другому: вспомнить.

Все, что мы делаем в этой жизни — так или иначе является отголоском прошлого нашей души. Мы когда-то все это уже делали, всеми навыками, необходимым сегодня, уже обладали. И вам не захочется в этой жизни использовать те инструменты, с которыми ваша душа не знакома.

Например, если в каком-то из прошлых воплощений вы не были музыкантом, вас вряд ли потянет к фортепиано. А если вы не занимали высокий пост, у вас не сложится ситуация таким образом, что вам предложат руководящую должность.

Все абсолютно, чем мы сегодня занимаемся, так или иначе является отголоском прошлого и у вашей души есть богатейшая палитра разнообразных моделей поведения, характеров, интересов и талантов.

Так вот представьте: предложили вам серьезную должность, а вас трясет, когда вы представляете, что на вас будет такая ответственность. Можно, конечно, отказаться. А можно разархивировать аналогичный опыт из прошлого и интегрировать в настоящее.

Или: вы давно плывете по течению и у вас нет сил и энергии что-то менять, вы забыли, что такое — легкость, радость, не знаете, где найти источник этих эмоций вновь.

В ресурсной сессии мы ищем ту вашу прошлую жизнь, в которой необходимые качества были максимально проявлены. Вы буквально сможете вновь ощутить себя тем человеком, у которого уже есть то, что вам сейчас не хватает. И поймете, что этот человек — вы.

Мне, к примеру, очень помогает принимать решения мое прошлое воплощение в теле здорового бородатого викинга. Любая ситуация, если смотреть его глазами, кажется простой. И уже действия я могу совершать, наслаивая его образ. Тогда все получается.

**НА ОДНОЙ ВОЛНЕ**

Что надо всем, особенно сейчас? Мира, спокойствия и любви. А откуда им взяться, если очень многие транслируют противоположные чувства? Кто непосредственно столкнулся с тем, что сейчас происходит — сложно. Остальные что нагнетают?

В психологии есть такое понятие как «эмоциональное заражение», существование которого подтверждалось рядом экспериментов, как в реальном, так и в виртуальном пространстве. Физиологически этот эффект объясняется работой зеркальных нейронов. Если коротко: те эмоции, которые мы транслируем в мир, передаются окружающим, в той или иной степени. А эмоции непосредственно воздействуют на настроение и впоследствии уже на физическое самочувствие. Кроме того: каждый из нас транслирует определенную частоту в зависимости от того, что мы думаем, говорим, чувствуем. И также это передается другим. И возвращается обратно той же монетой. Что излучаем — то и получаем.

Вывод: хотите спокойствия — излучайте спокойствие, хотите любви — излучайте любовь. Наоборот не работает. Верьте в свои силы, от каждого зависит гораздо больше, чем кажется, а вместе мы можем вообще все. Для энергии нет преград в виде пространства и времени. Будьте добрее друг к другу, даже к совсем незнакомым людям. Не мешайте заблуждаться тем, кто, на ваш взгляд, неправ. У каждого свой путь.

Умение управлять эмоциями — это искусство, не многие им владеют, но каждый может научиться. Если захочет. Это как с верховой ездой — или ты управляешь лошадью, или она тобой. Приложив определенные ментальные усилия, мы можем создавать положительные эмоциональные волны, которые, превосходя по масштабам отрицательные, выровняют общую ситуацию в мире в лучшую сторону.

**ЧЕТЫРЕ СЛАГАЕМЫХ СЧАСТЬЯ**

Каждому из нас хочется быть счастливым и получать удовольствие от жизни. Мы составляем для себя список того, что нам нужно для счастья: семья, любимая работа, дом и думаем, что это поможет достичь желанного состояния. При этом зачастую люди, у которых нет всех стандартных «слагаемых хорошей жизни» бывают удивительно счастливы, а с виду успешные и состоявшиеся нередко глубоко несчастны. В чем же дело?

А дело в том, что для того, чтобы испытывать ощущение счастья, каждому из нас независимо от возраста и положения в обществе, нужны всего четыре компонента: дофамин, эндорфин, окситоцин и серотонин. Нехватка одного или нескольких из этих гормонов в организме нарушает ту самую гармонию, которая и является секретом удовлетворенности жизнью.

Настроить баланс этих гормонов можно самостоятельно, если выяснить, чего вам не хватает для полного счастья.

Дофамин — вырабатывается при достижении поставленной цели и мотивирует на дальнейшие свершения. При его нехватке: пропадает интерес к жизни, способность чувствовать удовольствие, возникает чувство вины и накрывает ощущение безнадежности. Малейшие раздражители вызывают всплески агрессии, не хочется ни с кем общаться, снижается внимание и концентрация, может возникнуть зависимость от кофе и алкоголя. Как повысить: исключить из рациона сахар, употреблять продукты с высоким содержанием тирозина (яблоки, бобовые, миндаль) и магния (те же, плюс зелень и цельнозерновые крупы), ложиться спать до полуночи. Отмечать каждое свое достижение, даже самое скромное, а большие цели разбивать на несколько задач и наслаждаться выполнением каждой из них.

Эндорфин — появляется в ответ на боль или стресс, поэтому после испуга тянет рассмеяться, а после интенсивной тренировки возникает ощущение легкости и поднимается настроение. Когда его недостаточно: появляется склонность к депрессии, необъяснимые боли, апатия, плаксивость. Как повысить: включить в свое расписание умеренные физические нагрузки и полноценный сон. На выработку этого гормона также влияет потребление черного шоколада и смех, так что не игнорируйте чаепитие с коллегами, это не трата рабочего времени, а наоборот, способ повысить свою продуктивность.

Серотонин — руководит нашим стремлением к признанию и уважению со стороны окружающих. Его нехватка сказывается, если: вы перестали получать удовольствие от еды, вас утомляют отношения с коллегами и друзьями, наступает чувство одиночества и ненужности, которые влекут за собой депрессию. Как повысить: вспомните все свои достижения и победы, ловите солнечные дни и хотя бы в обеденный перерыв старайтесь получить небольшую порцию ультрафиолета. Поскольку 90% серотонина вырабатываются в кишечнике, важно пересмотреть свой рацион и добавить в него продукты с высоким содержанием триптофана (свежевыжатые соки, орехи, фрукты, зелень, растительные масла).

Окситоцин — отвечает за социальные связи, дарит ощущение безопасности. Низкое содержание окситоцина провоцирует агрессивное поведение, неудовлетворенность в интимной жизни, социофобию. Как повысить: как можно чаще обниматься и не только. Уровень окситоцина поднимается даже благодаря незначительным прикосновениям тех, кому мы доверяем. Если поблизости почему-то не оказалось такого человека, можно записаться на массаж, эта процедура также способствует выработке гормона безопасности.

Надеюсь, что знание механики этих процессов поможет стать счастливее вам и тем, кто вам дорог. Это лишь небольшая подсказка, как выстроить баланс через тело, поскольку тело — это первый уровень, без гармонии в котором трудно двигаться дальше.

**ПРОДАВЕЦ ВРЕМЕНИ**

С закрытием популярной соцсети мне пришла в голову такая метафора: я сидела в большом торговом центре с красиво оформленной витриной. Ко мне приходили люди. Многие просто посидеть, посмотреть, выпить чашечку кофе, отдохнуть душой в атмосфере приятия и спокойствия. Кто-то заходит пообщаться, задать вопрос, поделиться мыслями. Кто-то хочет изменить в жизни то, что его не устраивает и записывается на прием. Но вокруг постоянно снуют люди, очень много народа, все куда-то спешат.

Вокруг есть много других бутиков, красиво оформленных, и внимание рассеивается, отвлекаясь от той задачи, от той мысли, с которой ты приходишь в этот торговый центр. Скорее даже торгово-развлекательный, поскольку большинство туда приходит не для того, чтобы что-то купить, а затем, чтобы потратить свое время на развлечения.

Одна из моих задач там была — делиться своими знаниями, тем, что я поняла для себя, тем, чем считаю важным поделиться. В соседних бутиках были люди, к которым всегда интересно заглянуть, посмотреть, что у них нового, пообщаться, обменяться мыслями, послушать, о чем они говорят.

Мой продукт, регрессия — мало еще кто понимает, для чего он. Я попробовала для себя сформулировать, что это дает и поняла, что скорее это не информация даже, а время — тот самый главный ресурс, который мы не можем восполнить.

На что мы его тратим — на то, чтобы потреблять информацию. И зачастую эта информация не несет никакой пользы для души, для ума. Мы повторяем годами одни и те же ошибки, двигаемся по одним и тем же маршрутам, поступаем в соответствии с выученными когда-то шаблонами и даже не задумываемся, что можно по-другому.

Регрессия позволяет получить дополнительное время, которое, как хорошо знают спортсмены, иногда решает все. Обращаясь к своему подсознанию, мы можем получить ответ на любой вопрос, который есть у нас в голове.

Мы экономим время, задавая вопрос о своем предназначении, призвании. Мы можем начать реализовывать те задачи, с которыми пришли в мир, а ведь многие даже не знают, что это за задачи. Потому что мы не слышим себя из-за обилия информационного шума, который пластами откладывается, как горная порода, в нашем сознании и через нее уже не видно, куда идти, поэтому нам так часто кажется, что мы в тупике. А подсознание убирает этот барьер и позволяет разглядеть те задачи, с которыми мы сюда пришли. Почему мы выбрали таких родителей, почему живем именно сейчас, именно здесь. Почему проблемы в отношениях — кто-то не может создать семью, кто-то в уже созданной семье сталкивается с непониманием. Благодаря регрессионной терапии мы можем увидеть те кармические узлы, которые связывают нас с близкими — с родителями, с партнерами, с детьми.

Мы экономим время и открываем себе пространство для действий, ставя запросом на регрессию поиск причины страхов, которые ограничивают нас, мешают двигаться вперед. Раскрывая первоисточники этих страхов, убирая их, мы можем действовать по-другому. Кроме того, мы возвращаем себе энергию, застрявшую в прошлом и тогда ее хватает на выполнение задач настоящего.

Мы экономим время, просматривая возможные варианты событий своего будущего в прогрессии. Разворачивая сценарий, по которому мы идем, немного вперед, мы начинаем чувствовать, ощущать — хотим ли мы двигаться по этой дороге или что-то нужно скорректировать. Мы перестаем тратить силы на догадки и предположения: что будет если, а вдруг не получится? Заглядывая в сценарий своей максимальной реализации, обнаруживаем там, что то, что мы боялись начинать, а нам хотелось — может быть прекрасно реализовано и намечаем себе новый маршрут, в котором нет места сомнениям, страхам и двигаемся по нему, концентрируя всю свою энергию на той точке, в которой хотелось бы оказаться.

Когда погружаемся в ресурсные моменты, мы экономим время на наработку необходимых нам в жизни навыков. Если мы не знаем — как это — быть смелым, уверенным, решительным — мы не знаем это на уровне сознания. Но все эти качества уже есть в памяти души и можно их интегрировать в настоящее. Также как любые таланты и навыки, которые вы чувствуете, что вам сейчас необходимы, но думаете, что вам это не дано, что вы не сможете. Можно интегрировать их в свой сегодняшний день.

Мы экономим время, затрачиваемое на поиски множества способов расслабиться, настроить баланс, почувствовать радость. И этот опыт тоже есть в памяти души. И это состояние также можно вернуть себе из прошлого в свое настоящее.

**ВПЕРЕД, В ПРОШЛОЕ!**

Решила разобрать три основных запроса, которые сейчас наиболее актуальны в моей практике. Как верно заметила моя коллега: когда есть любимое дело — никакие штормы не страшны. Это правда. Это тот вечный двигатель внутри, который не оставляет места и времени на рефлексию и переживания, а помогает идти вперед и фокусировать энергию на решении своих задач. Поэтому тем, кто чувствует себя сейчас не на своем месте, но осознает, что мир меняется и ищет себя в нем, стоит обратиться к подсознанию за советами по самореализации, по задачам души на это воплощение.

В регрессии мы можем увидеть путь, который вы для себя выбрали и максимально подходящую вам сферу деятельности, в которой вы можете применить свои таланты и навыки. Поиск ресурса — еще одно преимущество регрессионной терапии, которое позволяет здесь и сейчас, без долгих тренировок и практик, интегрировать в свое настоящее то состояние, которого не хватает.

В памяти души есть вся палитра чувств и чтобы картина сегодняшнего дня была гармоничной, нужно просто выбрать подходящие краски. Уверенность в себе, спокойствие, радость, легкость — за этими ощущениями мы погружаемся в подсознание в регрессии, как в волшебный сундук, забирая необходимый артефакт с собой. А вместе с ним — и энергию, которой не хватает, чтобы справиться с информационным и эмоциональным давлением извне. И, как следствие, быстро и эффективно принимать решения, не застревая перед препятствиями, а выстраивая новые маршруты.

Кому-то сейчас особенно сложно сосредоточиться на запросе, кажется, что в голове клубок, который трудно распутать и непонятно, с какой стороны к нему подступиться. Но наше мудрое подсознание всегда знает, какой следующий шаг будет верным. Поэтому в такой ситуации наиболее эффективным запросом будет его отсутствие. Мы ищем ту информацию, которая необходима именно сейчас. И находим ответы, которые удивительно точно отображают карту сегодняшних переживаний и пути выхода из них, над некоторыми из которых мы даже не задумывались, а какие-то из них считали недостижимыми для себя. Мы вообще склонны недооценивать свои возможности и способности, у нас очень узкий коридор допущения — от «возможно» до «невозможно».

Практика общения со своим бессознательным, или с душой, если угодно, позволяет значительно расширить эти границы и убрать страхи и сомнения, мешающие нам двигаться вперед.

Вот, пожалуй, самые популярные сейчас запросы, которые позволят вновь обрести почву под ногами, настроить баланс в душе и транслировать это состояние окружающим. Делитесь этой информацией с теми, кому это сейчас важно, потому что еще мало кто понимает, чем может быть полезна регрессия, а потом удивляются: «а так можно было?»

**БЫТЬ РЕКОЙ**

Один из самых полезных в наше время навыков, которому учатся сейчас абсолютно все — умение действовать в постоянно меняющихся обстоятельствах, или гибкость. Не путайте со способностью приспосабливаться. Это разные вещи. Поясню.

Приспосабливаться — значит подстраиваться под обстоятельства, принять, что окружающие факторы управляют вами. Это болото, где вы — жертва, не берете ответственность за свою жизнь, а ищите виноватых.

Быть гибким — это быть рекой, не менять свою траекторию, а продолжать действовать в постоянно изменяющихся условиях. Река не застревает перед бревном, она обтекает его и движется дальше, по своему маршруту.

Быть гибким — значит уметь брать ответственность на себя, принимая решения с учетом новых вводных. Не застревая, когда не работают привычные шаблоны и рушатся старые устои. Несмотря ни на что продолжать движение. Но как держаться на плаву, если не на что опереться?

Когда вокруг столько противоречивой информации и как правильно — не знает никто. Где искать опору? Внутри. У каждого есть для этого встроенный камертон, который резонирует согласно вашим действиям. Даже те, кто думает, что обделен интуицией, всегда внутри чувствуют — правильно или нет они поступают.

Мы все знаем, что такое хорошо и что такое плохо, можно обмануть кого угодно, кроме себя. Внутренний голос — единственное, с чем сейчас можно согласовывать свои действия, а он всегда основывается на незыблемых, общечеловеческих ценностях. Когда есть согласие внутри, тогда и вокруг вас все будет выстраиваться гармонично.

Сейчас многим приходится делать что-то новое, что-то впервые, а это выход из пресловутой зоны комфорта. Но именно там находится зона развития и роста личности. Не бойтесь принимать решения, слушайте себя и двигайтесь вперед. Делайте свое дело, не застревайте в эмоциях. Их можно увидеть, осознать, что они есть — и двигаться дальше, не тратя энергию на сопротивление. Река не сопротивляется преградам и не возмущается их наличию, она двигается и наградой ей становится море.

**ПРАВИЛЬНЫЙ ФОКУС**

Как обещала — тема преодоления. Как гласит третий закон Ньютона: сила действия равна силе противодействия. Чем больше мы чему-то сопротивляемся, тем больше этого притягиваем в свою жизнь. И наоборот: действуя из позиции созидания, мы гармонизируем пространство внутри и вокруг нас.

Но как понять, из каких мотивов мы совершаем те или иные действия? Например, убираемся. Потому что должны, или для того, чтобы заслужить поощрение, или поднять самооценку? Это мотивы, которыми мы пытаемся восполнить дефицит энергии, но таким образом лишь усиливаем его.

Достаточно задать себе вопрос: почему я это делаю? А затем мы можем выбрать свое «потому что» и изменить его, ведь у нас всегда есть выбор. А зачем его менять — я сейчас попробую объяснить. Любое действие парадоксальным образом наполняет только тогда, когда совершается от избытка. Когда мы отдаем энергию, мы получаем ее, но так работает только в том случае, если нам есть, чем поделиться.

Мы наполняемся, создав в доме чистоту, когда убираясь, вкладываемся энергетически. Есть такая поговорка: «делай, что любишь и люби, что делаешь» и если с первой ее частью нет проблем — это легко, то второму нужно учиться. Мой Мастер, суфий, говорит: любое действие нужно совершать из любви. Тогда все будет складываться легко, радостно и победоносно.

Каждое действие нейтрально и его оценка зависит от субъективного восприятия человека. Но от того, какую эмоцию мы вкладываем в это действие, зависит то, что мы отдаем в мир и то, что в результате получаем.

Так уж вышло, что мы видим сами действия, но не видим энергию, которая их окружает. Однако, каждый из нас, сознательно или неосознанно, чувствует ее. Именно поэтому мы с большим удовольствием приобретем товар у того, кто делает свое дело от души и с любовью, чем у того, кто не любит свою работу, а нацелен только на получение материальной выгоды.

Конечно, у каждого есть действия, которые мы не любим и некоторые из них мы не можем не делать, однако в наших силах поменять их эмоциональную окраску, мотив, на котором они основываются. Кто дочитал этот поток сознания аж досюда — тому бонус в виде примера.

Если вы моете полы, потому что так надо и вообще вся такая несчастная и как все это надоело — вы только больше устанете, а полы будут помыты не так, как вам хотелось бы, так что еще и раздражение появится. А если вспомнить, что эти полы вы моете для того, чтобы в доме было светло и чисто, чтобы было приятно себе и близким, что вы знаете, как улучшается настроение, когда вы расчищаете свое пространство — то это действие будет легким и радостным и даст заряд энергии для решения других задач. Вот это и есть «люби то, что делаешь» — навык в каждое совершаемое действие вкладывать душу.

В то время, как он нарабатывается в повседневных делах, вы начинаете замечать ощутимую отдачу от действий, которые совершаете «по любви», что стимулирует развивать этот навык. Затем он входит в привычку и действий из позиции «надо» становится в жизни все меньше. Потому что она меняется. Это один из способов не разбазаривать свои ресурсы — менять полярность действий и ситуаций, меняя фокус восприятия. О том, где брать эти ресурсы я еще обязательно буду писать. Но прежде чем их восполнять, надо понять, куда они утекают. Потому что пока мы не залатаем щели в сосуде, мы не сможем его наполнить.

**РЕСУРСНОЕ СОСТОЯНИЕ**

Тема восполнения ресурсов сейчас актуальна, как никогда, так что уж извините, если где буду повторяться, мне важно донести информацию для всех, кому она сейчас может быть необходима.

Как и где найти ресурсы? Прежде чем их искать — надо залатать дыры, через которые они утекают. Чтобы понять, куда мы сливаем энергию, надо понять, куда мы обращаем внимание. Наша энергия там, где наше внимание. А что есть внимание — тот луч, который мы направляем через органы чувств и мысли. Когда вы начинаете отслеживать, куда уходит ваша энергия, уверяю, вам это не понравится. Потому как в течение дня она уходит: в те места и события, которые транслируют СМИ, в ностальгию о прошлом, мечты о будущем, пустые разговоры, чужие эмоции и так далее. В итоге из всего энергетического запаса, который у нас есть, остается сил только на то, чтобы ноги передвигать, о профессиональной и творческой реализации, а также о том, чтобы поделиться энергией с близкими — речи даже не идет.

Напротив, вы можете заметить, как люди с низким энергетическим зарядом становятся более конфликтны, а дети — капризны — это тоже один из способов восполнить ресурс, буквально вырвав внимание у ближнего своего. Что еще расходует нашу энергию? Страхи, сомнения, неуверенность. С этим надо работать и лучше со специалистом. Чем больше мы о себе узнаем, чем больше избавляемся от деструктивных программ, тем меньше на нас висит фоновых приложений, которые расходуют вхолостую наш потенциал.

Когда протечки устранены — и только тогда — уже можно наполняться. Можно, конечно, и раньше, но это создает кратковременный эффект, если не закрыты основные дыры, через которые утекает ваша энергия. То есть, сколько ни медитируй, если между делом смотришь новости — это не поможет.

Поделюсь несколькими практиками, которыми пользуюсь сама. Чтобы не сливать энергию:

— Не смотрю новости. Раз в два дня читаю ленту, не больше.

— Не спорю, почти никогда. Стремлюсь к тому, чтобы убрать «почти».

— Записываю план на день, неделю, месяц. Помогает не растекаться «мыслью по древу».

Чтобы восполнять ресурсы: (помимо регрессий и суфийских практик, которым обучалась у своего Мастера)

— Общаюсь со стихиями, буквально — огонь, вода, ветер, земля. Обращайтесь, научу. Все просто, на самом-то деле, наши предки хорошо об этом знали.

— Дыхательные практики. Самая простая: на 1-2-3-вдох, задержка, на 1-2-3-4-5-6 — выдох, задержка. Удобно во время ходьбы. Можно другую тактность, главное, чтобы выдох был в 2 раза длиннее, чем вдох.

— Танцую. Нет, заниматься не хожу, нет времени. Одеваю наушники и танцую, когда убираюсь, готовлю, глажу — прекрасно разгружает мозг и заряжает энергией.

— Тренажерный зал. Не важно, что это будет для вас, важно напрячь мышцы, тем самым, сняв напряжение с головы.

— Пишу картины, тоже под музыку. Творчество — один из лучших способов зарядиться энергией. Главное — не ждать пресловутого «вдохновения», а брать и делать. Когда тяжело, хочется свернуться калачиком и никого не видеть — особенно. В процессе почувствуете, почему.

— Хожу. 7—10 тыс. шагов в день. Шагомер в телефоне — очень мотивационная штука.

— Травки на меду антидепрессивные замешиваю, чаи — тоже Мастер учил. Кому надо — обращайтесь.

— Медитирую. 2—3 раза в день по 5—10 минут. Не ставлю какую-либо цель, просто слушаю себя и пространство. Ответы приходят.

— Практика остановки внутреннего диалога — уже вошло в привычку за 20 лет. Кастанеда очень помог в свое время.

— Метод «Ключ» — три элементарных, но очень эффективных приема.

Вот, вроде бы, и все, что помогает мне выстраивать свой баланс и иметь достаточно ресурса, чтобы помогать другим, поскольку профессия обязывает.

Наш уровень энергии похож на заряд аккумулятора, а еще на вибрационную шкалу эмоций. Чем меньше энергии — тем больше низкочастотных эмоций. И наоборот. Отслеживать это интересно еще и потому, что к нам притягиваются ситуации и люди, которые с нами «на одной волне». Тем самым, они помогают понять, где мы сейчас — и поднять свою планку.

Поэтому прежде, чем расстраиваться из-за того, кто и что вам сказал — посмотрите — где вы сейчас, ведь все окружающее пространство — это просто зеркало нашего внутреннего мира. Что касается суфийских практик — тут вас учить не могу, сама еще ученик, но в моих силах быстро и эффективно помочь вам вернуть энергию из прошлого вашей души благодаря регрессионной терапии.

**ВСЕ ТЫ МОЖЕШЬ**

Мы часто совершаем поступки, которыми оправдываем ожидания окружающих. То есть, из соображений «должен», «надо», «положено». Вписываемся в стереотипы и ограничения, которых вокруг каждого предостаточно и следуем навязанным кем-то шаблонам. Социальные роли и маски прилипают к нам с каждым годом все прочнее, так, что мы уже сами не отличаем себя от своих ролей. Увлекшись ролями, мы забываем об их исполнителе, о душе. Мы — не только тело и можем помнить об этом каждую минуту своей жизни. У нашей души есть задачи, которые ей надо решить и уроки, которые надо пройти. Все обстоятельства, которые есть в нашей жизни сейчас — это максимально подходящие декорации и партнеры по спектаклю, с которыми вы можете отыграть на «отлично». И все качества, которые вам необходимы, уже заложены в вас. У души огромный опыт, в котором есть все составляющие для того, чтобы справиться с любыми трудностями, которые встречаются в этой жизни. И если кажется, что вы не знаете, как — поверьте, вы знаете. Вы просто забыли.

То, что вы не могли бы сделать — вам не встретится в этой жизни в качестве задачи. Каждому дается по силам. Случайностей не бывает, все, что происходит с вами — не случайно. Сценарий был составлен еще на берегу. Кстати, вами. Да, мы сами выбираем где и когда родиться, заключаем с родителями контракты на уровне душ, чтобы наработать те или иные качества, которые понадобятся для прохождения наших уроков.

Чтобы вспомнить — какие это уроки и для чего вы здесь — достаточно обратиться к своему подсознанию, которое хранит ответы на все вопросы. Регрессионная терапия приобретает все большую популярность именно сейчас тоже не случайно. Нам будто позволяют наконец вспомнить и перестать играть вслепую. Осознать свои возможности и вновь ощутить ту невидимую силу, которая нас бережет и направляет.

**ЧТО ДЛЯ ВАС СЧАСТЬЕ?**

В комментариях ко вчерашнему посту в телеграм началась дискуссия о том, что же все-таки такое — счастье. И как сделать его естественным состоянием, если мы привыкли, что счастье — это лишь неуловимые моменты, которые мы замечаем чаще в прошедшем времени. Однажды мой Мастер в разговоре о счастье рассказал анекдот. Дословно не помню, но примерно: — Моня, как стать счастливым? — Выпей слабительного. — А дальше? — Пойди на базар. — И что? — Когда ты найдешь там туалет — ты будешь самым счастливым человеком на свете. Мы привыкли усложнять это понятие и делать недостижимым, ведь правда? А между тем — оно везде. Складывается ощущение, что плавая в море, мы ищем воду. Счастье — это не сумма всех компонентов, которые будут закрывать все потребности, духовные и материальные. Это сама жизнь, путь, который мы идем. Делая каждое повседневное дело из любви, общаясь с каждым человеком, встреченным на пути, от сердца — мы генерируем счастье внутри и вокруг себя.

Еще Мастер рассказывал про дядю Сему, сапожника, который каждое утро приветствовал прохожих, говоря: с праздником! Когда его спрашивали: дядя Сема, что за праздник сегодня? Он отвечал: ну как — ты проснулся, ты можешь ходить, говорить, видеть, вокруг свет, природа, воздух, ты можешь им дышать. Это праздник!

А еще вспомнила историю из практики моей коллеги, она занимается психотерапией в гипнозе. К ней пришла женщина, которая давно и безуспешно пытается построить личную жизнь. Так вот коллега ей сказала: представь, что ты умираешь. Она — да вы что? — Просто представь. — Ну, мне лет 80, я старая, одинокая. — О чем ты жалеешь? — Не знаю. Что не сходила в аквапарк с сыном. — А теперь представь, что ты умираешь через час. — Вы с ума сошли?! — Будем работать или нет? — Будем. — Представь. — Хорошо. — О чем ты жалеешь? — Что не сходила в аквапарк с сыном. Дальше слезы и понимание. А через час после сессии она прислала фото из аквапарка.

Вот так странно проходит наша жизнь, когда мы ищем счастье где-то, когда оно здесь и сейчас. Более того, мы можем его генерировать и дарить другим. Тогда оно возвращается многократно. Как и все, что мы отдаем в мир. Ведь так просто — сделать или сказать другому в течение дня что-то приятное. И счастья в мире будет чуть больше. Но это такая хрупкая материя, как свет — если закрыть глаза — его не видно. Поэтому важно учиться видеть, наблюдать, направлять свое внимание в ту сторону, где есть это счастье. Отслеживать свои мысли, слова, действия — что они несут? Ведь все это — энергия и то, куда мы ее вкладываем, то в жизни и умножается.

**ЗАМЕТКИ О БУДУЩЕМ**

Вопрос был о будущем, что нас ждет и, в частности, Россию. Раз уж он мне пришел, я отвечу, хотя ни в коей мере не являюсь ни астрологом, ни ясновидящей. Но как и любого из нас, меня этот вопрос тоже интересует и если свое будущее я более-менее вижу, то в масштабах государства могу только чувствовать — откликается или нет та информация, которая приходит как ответы на внутренние вопросы.

О будущем России я не много искала информации, но то, что нашла, меня обнадежило. Мне попадались на глаза пророчества Ванги, Нострадамуса, Рерихов. Из современных специалистов по части будущего я люблю слушать астролога Светлану Драган. Очень светлый человек с мощной энергетикой. Так вот все вышеперечисленные провидцы сходятся во мнении, что нашу страну ждет большое и светлое будущее. И мне хочется в это верить. А как говорила моя прабабка: во что веришь, то и есть. Вообще, вера, у-веренность — это чувство, которое прямо пропорционально страху. Чем больше веры, тем меньше страха.

Как человек, работающий с пространством не только этого света, могу сказать, что основные точки своей жизни мы чаще всего определяем сами: выбираем родителей, время и страну, в которой будем жить, опыт, который должны получить. Все это — на базе того кармического багажа, который накоплен нашей душой на протяжение множества воплощений. Но тяжелых ситуаций, которые нам «по сценарию» надо пережить, можно избежать, осознав уроки прошлого, и двигаясь по этой жизни в согласии со своим внутренним камертоном.

Чтобы будущее было светлым, не надо пускать туда темные мысли. Мысли материальны, но большинство из нас не только не умеют управлять ими, но и не осознают их силу. Когда мы проецируем определенные мыслеобразы в голове, в том числе относительно своего будущего, мы испытываем те или иные эмоции. Они, в свою очередь, стимулируют нас к действиям.

Бездействие — это тоже действие. И будущее произойдет так или иначе, но если не прилагать никаких усилий, оно вам вряд ли понравится. Поэтому я предпочитаю строить его в моменте настоящего. Чтобы не фонили деструктивные программы прошлого и была энергия в настоящем, я обращаюсь к регрессии. Чтобы увидеть, насколько я могу максимально реализовать свой потенциал — получила опыт прогрессии.

Возможно, вы замечали, что те стратегии, которые были раньше, уже изжили себя. Много новых вводных и как надо — не знает никто. Кроме вас. Внутри мы всегда знаем, только зачастую не слышим себя. Но этот навык отлично тренируется трансовыми практиками.

Сейчас как никогда важно учиться быть здесь и сейчас, поскольку каждый наш шаг определяет ту ветку реальности, которую мы себе выстраиваем. Как бы мы не рассматривали время — как линию, или как территорию, где все происходит одновременно, важно то, какие действия мы совершаем в текущем моменте и то, на чем мы концентрируем свое внимание. А из этого складывается узор будущего каждого в отдельности и всех нас, как единого целого.

**САМЫЙ ЧАСТЫЙ ЗАПРОС**

Самый частый запрос в моей практике — это его отсутствие. Когда ориентиры потеряны и нужны знаки, подсказки, информация, которая поможет двигаться дальше. Или причины, почему не получается реализовать задуманное. На уровне сознания можно думать и анализировать бесконечно. Падать, вставать и снова пробовать.

Подсознание не ошибается, но его советы мы не слышим, пока не перейдем на другую частоту восприятия. Как радиоканал, голос подсознания можно «поймать» только в трансе. Зачем нам его слышать вообще? Главное, на мой взгляд — для экономии времени. Можно его тратить на хождение по одним и тем же граблям, а можно увидеть и устранить причины неудач и настроить маршрут своей максимальной реализации. Кстати, для меня самореализация — это был всегда приоритетный вопрос. Мне важно было понять, куда идти, как применить имеющиеся навыки и таланты и сакраментальное «зачем я здесь». Регрессионная терапия закрыла все эти вопросы во всех сферах — личной, творческой и профессиональной.

И я еще много буду об этом писать. А пока я нацелена своими статьями и историями из практики максимально раскрыть цели и задачи этого метода, чтобы каждый из вас мог не тратить время на сомнения, переживания, блуждания вокруг да около, а чувствовал себя на своем месте и мог ответить на все вопросы, которые возникают в вашей голове. Потому как случайно они не возникают. И я раньше думала «у всех так» — нет, не у всех, у всех разные вопросы и разные приоритеты. Вот если у меня любимая тема — самореализация, то проанализировав частоту запросов, с которыми ко мне обращаются, я увидела, что второе место после регрессии без запроса занимают регрессии на выявление кармических связей с конкретными людьми, на третьем — поиск талантов, заархивированных в памяти души, затем — поход за ресурсами, необходимыми здесь и сейчас. И уже потом, на пятом месте, любимое мое «призвание и предназначение».

Еще реже встречаются обращения по работе с финансами, страхами, пищевыми расстройствами, психосоматикой.

Совсем единичные случаи — запросы на исследовательскую сессию, например: почему мне так активно нравится/не нравится эта страна/город, какие у меня были нечеловеческие воплощения, почему меня тянет к определенном виду деятельности.

**ОНЛАЙН ИЛИ ОФФЛАЙН**

Когда мне в начале практики задавали этот вопрос, я отвечала: конечно, оффлайн! Но по мере того как я наблюдала за коллегами, которые эффективно используют трансовые практики и даже классический гипноз онлайн, я задумалась. Как только я задумалась, ко мне обратилась знакомая из Турции, которая очень хотела попробовать со мной поработать, но не могла приехать. Тогда я ей сказала: ничего не гарантирую, онлайн не пробовала. Она согласилась быть первой. Ну и, все прошло отлично! С тех пор я убедилась на практике в том, что для энергии не являются преградами не только время, но и пространство.

Я прекрасно понимаю и тех, кто за очные встречи и тех, кто предпочитает онлайн, поскольку была некогда ярым противником гаджетов, пока не ушла с оффлайн работы и не начала учиться и работать в виртуальном пространстве. Это как писать статьи — сначала было очень трудно делать это на компьютере, потом понимаешь, что в этом есть свои преимущества.

Да, не хватает определенной романтики, когда карандаш шуршит по бумаге, но и с лошади на машину мы, в общем-то, пересели именно поэтому — потому что это удобнее и быстрее. Что касается трансовой работы онлайн — по качеству она ничуть не уступает очной, стоимость ее ниже только за счет того, что я вычитаю затраты на дорогу и аренду кабинета.

Основное преимущество онлайн работы в том, что вам не нужно никуда ехать, а после сессии можно просто закрыть глаза и поспать. Но, если при очной встрече я стараюсь организовать максимально комфортные условия для работы, то тут ответственность за то, чтобы вас никто не беспокоил в течение трех часов, лежит на вас. Ну и связь тоже должна быть налажена, при этом обязательно иметь наушники. Что будет, если соединение прервется? Вдруг я не выйду из транса? Ужас-ужас. Но нет. Соединение иногда прерывается, это нормально. Мы переподключаемся, созваниваемся и восстанавливаем связь. Да, это занимает время, но про «не выйду из транса» — выкиньте, пожалуйста, из головы. Во время работы вы не обездвижены как бревно и все прекрасно соображаете, ведь мы ведем с вами диалог. Мы налаживаем связь и продолжаем работу с того места, на котором остановились.

Так что не пугайтесь онлайн формата, кто сомневается, можем предварительно созвониться не по телефону, как я обычно делаю, а в ZOOM или Skype, чтобы вы почувствовали, что это удобно. Ну а романтиков личного общения по-прежнему жду в уютном кабинете на Китай-городе.

**ПОЛЕЗНЫЙ ТРИГГЕР**

Иногда смотришь на черемуху — просто черемуха, пройдешь мимо. А иногда — щелк — и тебе 5 лет, ты идешь с бабушкой по двору из булоШной, покусывая на ходу мороженое в стаканчике и чувствуешь себя абсолютно счастливой.

Запах. Самый мощный триггер, способный переместить нас в пространстве и времени. Чаще всего это происходит спонтанно, когда мы вдруг почувствуем на прохожем знакомый парфюм или вот так, пройдя мимо цветущего дерева, перенесемся в давно забытое ресурсное воспоминание. Но можно это делать и сознательно, окружая себя теми запахами, которые ассоциируются с приятными моментами прошлого. Зачем это делать? Мы воспринимаем информацию органами чувств и когда воспоминания стираются, эмоциональная память остается. Это можно использовать, чтобы восполнить свою энергию, когда это необходимо. Именно поэтому мы пересматриваем старые фильмы, вешаем на стену любимые фотографии, слушаем песни, с которыми много ассоциаций. Так мы добираем ресурс через зрительную и слуховую память. А можно и через вкусовые ощущения отправляться мысленно в приятные воспоминания, тут главное, не переусердствовать. Или через тактильное восприятие, надев, например, старый любимый свитер.

В зависимости от того, какая модальность преобладает у человека, кто он больше по типу восприятия — кинестетик, визуал, аудиал (наиболее распространенные) — вы можете найти свой триггер, который будет вас вытягивать в трудные моменты и станет еще одним эффективным инструментом самопомощи. Вытаскивая на поверхность сознания положительные эмоции, мы буквально преображаемся изнутри и лучше себя чувствуем, а это, в свою очередь, чувствуют окружающие.

От того, как мы себя воспринимаем, напрямую зависит качество общения, продуктивность и результаты нашей деятельности. Любая эмоция — это энергия, которую мы бессознательно транслируем в мир, а затем она возвращается к нам обратно, через людей и ситуации.

Так работает ресурсная регрессия — мы отправляемся в память души, не только через текущую жизнь, а далеко за ее пределы — и ищем необходимые сейчас качества и эмоции — счастье, радость, уверенность, спокойствие — интегрируем их в настоящее и начинаем «звучать» на этой частоте. И тогда можно заметить, как со сменой внутреннего состояния меняется мир вокруг. Мои ресурсные маячки, которые навскидку вспомнила — запах кофе, сирени, жужжание самолетиков на аэродроме неподалеку и одна из моих картин.

**ЧТО МЫ ВИДИМ В РЕГРЕССИИ**

Было или не было с вами то, что вы видели в регрессии, никто научно не докажет. Факт в том, что все, что есть в нашей голове, так или иначе оказывает на вас влияние, а чего в нашей голове нет, того мы и в регрессии не увидим. Действия определяются эмоциями. Повторяющиеся действия формируют паттерны поведения.

Поясню на примере текущей жизни, даже не заходя в прошлые. Машу выбрали читать стихотворение в детском саду в 3 года, а Таню не выбрали. Таня решила, что она хуже и в каждой ситуации, где надо проявить себя, она теперь пасует, потому что чувствует себя хуже и не верит, что ее выберут. Это может быть реальная ситуация, а может, в жизни Тани ее вообще не было, может, Маша просто читала стихотворение, которое учила с бабушкой, а Таня тоже хотела, но тогда в 3 года у нее сложилось впечатление, что Машу «выбрали», а ее «не выбрали». Или вообще ей приснилась эта ситуация в детстве, а чувство от сна осталась. (При этом, естественно, на уровне сознания «раскопать» эту якорную ситуацию и связать ее с насущной проблемой Тани в ее, к примеру, 38, не представляется возможным).

Именно чувства, когда-то пережитые, оказывают влияние на наше поведение. И в регрессии мы опираемся как раз на чувства, которые мешают в настоящем. То есть если запрос «почему я не могу построить отношения» — надо искать чувство, которое мешает это сделать и от этого чувства идти уже в глубинную память, искать его первопричину. Чаще по этому запросу это страх или одиночество и если человек буквально фонит на частоте этих эмоций, конечно, ему трудно построить личную жизнь.

Убрав деструктивное чувство, связанное с запросом, человек начинает вести себя по-другому, реагировать по-другому и, в итоге, меняет свою жизнь. Потому что старая программа больше не влияет. И вовсе не важно, были в реальности или нет все эти сюжеты, которые я пишу тут в историях. Это работа с подсознанием, в котором заключено 90% нашей «оперативной памяти» и она позволяет найти корни проблемы там, где сознание может только гадать.

**РЕСУРСЫ В ТЕНИ**

Куда девается энергия? Львиная доля нашего энергетического потенциала уходит на то, чтобы удержать в подсознании те аспекты нашей личности, совокупности которых Карл Густав Юнг дал определение «Тень». С этой стороной себя мы предпочитаем не встречаться и даже отрицать сам факт ее наличия. А напрасно, ведь это тот колодец, из которого можно черпать ресурсы для реализации своих задач.

Что такое тень?

Юнг относил к этому понятию все те качества, мысли и эмоции, которые противоречат нашим понятиям о морали и нравственности, но при этом являются неотъемлемой частью нас. Это те проявления, которые в процессе воспитания общество нас выучило подавлять. Злость, зависть, жадность, глупость, безнравственность — все то, что мы так отчетливо видим в других — все то же самое есть в нас самих.

Как бороться с тенью?

Чем больше мы с ней боремся, тем чаще проигрываем, единственный способ ее победить — признать в себе наличие тех качеств, которые мы не приемлем в других. Пока мы их не признаем, мы тратим огромное количество энергии на удержание этого переполненного шкафа в подсознании, из которого рано или поздно что-то вываливается нам на голову в самый неподходящий момент. Пример: чем больше люди в браке замалчивают свои негативные чувства друг к другу, тем больше шансов, что эти эмоции вылезут либо через физический симптом — гипертония, лишний вес, аллергия, либо в один прекрасный момент вырвутся наружу в грандиозный скандал.

Что еще спрятано в тени?

Самое обидное, что вместе с асоциальными качествами, которые табуированы в обществе, в эту яму попадают и наши творческие импульсы, те проявления и желания, которые в детстве нам сознательно запрещали или не давали возможности проявлять. Самый простой пример — рисунки на обоях, за которые большинству из нас влетало. Вместо того, чтобы предоставить ребенку место и возможность выражать себя, родители просто налагали запрет. Вырастая, такому человеку сложно разрешить себе делать то, что всегда хотелось, но было однажды жестко пресечено.

Как увидеть тень?

Сознательно это сделать трудно, поскольку человек привык прятать ее сам от себя и даже в работе с психологом отрицает наличие некоторых качеств. Один из приемов, с помощью которых можно обойти контроль сознания — это выписать все качества, которые нас раздражают в людях своего пола. Только честно. А потом, почитав этот список, попробовать сознаться себе, что хотя бы одно есть внутри. На самом деле есть все, которые раздражают, и чем больше они раздражают, тем сильнее вы их внутри сдерживаете. Но признать все — задача со звездочкой и требует времени и мужества. А вообще — это работа непрерывная, результаты которой, при должном внимании и наблюдательности превзойдут все ожидания. В каждой ситуации отмечая, что нас раздражает, с каждым человеком, который нас чем-то «триггерит», у нас появляется шанс заглянуть на свою темную сторону и увидеть, что нам зеркалит окружающий мир.

Зачем смотреть в тень?

Осознавая и признавая качества, которые мы прячем в тени, выпуская их часть наружу (привет, «девочки не злятся» и «мальчики не плачут»), мы высвобождаем свою энергию, у нас становится больше сил на реализацию своего потенциала. Прежде чем искать ответы на вопросы «как быть собой» и «где найти себя», сначала следует заглянуть себе за спину.

**О САМОВОСПРИЯТИИ**

Недавно выкладывала аватар в инсте, так вот 60% ответили, что не похожа. Согласна, чтобы было похоже, там надо долго заморачиваться. Пока игралась с аватаром, вспомнила, как однажды на занятии по аналитической психологии меня поразил один факт: то, как мы себя воспринимаем, то, как мы хотим, чтобы нас воспринимали и то, как на самом деле нас воспринимают окружающие — это, как правило, три разных человека.

Пример: девушка, считает себя недостойной внимания, при этом старается, чтобы ее воспринимали как сильную, независимую личность, а со стороны производит впечатление человека вспыльчивого и бескомпромиссного, к которому трудно найти подход. Вот и складывается в ее жизни такая невротическая ситуация, когда она пытается построить отношения, но из-за того, что нет понимания себя и того, как гармонично себя преподнести — она делает все для того, чтобы этих отношений у нее не было.

Можно ли это проработать в регрессии? Можно, например, это будет работа на выявлении чувства страха, которое мешает поверить в себя и в то же время делает ее внешне недоступной, даже агрессивной. Агрессия — один из механизмов защиты от страха. Это только один из примеров, все очень индивидуально.

А можно гармонизировать все эти состояния и без регрессии, но дольше, не за одну сессию. Я вот все задумываюсь о возобновлении консультационной практики, ведь не все осознают эффективность регрессионной терапии, а психологические консультации — это что-то такое привычное, что уже вошло в наш обиход. Так что если этот формат вам предпочтительней — обращайтесь. А летом будет еще и групповая работа, но там чисто трансовый метод.

Все эти состояния, которые я упомянула, являются частями нашей многообразной личности и при умелом управлении могут работать на достижение ваших целей. Но для этого нужно изучать себя, грамотно разделять свои социальные роли, осознавать свои маски, архетипы, видеть свои теневые стороны и тоже уметь ими пользоваться. Чем лучше вы знаете себя, тем эффективнее сможете решать вопросы во всех сферах вашей жизни.

Не поленитесь попробовать на практике, совпадает ли ваше самовосприятие с тем, как вас видят другие. Напишите пару-тройку предложений, которые подходят вам больше всего, потом, какими вы хотите выглядеть в глазах окружающих и попросите знакомых написать, каким они видят вас. И сравните — насколько эти три портрета сочетаются между собой и что вы можете изменить, чтобы производить именно тот эффект при коммуникации, к которому стремитесь.

**МУДРЫЕ ДУШИ**

«Когда я был большим… " — с этих слов моего трехлетнего сына началось мое путешествие в регрессионную терапию. По мере того, как я обучалась методу, интерес к феномену воспоминаний детей о прошлых жизнях только возрастал и год назад я выпустила книгу, где в том числе поместила пару десятков историй детей, собранных на просторах рунета.

Начало исследованию детских воспоминаний о прошлых жизнях положил американский психиатр Ян Стивенсон. Он был убежден, что это единственный доступный метод дать научное обоснование феномену реинкарнации, ведь зачастую дети рассказывают такие вещи, которые не могли нигде узнать, едва научившись говорить. Стивенсон ездил по странам Востока, а также находил случаи в Европе и США, где ребенок рассказывал о прошлой жизни. В более 2000 случаев ученому удалось найти подтверждения их рассказам. Отдельную часть своего исследования он посвятил родовым пятнам, которые по форме и расположению были идентичны травмам, полученным детьми в прошлых жизнях. Его исследование продолжил Джим Такер, с которым мне удалось связаться и выяснить, что на территории нашей страны детскими воспоминаниями никто не интересовался. А между тем у меня все накапливались истории, рассказанные русскими мамами и в этом году выйдет еще одна книга с десятками подобных воспоминаний.

Когда я услышала впервые от своего сына рассказы о прошлых жизнях, мне порекомендовали почитать книгу Кэрол Боумен «Прошлые жизни детей», которая тоже познакомилась с этим феноменом через воспоминания своего сына. Теперь я рекомендую ее всем мамам, которые столкнулись с чем-то подобным или сами в детстве пережили опыт ощущения, что уже жили прежде. Эта книга — самая легкочитаемая из литературы на эту тему. Также можно почитать» Старые души» Тома Шредера — корреспондента «Вашингтон Пост», который сопровождал Стивенсона в нескольких экспедициях, или книги самих Яна Стивенсона и Джима Такера, но они уже написаны более научным языком.

Верите ли вы в реинкарнацию или нет, имейте ввиду, что однажды ваш ребенок может вас удивить. Не пренебрегайте его воспоминаниями, если это случилось, не пугайте и не пытайтесь его разуверить. Если он рассказал это вам — значит, вы к этому готовы и через его воспоминания можете лучше понять интересы и склонности своего ребенка.

Все наши таланты и способности, как и наши страхи, берут начало в глубинной памяти души. Берегите эти воспоминания, а лучше — запишите, возможно, их смысл раскроется позже. Ну и если вы уже сталкивались с чем-то подобным — буду рада, если поделитесь, потому что собираюсь и дальше продолжать исследование, которое — я твердо в это верю — позволит иначе взглянуть на детей, не как на несмышленышей, а как на мудрые души, пришедшие к нам, чтобы многому нас научить.

**КАК ВЫБИРАТЬ ЭМОЦИИ**

Я люблю кофе, потому что в детстве по утрам папа всегда варил этот напиток, который накрепко ассоциируется с уютом, душевными разговорами и уверенностью в завтрашнем дне.

Так формируются наши нейронные связи, которые влияют на наши предпочтения.

Маленькие дети воспринимают все, что видят, с интересом, пока не набираются опыта: это вкусное, это невкусное, это приятно, а это опасно. Со временем в мозгу выстраиваются программы, которые работают уже без сознательного управления, автоматически. Также, как функции жизнеобеспечения: дыхание, кровообращение итд.

Так, попадая в определенную ситуацию, мы машинально даем ей оценку на базе имеющегося опыта. Причем у разных людей одна и та же ситуация может вызывать диаметрально противоположные реакции. Например, одни воспринимают переезд с энтузиазмом, другие считают, что он «страшней пожара».

Также с людьми: мы воспринимаем окружающих и их поступки на базе встроенных программ. К любому встреченному на пути человеку мы испытываем эмоции — или положительные, или отрицательные.

Не всегда наша оценка коррелируется с мнением других, поскольку у каждого свой опыт.

Иногда мы сами понимаем, что наше восприятие мешает, а не помогает нам — когда принятое когда-то решение на данный момент уже не актуально. К этой категории относятся все фобии. Если когда-то (в этой или в прошлых жизнях) негативный опыт накрепко связал ситуацию полета со страхом смерти, проявляется аэрофобия.

Также в жизни ежедневно возникает множество ситуаций, где хотелось бы реагировать по-другому, но не получается, к примеру, если тон голоса начальника подсознательно вызывает желание задушить его здесь и сейчас.

Чаще всего мы даже не осознаем, почему у нас вызывают негативные эмоции те или иные ситуации или люди, потому что добраться сознательно до якорного момента, где записалась эта программа, невозможно. Для этого в том числе и используется регрессионная терапия, чтобы устаревшие реакции не мешали в настоящем.

Но большинством эмоций, которые мы испытываем каждый день, можно научиться управлять. Также, как вы ежедневно выбираете, что есть на завтрак, обед и ужин.

Представляя какого-то человека, который вызывает у вас негативные эмоции, найдите в нем то, что вам нравится — деталь одежды, голос, качество — любая мелочь, которая в нем вызывает положительный отклик. Сконцентрируйтесь на ней, не допуская появления привычной реакции. Почувствуйте эмоцию, которую это качество или черта характера вызывают в вас — уважение, радость, симпатия, даже сочувствие подойдет.

Зафиксируйте свое внимание на этом моменте. Повторите столько раз, сколько потребуется, чтобы изображение было четким, а эмоция — яркой. Потом потренируйтесь в «полевых условиях» при встрече с этим человеком. Тот же алгоритм можно использовать в ситуации, в которой хотите изменить свои реакции.

Чем это полезно: пока эмоции управляют вами, а не вы — ими, вы будете их марионеткой снова и снова, попадая в ситуации, в которых для вас кроется урок, который вы не понимаете. Меняя реакции, вы меняете фокус восприятия и становится понятно, для чего этот опыт вам дается.

Ну и несмотря на то, что мы не умеем видеть наши тонкие тела, они у нас все в наличии. Поэтому мы, сами того не подозревая, общаемся без слов — мыслями, эмоциями. А потом удивляемся, сколько всего негативного «налипает» за день. А как ему не налипать, если то и дело мы транслируем в пространство раздражение, злость, зависть, разочарование? А ведь все, что отдаем — получаем обратно. Хотите ли вы получать то, что отдаете или пора почистить компьютер?

**ИСЦЕЛЕНИЕ КАРМИЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЙ**

Что такое кармические узлы и как их развязать?

Я уже писала о кармических отношениях, теперь хочу подробнее остановиться на понятии «кармический узел».

Можно представить, что от каждого из нас тянутся в огромном количестве невидимые нити ко всем людям, с которыми мы общались, общаемся и только будем общаться. Некоторые из них тонкие, другие — более прочные, по одним энергия проходит легко и свободно в обе стороны, соответственно, отношения с этими людьми гармоничные, а с некоторыми нити отягощены узлами, в которых энергия блокируется, искажая отношения, как кривое зеркало.

Как образуется кармический узел? Чаще он лежит в плоскости, далеко уходящей за рамки текущей жизни. Это могут быть сильно заряженные эмоциональные ситуации, которые впечатались в память души не пройденным уроком и не позволяют людям отпустить друг друга, пока этот заряд не будет деактивирован.

Какие это ситуации: насильственная смерть, предательство, клятвы, обеты, обещания — как в вечной ненависти, так и в вечной любви.

Самые запутанные отношения чаще всего проявляются в этой жизни через людей ближнего круга — родителей, партнеров, детей. Когда эти отношения негармоничные — постоянные ссоры или, наоборот, необъяснимая тяга к человеку — велика вероятность, что урок, который вы проходите скорее всего не первую жизнь, не пройден.

На уровне земной логики это выглядит как проблемы в отношениях, тогда как на уровне душ — это взаимопомощь, где души помогают друг другу пережить определенный эмоциональный опыт — любви, прощения, милосердия. Но на небесах свой юмор и мы тут мечемся, как хомяки в лабиринте, потому что не помним обещаний, данных друг другу «на берегу» и в результате только крепче затягиваем кармические узлы.

Как их развязать? Логичнее всего вернуться в там и тогда, где этот узел был завязан. Сейчас много энергопрактик, которые позволяют справиться с этой задачей. Не могу говорить о методах, в которых не разбираюсь, но с уверенностью могу сказать, что регрессионная терапия успешно решает эту проблему. Погружаясь в глубинную память души с запросом об исцелении отношений с конкретным человеком, о поиске причин проблем во взаимоотношениях, мы переносимся в то время и место, когда завязался этот кармический узел и можем отследить динамику этих отношений на протяжении нескольких воплощений.

Как это работает? Когда мы выявляем причины, мы выпускаем заблокированную там энергию, тот эмоциональный заряд, который в отношениях между двумя душами превратился в кармический узел. Кроме того, мы разделяем выборы и решения, сделанные тогда, от нынешней жизни, в которой они уже не актуальны. Ведь если, как в популярной сейчас шутке, в одном из прошлых воплощений ваш нынешний муж сжег вас на костре, мстить ему в текущей жизни уже вам не надо. Только если размышлять об этом сознательно, ничего не изменится, это можно разрешить только на уровне эмоций, прочувствовав их изнутри. По той же причине далеко не всегда работают методы исцеления кармических отношений при посредничестве других людей, которые обещают избавить вас от этого груза без приложения вашего участия. Сила слова и сила намерения такова, что если вашей душой однажды было дано обещание или клятва, то лучше вас никто ее с вас не снимет.

Как понять, что узла больше нет? Как и с любой другой проблемой — когда вы вдруг обнаруживаете, что перестали о ней думать. Когда во взаимоотношениях с человеком, когда-то сложных, вы чувствуете, что на вас больше нет крючков, за которые вас могли цеплять или тянуть. Когда вы перестаете думать об этом человеке или ваши дороги расходятся легко и по взаимному соглашению, либо в отношениях наступает гармония и понимание. Когда больше не болит.

Как исцелять кармические отношения сознательно? Это работа не быстрая, но при должном усердии и искренности с собой, она по силам каждому. Чтобы развязать кармический узел, важно простить и отпустить человека, его душу на самом глубинном уровне. Вычистить свой колодец претензий и обид по отношению к нему и поблагодарить за качества, которые вы смогли в себе наработать, проходя общие уроки. Хорошо помогает молитва за человека, можно ставить свечи за него (только не перепутайте — за здравие — прости Господи). Можно написать письмо этому человеку, в котором прописать, за что вы его прощаете и за что хотите попросить у него прощения. И сжечь. Письмо.

Какую бы технику вы не выбрали, если есть желание гармонизировать отношения, у вас обязательно все получится. Самое главное — и самое сложное — делать это искренне. Лукавить мы можем в мире людей, но на уровне душ это не работает.

**СТРАХ ОТНОШЕНИЙ**

Отсутствие отношений — это тоже отношения, а в моей практике это настолько частый запрос, что я все больше освещаю эту проблему.

Страхов, связанных как с отсутствием отношений, так и с перспективой их появления, масса. Проблема в том, что тут много вторичных выгод и невыгод, которые зачастую не осознаются, поскольку лежат глубоко в подсознании. Чтобы до них докопаться, уходят годы, тогда как в регрессии в состоянии транса мы сразу попадаем в корень проблемы, тем самым экономя время, деньги и нервы.

В числе причин отсутствия отношений сами люди чаще всего считают низкую самооценку, завышенные ожидания от потенциального партнера или родовые сценарии. Но это только верхушка айсберга. Под ними лежат страх одиночества, страх потерять свободу, страх быть отвергнутым, страх не оправдать ожидания и еще куча разных страхов.

Но и это все можно выявить на уровне сознания, в обычных психологических консультациях. А вот откуда ноги растут у этих страхов, вы никогда не сможете найти, не погрузившись в свою глубинную память.

Там, в сокровищнице нашего бессознательного, заархивирован весь опыт, наработанный душой за многие воплощения. Где мы были мужчинами и женщинами, любили, страдали, предавали, клялись, расставались, жертвовали, мстили, ненавидели.

На чем мы сейчас основываемся, испытывая страх отношений (который, в свою очередь, тоже не всегда осознается)? На том опыте, который помним. Опыт детства, отношений в семье, первой любви и расставания. Что было с нами до этого — мы не помним, но это вовсе не значит, что этого опыта нет в памяти. Просто так устроен мозг, что в сознании хранится только 5% информации, а к остальным 95-ти можно получить доступ только через специальные техники. И мы не в состоянии вспомнить предательство 700-летней давности или обет безбрачия, данный 300 лет назад.

Ну а кто не верит в реинкарнацию, может воспринимать эти сюжеты как метафоры подсознания, которые таким замысловатым образом иллюстрируют наши страхи. И это не важно, веришь или нет, все, что есть у нас в голове, так или иначе оказывает на нас влияние.

Чем хорош метод регрессионной терапии — мы можем найти первопричину проблемы, которая мешает нам жить в настоящем и строить свое будущее. Вытаскивая на поверхность сознания тот опыт, который продолжает оказывать сегодня влияние, мы лишаем его этой силы, оставляя прошлое в прошлом и двигаясь дальше без этого груза. После сессии постепенно происходит распаковка полученных данных и начинают меняться реакции, самовосприятие, а, как следствие, и выборы в привычных ситуациях.

Что еще мешает отношениям?

Чрезмерная заряженность этой темы. Как и в любой другой сфере, чем больше мы чего-то хотим, тем меньше этого получаем. На вопрос: почему так это важно, тоже можно найти ответы.

Убеждения. Те установки, которые нам прививали в детстве взрослые и впоследствии общество, также врезаются в нашу память, как сказанная 2-х летней девочке фраза: такую неряху никто замуж не возьмет. Энтер. Программа записана. Осознается? Нет.

Но это темы отдельных статей, а пока на этом остановлюсь.

Ну и завершить книгу мне захотелось недавно проведенной прогрессией с удивительным человеком, благодаря которому удалось приоткрыть дверь в наше с вами общее будущее. Верю, что кому-то эта информация поможет верно расставить приоритеты и задуматься о самом важном.

**ЖИВИ КАК ДУША**

Сибирь. 2045 год.

…

— Мир очень изменился, мы прошли огромный путь трансформационный, но почему-то мы не воспринимаем это как тяжелое что-то, воспоминания не тяжелые. При том что нагрузки были колоссальные, но какое-то есть чувство исполненного долга. Ощущение, что мы смогли, ура.

— Что стало переломным моментом в истории?

— Переломные времена сейчас, мы будем считать, что начались переломные времена в эти годы, они сейчас и все это в дальнейшем приведет к тому состоянию, которое там есть.

…

— Как вы изменились за это время, что стало в вас нового?

— Мое тело легкое, как будто полупрозрачное, как будто оно как белые одежды светящиеся выглядит. Оно весит гораздо меньше, как будто не совсем в материальном мире, как бы сдвиг происходит в тонкий мир.

…

— 2032 год. Начало трансформации.

— Как это было по ощущениям?

— Это не было щелчком, это было как иногда просыпаешься бывает в таком хорошем настроении, в хорошем самочувствии, максимально продуктивном. И ты как будто наполнен этим светом, какой-то энергией. Примерно так — ты просыпаешься и вдруг понимаешь, что ты в своем лучшем состоянии, а это запустились эти процессы. Которых ты еще не можешь назвать, потому что нет названия этому, нет опыта, чтобы это соотнести словами какими-то известными тебе. Но эти процессы запускаются и однажды ты понимаешь это и уже формулируешь это так.

…

— Как выглядит улица, какие люди на ней?

— Люди очень светлые, я их вижу как светлых людей, излучающих свет. Я как будто глазами этот свет вижу. Женщин как-то больше вижу на улице. Нужно подойти к кому-то. Да, они даже транслируют информацию, еще не разговаривая. Потом я их вижу такими, что мы все вместе в одной реальности, в одном времени находимся и информацию можно считывать просто телепатически, даже не надо с ними разговаривать. Информация идет, что все они такие. Надо спросить, куда делись остальные, те, кто не смог. Я с них считываю информацию с тех, кто рядом. Они испытывают такие мысли, что произошло разделение каких-то реальностей и для них эти люди просто не существуют, как невидимые…

— Можем ли мы узнать, когда произошло разделение реальностей?

— Они говорят, что сначала люди как чуждые тебе, начали просто уходить из твоей жизни, ты перестаешь просто с ними общаться. Сначала ты остаешься в реальности с ними в одной, но тебе до ужаса не интересно, очень тягостно общаться с ними, они просто уходят, потому что не соответствуют твоим интересам, твоим вибрациям. Сначала все параллельно живут. А потом оказывается, что те, кто очень счастливы, они генерируют это добро, свет, который из них исходит — они осознанно генерируют. И как будто купаются в этом теплом состоянии, им очень хорошо на душе, очень всегда гармоничное состояние такое внутреннее приятное. Те люди, которые на низких вибрациях — они даже не видят, как будто они слепы и не понимают, что рядом с ними люди, которым кайфово жить так, в это же самое время, пока те жутко недовольны. В принципе, и сейчас же так начинает происходить. И те, кто несчастливы — они не понимают, как можно быть счастливым, вот этого всего не понимают, что можно достичь прямо сегодня, прямо здесь и прямо сейчас. Они говорят, что уже в такой степени все это есть, все это сейчас началось. Дальше больше будет разбег.

…

— Не привязывайтесь к материальному, в материальном мире многое изменится. Вам будет не больно, если вы сейчас это проработаете. Прям полностью все привязки убирайте, тогда будет легко.

— Можем ли мы сейчас узнать, что изменится в материальном мире в ближайшие годы?

— Мы как будто лишимся многих вещей, за которые цепляются те люди, которые цепляются за материальное. Ну это в основном не люди, эго их цепляется. Такие вещи, они уходят. Те, кто не привязаны — они уже переросли, им не будет больно, а ломать будет тех, кто привязан. Ну так должно быть, говорят, это прям зов души такой.

…

— Не будет одного события, что все одинаково в один день лишатся… У каждого будет свое. Каждому что нужно, кто в чем нуждается — у того так и произойдет все. Но уроки будут, все равно, потому что мы не должны быть привязаны к материальному, показывают. Ценность души выше, не нужно размениваться на это, нужно смотреть на это как будто твое воплощение закончилось и ты уже сверху просматриваешь его. И прямо сейчас, то событие, которое ты проживаешь, смотри на него как будто ты с неба, сверху просматриваешь, как ты себя сию секунду ведешь, какой выбор делаешь, что для тебя важно, о чем ты думаешь, о чем заботится твоя душа. Сказали, живи как душа, каждую минуту проживай и это будет максимально полезно. И сказали, что кто тебя не услышит в этом: живи как душа, просматривай события — ты им уже не сможешь по-другому дать эту информацию, другого нет, а кто готов, тот сам так живет.

Я благодарю всех, кто потратил свой самый ценный ресурс — время на прочтение этой книги.

Я благодарю тех, кто делился в соцсетях своими историями и историями своих детей.

Я благодарю моих регрессантов за доверие и смелость на пути к познанию себя.

Я благодарю моих преподавателей и учителей, которые помогают мне расширить восприятие реальности и рабочий инструментарий для более качественной работы с людьми.

Я благодарю свою семью и друзей, которые всегда рядом, терпеливо выслушивают мои потоки сознания и поддерживают на пути познания себя.

Я благодарю моего Наставника, который помогает найти нужные слова и фразы, чтобы выразить ту информацию, которую я должна передать.

Я благодарю моих родителей, которые помогли развить в себе все необходимые качества для решения поставленных мною на это воплощение задач и эту книгу, как и предыдущую, я спешу приурочить к папиному Дню Рождения. Рада, что это становится хорошей традицией.

На обложке также фрагмент папиной работы, посвященной мне. Как и прошлые, полная подсказок и метафор, которые помогают мне не сбиться с пути.

Лисицын Никита Николаевич, спасибо тебе и с Днем Рождения!

Связаться со мной можно любым удобным для вас способом:

— по телефону/WhatsApp: 89260270112

— по почте: Antoninafox@mail.ru

— в телеграме: https://t.me/drevnyaya\_dusha

— на сайте: http://drevnyayadusha.tilda.ws/

С уважением, Антонина Лисицына.