**

*Моим родителям, у которых нет инстаграма,*

*но интересно, чем ребенок занимается.*

***Благодарности:***

*Моему мужу, который неизменно поддерживает все мои начинания.*

*Моему Наставнику, магу и целителю, доктору Алишеру Васлиеву, за осознание того факта, что все возможно.*

*Лучшему психотерапевту Великобритании, Алле Дейвис, за мотивацию и веру в себя.*

*Моим проводникам в мир регрессионной терапии, Алле Кинякиной и Елене Ратничкиной.*

*И конечно, моим любимым клиентам, чьи истории представлены в этой книге, за доверие и мужество на пути к познанию себя.*

**Небольшая регрессия по моей текущей жизни:**

− осень 2020 − поступила в Институт транс-ориентированной психологии им. Ф. Гудман на факультет регрессионной терапии, тогда же начала регрессионную практику. На текущий момент в копилке моего опыта чуть более 40-ка клиентов, получивших незабываемый опыт путешествия в прошлые жизни, жизнь-между-жизнями, воспоминания детства и проектирования вероятного будущего.  
  
− осень 2019 − повышение квалификации в НИИ ДПО по специальности «психотерапевтические методы в работе психолога» и начало частной консультационной практики.  
  
− 2009-2019 − служба в уголовном розыске в должности оперуполномоченного, а также получение доп. образования по проведению психофизиологического исследования с использованием полиграфа и практика работы на детекторе лжи по тяжким и особо тяжким преступлениям. Капитан полиции в отставке.  
  
− 2007-2009 − работала корреспондентом на РТВ «Подмосковье».  
  
− 2003 − поступила на факультет культурологии в Государственную академию славянской культуры, после 3 курса перевелась на факультет психологии, который благополучно и закончила.  
  
Это что касается профессиональной деятельности. Все документы об образовании − в актуальном.  
  
О личном: замужем 15 лет, двое детей, 5 и 11 лет. В свободное от практики и домашних обязанностей время делаю транскрибацию сессий своих коллег, редактирую книги, ассистирую на тренингах британскому гипнотерапевту.  
  
В настоящее время постигаю азы управления энергетическим потенциалом человека под чутким руководством суфийского мастера в 47-м поколении, доктора Алишера Васлиева.

**Мы были большими**

**или**

**как я пришла в регрессионную терапию**

*Когда родители рассказывают о прошлом, дети нередко спрашивают: а где я был тогда? Наивные взрослые умиляются: глупыш, он не может понять, как это его еще не было.*

*Нет, дорогие взрослые, это вы никак не можете понять, что он уже был.*

− 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.

О феномене воспоминаний детей о прошлых жизнях я слышала и раньше, еще будучи подростком − читала литературу на эту тему и смотрела телепередачи. То, что жизнь души со смертью не заканчивается, я подозревала с раннего детства, а окончательно убедилась, ощутив на себе эффект регрессивного гипноза. Но обо всем по порядку.

Историю, которую рассказал мой трехлетний сын потом, я сначала хотела поместить сюда, но после долгих раздумий все же сложила отдельно. Ведь те воспоминания, которыми он со мной поделился, были адресованы только мне и было бы непорядочно по отношению к нему раскрывать их. Хотя безусловно, это интересно, но − нечестно. Возможно, я это опубликую позже, когда он вырастет и даст свое согласие. А пока отдельной частью книги хочу сделать воспоминания других детей, собранных на форумах и блогах рунета. Их, как оказалось, огромное количество. Что же это − решайте сами, я никому не навязываю свою точку зрения.

Итак. Трудно описать словами, что я почувствовала, когда сынуля рассказал подробности своей прошлой жизни. Меня буквально затрясло. Возникло неприятное ощущение, что я влезла туда, куда не надо и столкнулась с чем-то необъяснимым. Озадаченная, я пошла курить на балкон и, видимо, сработали детские инстинкты − в любой непонятной ситуации звонить маме. Клацая зубами и шурша мурашками, я выложила полученную информацию. К моему ужасу, она не стала меня «лечить», что мне давно пора к психотерапевту, а восприняла мой рассказ как нечто совершенно естественное, сказав, что еще в роддоме было понятно, что Ванька себе на уме.

Действительно, приехав на выписку, родители удивились, как Иван «отсканировал» всех присутствующих, посмотрев «взрослым» взглядом в глаза каждому. Тогда еще долго мы все недоумевали, ведь взгляд младенцев обычно как бы затуманен и расфокусирован, а тут четкий и, казалось, осознанный.

Вся эта ситуация совершенно выбила меня из привычной рутинной колеи, в которой я находилась последнее время и дала богатую пищу для размышлений. Статьи, которые я писала основным заказчикам, давно приелись и являлись просто источником небольшого, но стабильного дохода. Незадолго до этого я начала сотрудничать с психологом, наполняя текстовым контентом его блог, что стало небольшой отдушиной в серой фрилансерской реальности.

Психологией я заинтересовалась задолго до того, как узнала это слово. Человеческое поведение, характеры и внутренние причины, по которым люди выбирают те или иные увлечения или профессии, всегда меня завораживали. Еще в школе я любила искать книжки с различными психологическим тестами, подолгу исследуя интерпретации и соотнося их со своими ощущениями. Параллельно с тестами мне было интересно изучать расшифровки о значении своего имени, месяца и года рождения в гороскопах различных культур, астрологические карты по дате рождения и прочие сомнительные с точки зрения науки инструменты самопознания.

На волне хлынувшего в 90-е с экранов потока информации о личностях с паранормальными способностями, конечно, были попытки отыскать нечто эксклюзивное в себе и окружающих, так что я часами пыталась подвинуть взглядом спичечный коробок и докапывалась до папы, который сведущ в разного рода энергетических материях. Коробок предательски стоял на месте и, не найдя в себе ничего сверхъестественного, тем не менее я с интересом читала любую доступную литературу о способностях других.

Вопрос о бессмертии души возникал у меня еще в дошкольные годы, когда я много времени проводила со своей бабушкой Анжеликой, поскольку родители-художники решили избавить меня от детского садика. Это был очень талантливый и разносторонне одаренный человек, но гениальность в ней граничила с безумием из-за неурядиц в личной жизни, напряженных отношений с мамой и дочерью и нереализованного огромного творческого потенциала.

Преподаватель живописи и черчения, она училась в МАХУ им. 1905 года с молодым князем Андреем Голицыным, в которого была платонически влюблена всю жизнь и иногда осмеливалась ему позвонить, после чего у нее вырастали крылья и она садилась за новую картину. Кроме живописи, она обладала поистине энциклопедическими знаниями в классической музыке и шила уникальные наряды всей семье, без каких-либо выкроек. В садик я не ходила и большую часть времени наслаждалась ее обществом и оперными ариями, неизменно звучащими из радиоприемника. Шитье я так и не освоила, но в музыке была к началу школы подкована хорошо, пугая первоклашек долгими лекциями об оперном искусстве.

Отличалась бабушка также великой набожностью. Это не мешало ей скандалить с окружающими, но по утрам, после того как тщательно расчешет свою великолепную серебристую гриву и закружит в тугой пучок, она подолгу молилась, а каждое воскресенье водила меня в церковь, где я уже с двухлетнего возраста выстаивала службы и умиляла бабок земными поклонами. Конечно, воспитываясь в таком ключе, я не только знала наизусть множество молитв, но и истории Ветхого и Нового Завета. Бабушка пугала меня гееной огненной, которая является неминуемой расплатой за грехи.

Уже тогда мне было непонятно, каким образом души попадают в рай, если каждый проступок на земле является непреодолимым препятствием для попадания в это блаженное место. Второе, что меня смущало − как помещаются души миллиардов усопших за все время существования человечества в этих вечных пространствах. Ну и потом, что они там делают, если они вечные? Грешники − понятно − мучаются, ну а праведники? Не скучно им? Предаваясь таким неблагочестивым мыслям, я стала скептически относиться к религии в целом. Так что вырастить из меня образцового православного верующего у бабушки так и не получилось.

Масла в огонь подливали и семейные предания о являющихся после смерти душах усопших родственников, о снах, в которых все происходит будто наяву, а в реальности ничего подобного с человеком не случалось, где места и герои сновидения ему не знакомы ни очно, ни по книгам и фильмам. Примерно тогда же мама рассказывала, как испытала шок, когда мне было три года. Я начала ей говорить о том, что помню, как была бабочкой и летала вокруг нее, а она ходила с большим животом в платье с голубыми цветочками. Это платье мама носила только во время беременности и в жизни я его никогда не видела.

Понятие о гипнозе появилось в моей жизни тогда же, в 90-х. Сеансы массового гипноза в телепрограммах упали на благодатную почву пытливого детского ума и стали темой для многочисленных экспериментов. Правда, результаты были более чем скромные − во взгляде моего подопытного кота явственно читалось глубокое презрение ко всему человеческому роду, а младший брат тоже оставался равнодушен к моим изысканиям и никак не собирался гипнотизироваться.

Затем, уже в старших классах, по инструкциям из книг, я практиковала гипноз на себе и мне удавалось достичь трансового состояния и невероятного ощущения выхода из тела. Когда это произошло впервые, мне сразу вспомнился один момент из детства. Мне было лет 8-9, я бежала по дороге и подпрыгивала, ловя в прыжке на какое-то микромгновение то самое парящее состояние, которого мне удалось достичь в самогипнозе. Помню, пыталась кому-то из знакомых ребят объяснить это словами, но надо мной только посмеялись. Было очень обидно.

Вот сейчас это пишу и сама удивляюсь, что об этом вспомнила. Дело в том, что неоднократно переживая муки профориентации, я много думала о том, как человек находит именно свое призвание. Это же удается очень немногим  людям, а подавляющее большинство тянут лямку на нелюбимой работе, которая высасывает из них энергию и является причиной психосоматических заболеваний. Всегда восхищалась счастливцами, которые уже в детстве выбрали профессию, например, художники: как рисовали, так и рисуют всю жизнь или людьми, которые уже в зрелом возрасте поняли, какое дело им действительно по душе и сменили профессию.

Поступив на факультет культурологии, я, скорее, плыла по течению гуманитарной направленности и руководствовалась рекомендациями семьи, чем сознательно выбирала профессию. Да что там говорить, я вообще плохо представляла себе, чем занимаются культурологи и живьем ни одного не встречала. Осознанность включилась на третьем курсе, когда я вышла замуж и решила, что теперь могу сама принимать и другие жизнеопределяющие решения. Тогда я перевелась на факультет психологии, поступив сразу на третий курс и сдала в экстренном режиме все предметы, пройденные студентами за два года. Это было сложно, но получилось, во-первых, потому что к тому моменту были прочитаны десятки книг по психологии, а во-вторых, если чего-то действительно хочешь, ты это сделаешь, вопреки или несмотря, но сделаешь. Подтверждения этому постулату я еще не раз находила в жизни.

Тогда же у меня была слабая попытка освоить гипноз, я встречалась с небезызвестным Гончаровым, который после разговора сказал, что у меня есть потенциал, но что-то тогда помешало мне освоить эту практику и я довольствовалась штудированием собрания сочинений Кастанеды. Семейная жизнь закружила, я переехала из Москвы и захотела работать на местном телевидении. Захотела − поработала. 2 года. Муж служил на тот момент в уголовном розыске, а все, что касалось психологии преступников меня тогда тоже безумно увлекало, я много общалась с ним и его коллегами, в результате загоревшись работать в тогда еще милиции. Как субтильной восторженной блондинке метр-с-кепкой после Академии славянской культуры удалось заставить поверить супруга, его руководство, а затем и медкомиссию в том, что я могу быть опером − до сих пор для меня загадка. Дар убеждения, не иначе.

Как бы то ни было, службе в правоохранительных органах были отданы 10 лет моей жизни с двумя двухлетними перерывами на декрет. То бишь полных 6 лет. Во время которых я получила дополнительное образование специалиста по работе с полиграфом, где подтянула свои знания по психофизиологии и применила навыки в самогипнозе, удивив преподавателей. Когда мы перешли к практическим занятиям, было дано задание попробовать силы в противодействии полиграфу и, введя себя в легкий транс, у меня получилось это сделать.

Обучение работе на полиграфе снова всколыхнуло во мне, казалось, уже забытую тягу к самокопанию. Ко многочисленным тестам добавились йога, цигун, рейки, китайская астрология ба-цзы и хьюмен дизайн.

Сейчас понимаю, что каждый прожитый опыт для чего-то нужен. Служба в полиции дала возможность изучать те стороны жизни, с которыми в своей реальности я никогда не сталкивалась, научиться добиваться поставленных, подчас кажущихся невыполнимыми, задач и пройти обучение на полиграфолога.

**Первое путешествие**

Опыты с гипнозом я не забросила, напротив, к ним добавилась практика медитации, что прекрасно помогает разгрузить голову и добиться ясности сознания. Тогда же мне попалась книга, где была изложена детальная инструкция по регрессивному гипнозу в прошлые жизни. Стоит ли говорить, что я незамедлительно попробовала применить ее на практике. Сказать, что результат меня поразил − значит, не сказать ничего.

Когда я туда нырнула, я не ожидала ничего особенного, да и не сразу, надо сказать, поняла, что произошло. Это было больше похоже на сон, один из тех, которые невероятно реалистичны. Во время первого погружения я увидела себя в военной немецкой форме. Я − солдат. Мы бежали по болоту, одежда была мокрая и тяжелая, сапоги увязали в жиже и были полны воды. В руках было что-то вроде винтовки. Мои товарищи бежали впереди, я чуть отстал и задыхался от усталости и ужаса − позади настигал собачий лай. За нами гнались. Я знал, что это − конец. Самое страшное случилось, когда я зацепился сапогом за корягу и безнадежно застрял. Это была какая-то зверская безысходность, ощущение неотвратимости, мерзкое чувство, что сейчас тебя разорвут и ты ничего не можешь сделать. Собаки были все ближе. На этом воспоминание обрывается.

Пришла в себя я в холодном поту и тут мне вспомнился один из детских кошмаров, которые давно валялись в архиве памяти. Я *узнала* это ощущение. Мне снилось, что сзади надвигается что-то безумно страшное, а я стою на месте, ноги будто что-то держит и не могу пошевелиться. Это было то самое ощущение, которое я испытала во время сеанса. И все же я не могла понять, что это − галлюцинация, сон, игра воображения? Мне стало интересно и я прошла по всем этапам погружения еще раз.

**Второе путешествие**

Мне снова удалось поймать это нереальное состояние перемещения в другую реальность. Я увидела себя под водой, безнадежно уходящим ко дну. Это вновь было мужское воплощение, на мне было много железа, похоже на доспехи. Из-под воды было видно полоску берега, скалу и огромный деревянный корабль с белым флагом, на котором был красный крест. Я задыхался, голову разрывало от невыносимого давления, поверхность воды была все дальше и у меня не было шансов, железо тянуло вниз.

Придя в себя, я опять узнала это состояние. Когда я болела в детстве и температура была слишком высокой, в бреду мне казалось, что стены и все, что меня окружает, стремительно отдаляются. Помню у постели была бабушка и я кричала ей − бабушка, не уходи, держи меня. Мне все казалось, что я куда-то проваливаюсь. Это в точности совпадало с опытом, полученном при сеансе регрессивного гипноза.

Это меня сильно озадачило. Я изучала по книгам эриксоновский гипноз и о регрессии знала лишь вскользь. Найдя контакты опытного регрессолога, я обратилась к нему за консультацией. К моему великому удивлению, он сказал, что это не глюк, а действительно опыт проживания прошлых воплощений и он похож на то, что рассказывают клиенты на его сеансах.

Тогда я стала искать литературу целенаправленно по регрессиям в прошлые жизни и читать отзывы переживших этот опыт. Действительно, воспоминания людей, прошедших сеанс регрессивной терапии, были столь же невероятны и эмоциональны, как и мой опыт. Они способствовали избавлению от фобий, неврозов, объясняли причины регулярно повторяющихся кошмаров. Правда, под руководством опытного регрессолога, путешествия приобретали более глубокую структуру и могли охватывать не одну, а несколько жизней в поисках ответа на запрос. Во всех случаях после сеанса, даже пережив заново страшные подробности насильственной смерти, клиенты испытывали невероятное облегчение, которое было мне уже знакомо.

Я призадумалась: если всего лишь после двух сеансов неумелой, бесцельной саморегрессии, я избавилась от двух навязчивых кошмаров и нашла истоки присущего мне по жизни желания всегда контролировать ситуацию, то каких же результатов можно добиться, если освоить это мастерство и скольким людям помочь!

Сильным стимулом двигаться вновь в этом направлении стали воспоминания сына, часть из которых я успела записать на видеокамеру.

Эту видеозапись и подробный рассказ я отправила двум специалистам по регрессиям, которые практикуют в США и специализируются именно на воспоминаниях детей − Джиму Такеру и Кэрол Боумен, а также уже знакомому мне регрессологу, который, правда, работает только со взрослыми, Алексею Поспелову. Алексей Борисович дал подробное и вдохновляющее объяснение этого феномена, пояснив, что в ребенке может отражаться характер и интересы предыдущего воплощения, а также заархивированы знания и таланты, которые при аккуратном подходе теоретически можно развить. Также он предположил, что эта информация пришла ко мне, возможно, для того, чтобы я реализовала себя в области регрессивной терапии и посоветовал почитать книгу Кэрол Боумен «Прошлые жизни детей».

Полученных сведений оказалось достаточно, чтобы во мне загорелось желание освоить направление специалиста по регрессивной терапии и я стала искать соответствующие курсы.

Подходящие я нашла не сразу, но поняла, что это именно то, что мне нужно, по описанию программы обучения. Они идут в течение полугода и стоят, как крыло от самолета. На запись я опоздала на месяц и следующие через год, но я и не готова была ни финансово, ни морально проходить их именно сейчас. В жизни все происходит вовремя. Я решила, что все к лучшему, у меня есть целый год, чтобы к ним подготовиться, изучить доступную литературу и попрактиковаться на себе.

Спустя две недели, после того как я отправила письмо Джиму Такеру и, в общем-то, не рассчитывала получить ответ, мне на почту пришло письмо. В нем ассистент ученого от его лица поблагодарила за проявленный интерес к их исследованиям и дала несколько полезных рекомендаций о том, как реагировать на воспоминания ребенка о прошлых жизнях. Вдобавок она снабдила меня ссылками на книги и статьи Джима Такера и его предшественника, доктора Яна Стивенсона, которые необходимо было прочитать, воспользовавшись программой перевода. В ответ я попросила дать информацию о подобных исследованиях в России, если таковые проводились. В сети ничего подобного я не нашла. На этот раз обратной связи я уже не получила.

По мере того, как я штудировала книгу Боумен, передо мной закрывались один за другим кишащие в голове вопросы. Дело в том, что незадолго до того, как Иван начал впервые говорить о своих прошлых воплощениях, я наткнулась на статью о регрессологии, где вскользь упоминалось о феномене воспоминания детьми прошлых жизней. Когда он выдал свою историю, я некоторое время подозревала, что принимаю желаемое за действительное и фантазирую. Однако в своей книге Кэрол отмечала, что это не редкость, когда воспоминания детей проявляются после того, как мама что-то услышала, увидела или прочитала на эту тему. По ее версии, таким образом подсознанию ребенка, настроенному на материнскую волну, поступает сигнал о том, что мама морально готова воспринять эту информацию. Осведомленность стимулирует воспоминания. Мама обратит на них внимание и не отмахнется. А вербализация воспоминаний о прошлых жизнях всегда терапевтична для ребенка и помогает разобраться в своих переживаниях. Во многих случаях, описанных в исследованиях Стивенсона, Такера и Боумен, после этих воспоминаний невероятным образом исчезали фобии, экземы, депрессивные состояния и не только.

Кроме того, меня на протяжении всей жизни мучал вопрос, почему самые интересные идеи возникают в тот момент, когда ты уже почти заснул и когда начинаешь думать: «надо это записать», засыпаешь окончательно. Естественно, к утру то, что казалось, точно не забудешь, испарялось бесследно. После книги Боумен, я наконец поняла, в чем дело. Несмотря на то, что о принципе действия гипноза я знала и раньше, но когда она стала объяснять, что воспоминания детей чаще всего случаются в состоянии, близком к трансу, когда сознание несколько уступает подсознательному − все встало на свои места.

В нашем подсознании заключено 90% всей нашей «оперативной памяти». Дети, рассказывая о своих прошлых воплощениях, чаще делали это перед сном, во время купания или в автомобиле, где их убаюкивает движение. Получается, что новые идеи, мысли, инсайты, достойные записи − выходят из нашего подсознания. Утром, когда на авансцену выходит сознание − полученная информация уже безвозвратно утрачена. Как в знаменитой игре: город засыпает − просыпается мафия. Единственный выход, который я для себя нашла − спать с блокнотом.

Насколько мне известно на данный момент, в России никто не занимается исследованиями феномена воспоминаний детей о прошлых жизнях. Тому, что говорят дети, крайне редко придают значение, а если и сталкиваются с историями на тему «когда я был большой», то списывают все на детскую фантазию. То, как отличить воспоминания от фантазии − отлично изложено в книге Боумен. А ощущения, когда сталкиваешься с этим − не спутаешь ни с чем. Как схватки − если это они − не перепутаешь. Женщины поймут.

Сейчас мне представляется чрезвычайно важным, чтобы родители слышали своих детей, осознавали значимость для ребенка этих воспоминаний, относились к ним с доверием и пониманием. Именно поэтому я это пишу.

После того, как сын перевернул мой привычный мир, я смотрю на детей совершенно другими глазами. С бОльшим уважением, что ли. Да и взгляд на жизнь в целом уже никогда не будет прежним.

Следующий разговор как раз произошел в машине. Сын рассказывал уже о другом своем воплощении, где был мотоциклистом и детально описывал произошедшую аварию на соревнованиях. Во время рассказа он казался сосредоточенным и глаза смотрели будто глубоко в себя, а я впитывала каждое слово, боясь прервать этот поток информации. Стоит отметить, что к мотоциклам он был неравнодушен еще тогда, когда не умел ходить. При виде страшной ревущей двухколесной машины он просто заходился от восторга и нисколько ее не боялся.

Многочисленные исследования воспоминаний детей о прошлых жизнях, проведенные американскими учеными, подтверждают параллели между деятельностью детей в предыдущих воплощениях и интересами в настоящей жизни. О том же мне говорил и Алексей Поспелов, что черты характера и склонности взаимосвязаны с воспоминаниями.

Я глубоко убеждена, что каждая мать после разговоров со своим ребенком о том, кем он был раньше, сможет объяснить себе те или иные закономерности в поведении и увлечениях своего малыша. Это позволит раскрыться заложенным в нем талантам и направить его в русло той деятельности, к которой он имеет наибольшую склонность. Очень важно не загружать ребенка теми кружками, в которые, по вашему мнению, он должен ходить, компенсируя родительские нереализованные мечты, а дать возможность ему раскрыться в своем предназначении. Таким образом людей, которые находят дело по душе, счастливых людей, станет намного больше.

Я как-то писала статью о самореализации, в которой предполагала, что для того, чтобы найти дело своей жизни, узнать свое призвание, стоит отправиться в раннее детство и вспомнить, что вас увлекало больше всего. Какое занятие поглощало вас настолько, что вы забывали поесть и могли заниматься им часами. Теперь я думаю, что искать свое призвание надо гораздо раньше, ведь дети находят это увлечение не просто так, оно тянется корнями в прошлую жизнь.

Ребенок может рассказать о своих воспоминаниях, но он не может провести аналогии и проанализировать свои увлечения. Это задача для нас, родителей. Если мы получили от него такую сакральную информацию, то должны воспользоваться ей с наибольшей пользой для маленького человека.

С детства меня воспитывали в согласии с православными традициями и еще дошкольницей я знала несколько молитв и большинство православных праздников.

Православная традиция отрицает теорию реинкарнации, в том-то и сложность предположить западному человеку ее существование. Это до некоторых пор было сложно и мне, но когда я приняла реальность реинкарнации после первого удачного сеанса регрессивного гипноза, многое встало на свои места и нашло свое объяснение.

Представляю шквал критики в мой адрес, но если эта информация поможет хоть нескольким мамам услышать своего ребенка, я буду считать свою работу не напрасной. В защиту теории реинкарнации могу добавить, что она вовсе не исключает наличие Бога, как бы мы его не называли и не отменяет действенность всех христианских заповедей, поскольку от того, как мы будем поступать в этой жизни, напрямую зависит, как мы будем жить в следующей. Помните, у Высоцкого: «А если глуп, как дерево − родишься баобабом...»

Мне тут в комментариях к моему посту в инстаграме на тему реинкарнации задали вопрос − правда ли это? А как на него ответить, если правда − у каждого своя, так же как и карта реальности у каждого своя, как гласит базовый постулат НЛП.

Для людей, воспитанных на восточной культуре, где реинкарнация является неотъемлемой ее частью, мир и взгляды на воспитание сильно разнятся с нашими. В Индии рассказы детей и встречи с их родственниками из предыдущих воплощений − обычное дело. Очень много таких случаев описывал Ян Стивенсон − первый ученый, обратившийся к феномену детских воспоминаний.

В нашей же культуре довольно предвзятое отношение к возможности реинкарнации, а детей в возрасте примерно с 3 до 6 лет считают большими фантазерами. Теперь я начала понимать, почему.

Лично я, столкнувшись с этим явлением, сделала для себя следующие выводы:

1. Человек, принимающий теорию реинкарнации, становится более ответственным за свои поступки, поскольку знает, что есть такое понятие как карма и если не аукнется в этой жизни, обязательно «накроет» в следующей.
2. Когда знаешь некоторые свои прошлые воплощения, легче в этой жизни делать что-то новое, появляется некоторая решительность. Ведь когда-то мы все это уже делали и у нас получалось, так зачем сомневаться в себе? Зная свои заархивированные способности из прошлых жизней, становишься увереннее, начинаешь чувствовать свою силу.
3. И, пожалуй, главное − меняется отношение к смерти. Кардинально.

Всю жизнь я учусь слушать себя, обращаться к подсознанию. Регрессии открыли мне дополнительный источник информации о том, что хранится в памяти души. Я совершенно убеждена, что все наши увлечения и интересы, так же как и страхи, берут свое начало задолго до нашего рождения. Мы испытываем симпатию к определенным временам и эпохам, читая о них книги и смотря фильмы, ищем род занятий, который «откликается» нашей душе. Мы встречаем людей, с которыми, кажется, знакомы тысячу лет и приезжая в новое место, испытываем ощущение, что уже были здесь когда-то. На все это взрослый может ответить, побывав на сеансе регрессивной терапии, а к детским воспоминаниям важно относиться с уважением, тогда вы будете лучше понимать друг друга, а ваш мир сильно изменится.

В заключение приведенных наблюдений хочу поделиться рассказами о детских воспоминаниях, найденных мною в русскоязычных блогах и форумах.

\*\*\*

*Сын сказал в 3 с лишним:*

*- когда я был совсем маленький, я сидел в животике, а потом сказал "спасите-помогите" и тети меня достали.*

*- А что ты там делал?*

*- кушал, еда там булькала постоянно*

*- А что ты кушал?*

*- еду, она была кислая...*

*Я долго ходила под впечатлением, тк он родился КС и я постоянно пила минералку с лимоном, тк тянуло на кислое, даже погуглила и выяснила, что вкус околоплодных вод зависит от еды которую ест мать…*

*\*\*\**

*Племяшка (3г.), увидев впервые танк в парке Победы, начала так кричать:*

*− Мама, побежали, убирай Вовку (братик в коляске), надо прятаться!*

*Я сразу поняла, что это воспоминания ее пугают… Рефлекс из прошлой жизни. Так и не любит этот парк.*

*\*\*\**

*Младшая рассказывала, как когда-то была взрослой и очень любила носить красные туфли на каблуке высоком. Просила вернуть их ей. Она по ним скучает.*

*\*\*\**

*Я в детстве панически боялась огня и сгореть. Либо из прошлой жизни, либо генетическая память, так как родители отца сгорели заживо. Обрывками помню и другие воплощения, когда служила на корабле радистом и была знахаркой. Старшая дочка боится вида крови сильно. Когда была поменьше, рассказывала, как видит человека на операции, в которого вставляют какие-то железки и он истекает кровью.*

*\*\*\**

*Младшая дочка лет до 5 думала, что она балерина. Репетировала, выступала, хотя на танцы мы ее не водили. И у нее плоскостопие имеется. Когда решили водить на танцы из-за этого недуга наотрез отказалась − больше не хочу быть балериной.*

*\*\*\**

*У меня младший постоянно говорит: «Когда я был большим, а папа маленьким...» и дальше следует рассказ.*

*\*\*\**

*Старшая дочь говорила, что мужчиной с усами была, летчиком. Погиб, разбившись на самолете. Средняя говорила, что жила в старом городе и у нее было много детей и еще, что лететь на небо и вниз боится.*

*\*\*\**

*Я помню в детстве часто видела сны странные из древних времен. Лет до 7 так и продолжалось, все как в сказке с плохим концом. Очень сильно боялась толстых веревок с петлями, которые накидывали на скот перед убоем. Боялась и до сих пор боюсь большого огня в кострах. В 4 года рассказывала маме, что я большой мужик, который умер на веревке. Года в 3, что я молодая девушка с рыжими кудрявыми волосами, которую зажгли на костре. Во снах видела и иногда еще вижу, как девушка, похожая на меня, падает с обрыва. На ней длинное платье с рюшами и растрепанные косы. Полностью заплаканное лицо с бледно-розовым оттенком. А я стою и не могу ее удержать. Рассказывала бабушке этот сон, а она сказала, что у ее прапрабабушки была сестра-близнец и она утонула.*

*\*\*\**

*Моя младшая дочка в 2,5 года рассказывала, что она «давно, когда была дедушкой, она вот эти дома (показывала на три соседних дома), вот этими ручичками строила». Все три дома − «сталинки», построенные в конце 50-х − начале 60-х годов. Не думаю, что в таком возрасте это можно выдумать. Она, кстати, очень рано начала говорить и всегда была развита не по годам.*

*\*\*\**

*Сын в 3 года сказал, что я сам к вам с мамой пришел, сам выбрал.*

*\*\*\**

*Не знаю, как это объяснить, но мне примерно в пятилетнем возрасте постоянно снился сон, как меня пронзает меч, притом я спал и просыпался в тот момент, когда этим мечом уже пронзили насквозь.*

*\*\*\**

*В 5 лет про войну откуда девочке могло присниться − не знаю, тв тогда не смотрели вообще, войной я точно не интересовалась, а вот помню весь этот жар огня вокруг, темнота, окопы, я убегаю, тяжелая шинель на мне, автомат в руках и − бац − пуля в спину. Если картинки − ладно, еще можно списать на фантазию, придумали, но вот ощущения − огонь, страх, само переживание смерти − дети еще не имеют такой опыт обширный, чтобы себе такой сон «создать».*

*\*\*\**

*Когда был маленьким мальчиком, часто снилось, что я лечу и за мной что-то или/и кто-то гонится, догоняет, темнота, падение вниз и я смотрю на небо вверх, когда падаю, удар (причем даже через сон, прям как в матрице, чувствуешь, что упал плашмя спиной на землю), темнота… Свет и дальше я младенец лежу уже в кроватке дома. Такой сон был на протяжении нескольких лет и всегда один и тот же.*

*\*\*\**

*Сегодня, рассматривая реку, Лада рассказала мне удивительную историю: «Давноооо были сестренка и братишка, которые у нее (Лады) из животика появились. Братишка был поменьше. Они пошли на озеро и там братишка утонул. Потом Лада много плакала».*

*\*\*\**

*У подруги ребенок примерно в два года рассказывал, что раньше жил в племени , в джунглях, что у него была черная кожа, много всяких подробностей про растения, про жуков. Рассказывал лет до 6 часто . Сейчас ему уже 20. Моя дочь до 1 месяца с кем-то разговаривала постоянно , глядя на одно и тоже место на верху стены. Иногда смеялась и тараторила что-то, иногда плакакала и что-то доказывала быстро быстро на каком-то языке, причем видно было, что она именно с кем-то разговаривает . И за мной она в первый месяц повторяла несколько слов, например , я ей говорила :"Скажи Мила.", она говорила "гихла") и много других слов пыталась произносить. После месяца она замолчала.*

*\*\*\**

*Моя дочь как то за обедом сказала, ей было меньше 3х лет "А когда я была мальчиком, я умерла и дядя меня закопал, а я высунула руку из земли (при этом показала как она ее высовывала..от чего у нас с мужем муражки по телу пробежали) и полетела к вам.." При этом она об этом рассказала так будто это было обычным делом.. Мы никогда ей не рассказывали про погребение и прочее.. Потом как то сказала " Когда я выбирала маму, со мной был еще один мальчик, он тоже хотел выбрать тебя, но ему не разрешили .." -у меня был выкидыш после рождения дочери. Вот и не знаю хоть верь хоть не верь.*

*\*\*\**

*Я свою младшую как-то спросила, показала картинку как новорожденного ребёночка только родили, вокруг роженицы акушерки стоят, и я спросила, а ты помнишь как родилась? она говорит да. Я спрашиваю, "что ты помнишь?" она показывает на пупок, прямо вдавливает его и говорит:" пупок больно было, его так чик, я плакала вот так вот иииии" вот я от этого уже офигела. Старшую спрашивала, она  ничего не помнит..*

*\*\*\**

*один мой знакомый говорил, что будучи трехлетним ребенком узнал себя на картине Корина Александр Невский. Во время экскурсии по Третьяковке, он к удивлению своих родителей, ткнул пальцем в картину и сказал: это я. На долгое время это признание стало семейной шуткой. Во время застолий взрослые просили Сережу «найти себя» в книге репродукций картин Третьяковской галереи, а родители веселили гостей, давая ребенку картинку Корина и спрашивая, «кто это». Но, как уверял потом знакомый, он назвал себя не просто так. Когда уже во взрослом возрасте ему делали операцию и делали наркоз, он увидел сцены из древней битвы, стяги, и себя, наблюдающего за этой битвой с вершины холма. Образ стоящего себя ассоциировался у него с фигурой Невского, увиденного на картине.*

*\*\*\**

*Наверное, с того, что общаться с ним я начала еще во время беременности. (Сейчас ему почти 8 лет). Самое яркое воспоминание - ровно за месяц до своего рождения (родился он на Благовещенье - 7 апреля) снится он мне и говорит, что хочет поздравить меня с 8 марта. Что ждет с нетерпением нашей встречи. Что будет беленьким и голубоглазым (так он оно и есть - и это у мамы - брюнетки с карими глазами). Что хочет, чтобы мы назвали его Анатолием. Так уж получилось, что меня не послушали и назвали сына Михаилом. Года в три, когда он уже довольно сносно говорил, спросила - нравится ли ему его имя, на что он ответил: "Имя-то хорошее, и ангел хороший, но вот назвать меня надо было по-другому!" В другой раз, который мне запомнился, он вылечил меня от сотрясения мозга. Я не успела даже попасть в травмпункт. Лежала на диване с сильной тошнотой и головной болью после удара головой о железную балку. Он подошел ко мне: - Что-то так по голове тебя захотелось погладить…Болит она у тебя, что-ли???" И сидел у изголовья минут 15, перебирал руками волосы. Однажды растрогал до слез бабушку-соседку - у неё перелом шейки бедра неправильно сросся и она очень мучается. Сидят она и сын на лавочке: - Баба Соня, у тебя ножка болит вот эта… - Детка, а откуда ты знаешь? - А я чувствую" (тоже 3-4 года) Ну а про Англию - это я даже записала, что успела, как на курсах стенографии - листа полтора получилось, если воссоздать, получается примерно такой вот связный рассказ: (это во время игры, ни к кому не обращаясь…, вернее, это он игрушкам рассказывал - посадил их перед собой и в состоянии "здесь-сейчас" - словно привел их на экскурсию). Вот посмотрите - это наш дом, да, вот такой большой. Это лестница. На стенах портреты - это мои родственники. А это мама и папа. Смотрите, какие цветы красивые в этих вазах - их каждое утро наш садовник ставит. Тётя любит живые цветы (к сожалению. имя тёти из памяти испарилось, а искать эту запись сейчас не представляю где, но это было нечто похожее на имена из "Саги о Форсайтах"). И мама любила, пока жива была. А на втором этаже моя комната. Из окна видно сад - там эти цветы и растут. И луг видно. И лес. В лесу волки. Но они сюда не ходят - тут есть нечего им. Они туда ходят, где коровы живут- вон в тех домиках. Там люди еще живут, которые за коровами ухаживают. А я могу кошку покормить - молока ей дать - волкам же молоко не нужно. А мяса столько мы в доме не храним, его нам приносят из тех домов. Вот фрукты лежат - я могу кушать, сколько хочу. Моя комната - мои игрушки, мои книги, мои наряды. Вот эту шляпку тетя на день рождения в прошлом году подарила. Мои платья - вот в этом в церковь ездить, а это моё любимое! К шляпке…" Ну, вот как-то так… А поскольку я рисую, я быстренько накидала рисунок девочки лет 12- типа Бекки Тетчер из "Приключений Тома Сойера", показываю сыну, он отвечает: "Да, это я!" Потом вдруг с подозрением смотрит на меня: - Погоди, мама, а откуда ты знаешь, какой я девочкой была??? Ну и уже специально для меня уточнения в гардеробе: (только уже перейдя на детский язык) шляпы с лентами - какие-то сшитые, а другие как корзинки, из палочек (прутиков или соломы), а если юбку поднять - там штанишки длинные с вот такими вот ( показывает руками - типа "оборки") и туфли с лентами. И у платья сзади шнурки. А спереди фартучек… Были и еще моменты, но из памяти стирается…*

*\*\*\**

*Когда мне было 6 лет я вылечил соседкой собаке перелом, сделала шину и мотала бинты только в путь, причём правильно, потом я вылечила кошку свою от воспалишегося лимфоузла, промывала гной, ставила уколы! Очень жалею что не стала врачем или ветеренаром, моя мама говорила что ни кто не мог меня этому научить, я знала очень много видов трав, хотя жили мы всегда в городе.*

*\*\*\**

*Средний упорно рассказывает что ездил на тракторе, когда отец его первый раз посадил в 2,5 года на трактор, ребёнок без проблем сам его завел, и теперь уже сыну 3 года, он любую работу славливает, мужскую, как то рассказывал, что у трактора есть погребные там какие то вилы, тогда папа у него спрашивал а это у нашего, нет у зелёного какого то, и вправду у прадедов были зелёные два трактора, но у отца моего мужа, мама рожала двух близнецов и они рано умерли, так вот, когда смотрели старые черно белые фото, средний сын этих мальчиков назвал по именам.*

*\*\*\**

*Моей маме знакомая рассказывала, что сын не сразу стал говорить, а потом − сразу предложениями и рассказывал, что в Китае женщины греют ладони от свечи или от огня, чтобы было меньше морщин.*

*\*\*\**

*В детстве постоянного говорила: «Я не девочка, я − дядя». Сны лет до 15 снились, что я мужчина и меня убивают выстрелом в грудь. Причем детским разумом я представляла ранение пулей как укол, а во сне это был удар, отбросивший меня на метр. Потом уже взрослой прочитала описание − это именно удар.*

*\*\*\**

*Наша младшая дочь, 4 годика , рассказывает много странных вещей, а однажды сказала «когда ты была малышка, я качала тебя на ручках». А старший сын (ему сейчас 24) говорит, что никак не может привыкнуть к своему имени, ему кажется, что оно не его…*

*\*\*\**

*Я в детстве называла себя Таней. Даже фамилию помню − Мясникова. Была  журналистом. Убили из огнестрельного. Время от времени снилось, что в меня стреляют, страшно… Боюсь оружия. Но потом приснился сон, что я своего обидчика убиваю, причем  так все подробно и явственно было . После этого, ттт, про выстрелы снов не было, может  с чем-то справилась, пережила …*

*\*\*\**

*Я маме рассказывала, что дедушку видела и подробно описывала его. Но он умер в марте 1989, а я родилась в декабре 89.*

*\*\*\**

*В детстве много и постоянно рисовала и говорила, что буду врачом. Пошла в медицину, но не в свое направление, в итоге ушла. Сама пришла к психологии и пошла учиться и уже после этого вспомнила прошлую жизнь.*

*\*\*\**

*Старшая дочь уверена, что была шаманкой… Она играет на варгане, одновременно поет и немного владеет шаманским дыханием. Ей 6 лет и никто ее этому не учил, она просто взяла наш варган и начала играть…*

*\*\*\**

*Я всегда верила в реинкарнацию, никогда в ней не сомневалась. Поэтому, когда сын в раннем детстве говорил что-то необычное, всегда прислушивалась к нему. Например, он говорил такое: «Когда я был большим, я продавал цветы», «когда я был большим, я строил дома». Рассказывал и о том, что у него были другие мама и папа и маму он называл почему-то Тибетка. Так и не поняла я, что это значит. Тогда он еще очень коверкал слова и таблетку тоже тибеткой называл. Рассказывал, что был строителем и сидел в комнатке с другими строителями  и там был самовар . Говорил, что жил в своем доме и там был маяк. Много интересного было. Но сейчас этого не помнит  , хорошо, что запомнила я . Да и склонность к строительству имеется, теперь увлекается лего и архитектурой.*

*\*\*\**

*Я помню маленькой маме всегда говорила, что должна была мальчиком родиться. И с мальчиками больше играла, интересней с ними было всегда. И помню, что убеждала себя, что это только сон и я скоро проснусь и буду дома у себя в кроватке. Бабушке рассказывала, что есть еще планета, похожая на нашу,где есть такие же люди, дома, города. И эта планета недалеко.*

*\*\*\**

*Сын старший тоже говорил, не один раз, что его сюда отправили зачем то, а он хочет в другой мир, но пока будет жить теперь в этом мире, спросонья спрашивала его, а что за другой мир и кто отправил, говорил да там светлые какие то отправляли, потом мамочка, будешь старой узнаешь.*

*\*\*\**

*Я родителям рассказывала, как их выбирала. Они еще даже не встречались, но были знакомы. Мама говорит, что я с детства очень хорошо обращалась с ножами и меня очень привлекали мечи в музее. Не украшения, не ружья, а ножи и мечи.*

*\*\*\**

*Сыну не было еще 3-х лет, ехали в автобусе, он смотрит в окно и говорит: «Мама, смотри, там ляля». Я переспрашиваю: «Где?» Он отвечает, что на небе, с полной уверенностью показывает мне снова на небо и говорит: «Ну вот же она, кушает!». Спрашиваю: «Что кушает, сынок?» Он говорит: «Мама, ну как что, пупоок!». В общем, я была немного удивлена таким вещам, люди вокруг тоже смотрели в окно и пытались понять, где же он увидел эту лялю.*

*\*\*\**

*Мой старший сын в два года рассказывал мне, как наблюдал за мной, говорил, что сидел на облаках и вокруг было много детей, с ним рядом сидел мальчик, а на другом облаке далеко девочка. Позже я узнала, что беременна, как оказалось, вторым сыном, а через семь лет после этого разговора у моего брата родилась девочка, детей по мужниной линии сынок не видел, но рассказал то, что знать не мог, наблюдая за мной.*

*\*\*\**

*Я сама лично знаю мальчика, сейчас ему 5, он год назад начал чуть рассказывать о своей прошлой жизни. Был советским космонавтом и мы, благодаря одной ТВ-передаче, даже знаем конкретно его имя, он показал на своего друга! Сам показал и имя совпало, так как имя он еще год назад назвал. Я учусь погружать людей в регрессии, это очень интересно. Я лично так понимаю, что эта память нам взрослым именно сейчас открывается. А современные дети помнят, как за здрасьте, надо только уметь слушать. Уверена, мы в детстве тоже помнили, но во времена СССР в это почти никто не верил, соответственно и родители не обращали внимания на «детский лепет».*

*\*\*\**

*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 она сказала: «Не бойся, я тебя всегда буду любить. Я тебя сама выбрала». Ей было где-то около двух лет.*

*\*\*\**

*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…*

*\*\*\**

*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 ни 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 еще он всегда говорит, что сам нас выбрал.*

Я включила сюда только детские воспоминания людей и их детей, но сколько еще нахожу рассказов о снах, которые открывают завесу над прошлыми судьбами, о спонтанных воспоминаниях у взрослых, об историях людей, побывавших у регрессолога. Чем глубже погружаюсь в эту тему, тем больше передо мной встает вопросов, требующих детального изучения. Почему и для чего некоторые взрослые способны вспомнить прошлые жизни вне сеанса регрессии? Как и когда предыдущие воплощения проявляются в сновидениях? Как связаны прошлые воплощения и род? Как влияют те или иные воспоминания на сеансе регрессивной терапии на дальнейшую жизнь человека? Насколько определяют предыдущие воплощения выбор профессии в настоящем? Как проработать проблемные отношения с родственниками, с которыми с прошлых воплощений старые счеты? И многие-многие другие. Возможно, опытные регрессологи могут дать ответы на некоторые из них, для меня же этот путь только начинается и это огромная, неизученная территория, исследованиям которой я собираюсь посвятить по крайней мере эту свою жизнь.

**Истории из практики**

**Лекарь**

Англия, XVIII век.

Эпизод 1. Мужчина, 32 года. Утро. Лето. Бедная узкая улочка пригорода, мощеная камнем дорога. На улице много народа, торгуют рыбой. На мне старая одежда, ношеная шляпа, не моя. Рабочие руки с грязными ногтями. Возвращаюсь домой, после того, как скоропостижно скончался мой мастер, у которого я несколько лет был подмастерьем. Дома мать, сестра и приемыш лет 5-6. Мать не родная мне. Отец был лекарем, умер 3 года назад от лихорадки. Меня считают обузой, лишним ртом. Дома почти не бываю, только на чердаке, где всегда сухо, тепло и свежее сено. Под потолком развешаны мои травы, люблю их запах. Я в них разбираюсь, на интуитивном уровне знаю, что от чего поможет. Большую часть времени, даже когда дождь, провожу в поле или в лесу, мне там комфортнее.

Эпизод 2. Как всегда пошел в лес, собирал травы. Услышал шум и крики о помощи. Это королевская охота. Король поранил ногу. Я предложил помощь и остановил кровотечение. Король Фридрих сделал меня придворным лекарем, был со мной в очень доверительных отношениях.

Эпизод 3. Мне около 60-ти лет, я все так же при дворе, но король уже умер, я работаю у его сына. У меня двое детей, свое поместье. В прошлой жизни был ресурс ясновидения, именно он помогал врачевать души. Чтобы уберчь меня, чтобы меня не сочли чернокнижником, король дал мне титул, который по праву рождения я не мог наследовать. Только он знал мои истинные способности.

Эпизод 4. Последний день жизни. 86-89 лет, я ухожу спокойно, передав свои знания подмастерью. Жене и детям я так и не смог объяснить свое видение мира, я им оставил все материальное. Ухожу, считая, что сделал все правильно, все успел. Последняя мысль: хорошо.

Урок из той жизни: надо всегда заниматься любимым делом, как бы тебя ни осмеивали, если тебе нравится этим заниматься, надо продолжать этим заниматься, хотя бы для себя и в итоге это обязательно пригодиться и выведет тебя на новый уровень, к тем людям, которым нужен твой талант, твои знания. В той жизни был ресурс ясновидения, его надо раскрывать. Не бойся своих мыслей, не бойся своих знаний, пользуйся ими. Больше веры в себя, больше безбашенности.

**Механика творчества**

Запрос был посмотреть жизнь, которая оказывает наибольшее влияние на текущее воплощение.

Англия, XIX век. Альберт, 37 лет.

“− Я вижу большой кирпичный завод из красного старого кирпича, обшарпанный. Это скорее всего, век 19-й. Вокруг много рабочих, они все работают. Люди возле завода, я нахожусь рядом перед заводом. Люди ходят, дети бегают. Солнечный день, из завода раздаются звуки тяжелые машин, я иду туда, на работу.”....

Дома жена и два сына. Альберт единственный кормилец в семье. Любит свою работу, в свободное время мастерит сумки из кожи и дарит их.

Возвращаемся в более раннее воспоминание. 17 лет:

“− Рассвет, еще перед рассветом, я не спал всю ночь. Я остался один, у меня не стало семьи, моих родителей, у меня была сестра, ее тоже нет. Я понял, что я одинок.”

...

“− Почему это случилось?

− Что-то происходит в стране, что-то нехорошее, какие-то государственные игры, люди в панике, в тихой панике, все молчат, шепчутся по углам, тревожно всем”

Еще раньше. 10 лет:

“− Есть ли что-то, что нам необходимо знать про этот важный день вашей жизни?

− У меня внутри мысли, я чувствую, что отец рассказывает что-то интересное и я должна его послушать, должен, я мальчик, да”.

Последний день жизни:

“− Мне лет 50, я лежу в кровати, у меня рана в боку, что-то острое вошло в бок, я истекаю кровью, уже перевязанный, сил нет. На заводе что-то случилось, случайно”...

Уроки жизни: творить для всех вокруг, делиться творчеством с близкими.

Советы наставника: трансформировать в современное творчество традиции предков, в них правда.

Добрали ресурсы из прошлого, получили четкие подробные ответы на все поставленные вопросы, выявили кармические связи с близкими.

Это лишь малая часть проведенной сессии, фрагменты просмотренной жизни. Клиенту потребуется некоторое время, чтобы интегрировать полученный опыт, но так как сама была неоднократно на месте клиента, могу с уверенностью сказать: после сессии мир уже не будет прежним. Вы смотрите на него совершенно под иным углом и точно знаете, что вы не одни и ничего не заканчивается.

**Конец эпохи**

− Такое чувство создается, что я парю где-то, как-будто я лечу, только не понимаю, вверх или вниз, что-то кружит меня и подкатывает какое-то неприятное ощущение, тошнота какая-то. Скорее всего это падение вниз, я чувствую, что я кружусь как лист, ощущаю что наверху ничего не видно, я понимаю, что я нахожусь во вращении...

− Стою просто на краю, вижу фиолетовые взрывы снизу, я просто наблюдаю за ними. Я понимаю что как наверху какой-то горы стою и этим взрывам я не доступна...

− Хорошо, тепло. На моих руках ощущается как-будто прилив сил, как-будто я ими взмахиваю и отдаляюсь, но себя все равно не вижу, сейчас вообще ничего...

− У вас руки или крылья?

− Больше похоже как на крылья, не то что похоже, а по ощущениям как крылья. Я птица.

Послание из прошлого: нужны силы, чтобы также парить, как там и ощущать эту свободу и независимость.

По ощущениям эпоха − конец эры динозавров. Добрали недостающие ресурсы: чувство легкости, свободы. Интегрируем.

Получили ответы на вопросы по проблемным отношениям с разными людьми и дар от наставника. Летим дальше!

**Живая статуя**

Запрос − получить информацию о жизни, которая влияет на текущее воплощение, научиться контролировать эмоции.

Античность, век не идентифицирован.

«деревья, балкон, море, птицы, что-то колышется, ткань какая-то, занавеска. Балкон из какого-то белого камня, море с мелкой галькой. Камушки такие сероватые, поэтому когда волна находит, то такое шипение, не как об песок, не плеск, а именно как шипенье, шепот.»

«у меня такое ощущение, как-будто привезли сюда, я не хозяйка, нет ощущения, что это мой дом, как-будто бы я там появилась, но не знаю откуда.»

«на мне другой головной убор, как-будто со стороны себя вижу. Он более высокий, металлический, а сзади как вуаль, она темная и волос не видно, как-будто они теперь убраны, даже не могу сказать − седая я или нет, только вуаль эту вижу. Морщин нет, не очень старая, я знаю точно, что у меня сын и суета связана с ним, он куда-то уходит.»

«я должна держать голову прямо, как-будто кто-то смотрит, но я никого не вижу опять.»

«его нет, я знаю точно, что сын умер и я одна, но о будущем не думаю, просто плачу. Спина прямая, должна быть спина прямая всегда и подбородок нужно поднять. На меня никто не смотрит, вокруг никого нет, я одна. Я не была с ним близка, просто знаю, что он умер, не знаю как, может быть не вернулся.»

− Какая ваша последняя мысль?

«Солнце − оно теплое.»

«я должна любить, я должна любить, я даже себя не любила, равнодушна ко всему. Ни улыбки, радости. Должна радоваться, любить.»

«я всегда молчала, всегда. Я даже никогда слова не говорила, всегда губы сомкнуты, как-будто непозволительно говорить, а нужно говорить, только говорить то, что чувствуешь.»

Достали ресурс самообладания, задали Наставнику вопросы, вернулись, наблюдаем.

**Золушка**

Лапландия, XVI век.

История похожа на сказку о Золушке, но не с таким фееричным, хотя вполне приятным концом.

Сироту из знатного рода воспитывала ее дальняя родственница, ну как воспитывала − примерно как мачеха падчерицу. Главным для нее было - не допустить, чтобы девочка узнала о своем происхождении, не лишиться покорной служанки.

Отдохнуть душой девушка могла только прогуливаясь по лесным опушкам, когда ее посылали за хворостом.

Состояние безразличия и безысходности от такой жизни сопровождало девушку до тех пор, пока она не обзавелась собственной семьей и не начала наконец жить. Женщина находит радость в детях, их у нее двое − мальчик и девочка, семья занимается производством молочной продукции, не стремится к роскоши, но довольствуется стабильным доходом, появились внуки.

Годам к 50-ти раскрылась правда о благородном происхождении героини и жить стало веселее − теперь семья была под покровительством королевской династии и нападение или разорение им не грозит.

На девятом десятке бывшая Золушка тихо и радостно уходит в мир иной.

Уроки из той жизни − отстаивать свои интересы, принимать решения, говорить о том, что не нравится.

Забрали ресурсное состояние уверенности, выявили кармические связи, получили ответы от Наставника и ценное качество в дар от него же.

**Сердце воина**

Англия, XVIII век.

«...Я иду в лесу, у меня лук со стрелами. Рядом со мной еще несколько человек. Мы солдаты, мы охотимся, выслеживаем или на разведке. Мы идем, крадемся. У меня болит нога, но я иду вместе со всеми. На мне перчатки. Я уже не такой как был раньше, я другой. Я черствый, серьезный, сконцентрированный, собранный.

… Мне предлагают напасть и уничтожить врага. Я понимаю, что это враг, но не могу на него напасть, потому что их больше, мы явно не справимся, нас перебьют. Меня трясут за плечо, я отмахиваюсь, объясняю, что мы должны занять более выгодную позицию для засады. Меня слышат, но не слушают, у них свое мнение по этому поводу. Я вытаскиваю нож и опять перепалка, небольшая драка с еще одним разведчиком. Я приставляю нож к его горлу и объясняю ему, если он хочет напасть, то пусть делает это один, а не гробит всех остальных, кто в отряде. Он сдается, плюет, говорит, делай, что хочешь, как знаешь…

...Какая ваша последняя мысль?

− Я буду жить».

Смерть с клятвой отомстить за семью. А клятвы из предыдущих воплощений всегда оказывают влияние на текущее.

Нехорошо так уходить. Вернулись в ту точку, где можно было все изменить. Спас родных. Перепрожили. Ушел спокойно.  Месть больше не цепляет. Хорошо.

В каждый момент времени у нас есть возможность сделать выбор. И ответственность за него мы несем иногда слишком долго.

**Глубины женской души**

Работали над поиском женского предназначения. Информативность и многомерность смыслов поразила меня не меньше, чем клиента.

Вильнюс, XV век.

У высокопоставленного жителя литовской столицы родился внебрачный ребенок. Видимо по законам того времени, участь девочки была бы незавидной и брат отца по его просьбе отвез малышку на остров неподалеку, оставив ее на попечение пожилых жителей местной деревни.

Девушка жила легко и вольно в окружении мудрых наставников. Жители деревни любили ее и просили вести нечто вроде летописи тех мест. В своем небольшом жилище, похожем на землянку, она записывала свои наблюдения. В свободное время собирала камушки и ракушки на берегу, плела из них украшения и дарила местным жителям. Нередко с товарищами выходила на корабле в море за рыбой. На острове были леса, в которых водилось много косуль и они с любопытством наблюдали за девушкой, пугливо выглядывая из-за деревьев.

Так светло и безоблачно прошли почти три десятка лет ее жизни, пока однажды, сидя в кругу старейшин у большого костра, она и ее избранник не узнали тайну ее рождения. Старики сказали, что она должна поехать на родину и найти свою мать, а если этого не сделает, не сможет создать полноценную семью.

Очень не хотелось уезжать с любимого острова, будто нехорошее предчувствие сидело внутри, но делать нечего, девушка со своим будущим мужем и его товарищами отправилась в путь.

…«Мы заглядываем в каждую дверь, мы даже не знали, где ее искать, никого не спрашивали. Просто ходим, я смотрю по сторонам, мне кажется я ее узнаю, ищу по ощущениям. Рыбу продает кто-то, запах такой сильно рыбный, много рыбы, такой маленький мужчина загорелый, такой морщинистый-морщинистый, рыбу мне протягивает. Я ее потрогала, так противно, склизско, дальше пошла. Захожу за поворот, там узкая дверь темная. Так получилось, что сзади все остались, никто не видел, как я туда нырнула, у меня еще ощущение, что меня потеряют»…

Спустившись в полуподвальное помещение, она увидела группу усталых женщин. Это публичный дом. В одной из женщин девушка безошибочно узнает свою мать. Та тоже ее узнает, пряча свою душевную боль за саркастичным высказыванием: уходи скорее, а то с нами останешься.

Раздавленная нахлынувшими на нее чувствами, девушка бежит под звенящий в ушах смех несчастных женщин. Найти мать и не иметь возможности быть с ней невыносимо.

Спустя 15 лет, так и не став матерью, она умирает в мучительных родах.

Как те косули, пугливые и нерешительные, она не смогла тогда сказать матери все, что хотела. Нужно говорить, не прятаться. Не стоит скрывать свою женскую сущность. Под внешней хрупкой оболочкой скрыта великая сила. Не надо бояться ее использовать.

Что касается осознания своей женской сути, Наставником, со свойственным всем Наставникам чувством юмора, было замечено, что для того, чтобы плавать, рыбе вовсе не обязательно знать, что она рыба.

**Цена свободы**

Иногда нас преследуют некоторые иррациональные чувства, ощущения, страхи, которым трудно найти причины. Ну вот не было у человека опыта в этой жизни, который логически объяснял бы наличие этих тревожных состояний. Нередко их корни находятся за рамками текущего воплощения, в далеком прошлом, в памяти нашей души.

Зачем их искать? Затем, что каждое чувство либо дает нам энергию, либо отбирает. Любовь, радость − придает силы, страх − вытягивает. Те негативные чувства, которые тянутся с прошлых жизней, забирают частички нашей энергии. Находя их источник, выводя ту жизнь, в которой страхи зародились, на уровень сознания, мы разотождествляем себя с ними, позволяя им уйти в прошлое и перестать оказывать на нас влияние. Тем самым восполняем свою энергию.

XIX век. Страна не идентифицирована. Марьяна жила в обеспеченной семье, отец занимал высокий военный чин. В 20 лет родители решили выдать ее замуж, но молодая девушка взбунтовалась и сбежала, отправившись в далекое морское путешествие.

Неизвестно, сколь долгим было ее странствие, но в то время она была свободна и счастлива, не жалея о неудавшемся браке. Осознание содеянного пришло позже, когда она вернулась в родной дом, а родителей уже не было в живых. Так и не познав счастья быть женой и матерью, она умерла в полном одиночестве. Такая вот жизнь раскрылась перед моей клиенткой, чтобы показать цель нынешнего воплощения. В этой жизни у нее есть семья и дети. Она все сделала правильно. А из того воплощения фонило то самое иррациональное чувство. Нашли. Прожили. Отпустили. Все будет хорошо.

У нас всегда есть выбор, в любой жизни, в любой ситуации, в любую минуту. И каждый следующий шаг определяет наше будущее.

**Вечная невеста**

Россия, конец XIX − начало XX века. Девушку выдают замуж против ее воли. Она любит другого и молится, чтобы брак не состоялся. Молитвы услышаны, на венчании жених так и не появился.

…«Если он придет, не знаю, у меня такой конфликт внутренний − с одной стороны я понимаю, что мне очень хочется, чтобы он пришел, чтобы мама успокоилась, с другой мне очень хочется уйти самой, тогда я понимаю, что все надо мной будут смеяться. Я убегаю»…

Позже он объяснил причину отсутствия − сломал ногу по дороге в церковь, вновь просил ее руки, но получил отказ. Замуж она так и не вышла, создала нечто вроде детского дома, где воспитывала детей из бедных семей, всю любовь отдавая им.

Запрос был на поиск кармических отношений с человеком. Нашли. В этой жизни он добился венчания, после чего их дороги разошлись. Проработали данную ему клятву, завершили отношения. Получили вдохновляющее послание от Наставника.

Примечательно, что то воплощение − из рода клиента по отцовской линии. Так нередко бывает, что души воплощаются несколько раз в одном роду, дорабатывая свои кармические задачи.

Время, в которое мы живем, тем удивительно, что нам представляется возможность заглянуть за грань мироздания и получить бесценную информацию о своем предназначении и уроках, которые предстоит пройти. Залечить душевные раны и добрать необходимые ресурсы. И это прекрасно.

**Ведьма**

Нередко мы обесцениваем имеющиеся у нас способности, навыки и таланты, вместо того, чтобы развивать их, но каждый талант − это бесценный дар и мы несем ответ за то, как его используем.

Польша, XVIII век.

«Я не признавала свой дар, почему-то я жила в состоянии, как-будто я им должна, я должна это делать, а я не хочу. Я от этой работы и от этого дела не получала никакого удовольствия, но каких-то других желаний и возможностей выжить наверное просто не было»…

О своих способностях девушка начала догадываться в переходном возрасте. Мама выгнала ее из дома, когда застала за проведением какого-то обряда со свечами. Всю жизнь женщина прожила одна, в окружении многочисленных кошек, в домике на краю села. Ведьма стеснялась своего дара, воспринимая его скорее как проклятие, отдаляющее ее от нормальных людей. К ней обращались и мужчины и женщины, в основном женщины, которые хотели, но не могли иметь детей и те, которые могли, но не хотели. Она знала, как кому помочь, какую травку дать, что из нее приготовить, но не ценила свою силу и когда пришло время умирать, она не позаботилась о том, чтобы кому-то ее передать…

«Я умираю от старости, потому что пришло время, знаю, что я умираю в этом теле, со мной кошечки, я лежу на софе, я оставила записку, что нужно сделать, я знаю, что сегодня-завтра придет кто-то, кто прочитает эту записку и сделает все, как нужно».

В этом воплощении есть семья и дети и этот дар, который приходится раскрывать заново, принимая его в себе с уважением и благодарностью.

Сейчас такое время, когда потеряв ориентир во внешнем мире, все больше людей начинают искать его внутри. Осознанность − уже давно не просто модное слово, а жизненная необходимость.

Благодаря регрессионной терапии поиск смысла и цели в жизни переходит из разряда вечных вопросов в решаемую задачу.

Все ответы есть в подсознании, где сокрыто свыше 90% имеющейся в нашем распоряжении информации.

**Невеста Иисуса**

Каждая наша мысль, каждое слово обладают определенной силой. Это инструменты, которыми мы создаем себе свою реальность. Ответственность за то, какой она будет, также ложится на наши плечи и может тянуться через века.

Запрос − проблема завязать отношения.

Ирландия, XVIII век. Семью девушки из обеспеченной семьи постигло разорение. Опасаясь за судьбу дочери, мама благословила ее попросить пристанища у сестер в католической церкви. Девушка принимает постриг и дальнейшая ее судьба посвящена служению Богу.

«Я вижу храм очень светлый и солнце проникает сквозь окна и вижу распятие, на нем Иисус так выглядит, как по-настоящему и внизу красные цветы. У меня хорошо на душе, я знаю, что я защищена и обещаю ему, что он будет единственным в моей жизни, я посвящу свою жизнь ему, делая добрые дела всем тем, кто будет приходить к нам и просить о помощи».

Прошли годы, она стала настоятельницей монастыря, с любовью и благодарностью выполняя свои повседневные обязанности. Она обучает детей из бедных семей. Послушницы ее любили и уважали, за глаза называя «невестой Иисуса».

Уход ее был тихим и спокойным, с чувством умиротворения от прожитой жизни.

То воплощение было первопричиной проблем с отношениями в настоящем, поскольку клятвы, обещания, зароки − обладают очень мощным энергетическим зарядом, срок действия которого не органичен. Погрузившись в корень проблемы, мы исцеляем душу и возвращаем энергию, тогда данные когда-то обещания теряют свою силу.

Получив ценное напутствие от себя из прошлого и ответы на насущные вопросы от Наставника, вернулись. Теперь все будет хорошо.

**Фаворитка**

Мы часто задаемся вопросом: где брать энергию, ресурсы, чтобы двигаться дальше? Как быть, если для выполнения ваших задач не хватает уверенности, решительности или, напротив, гибкости, терпения? Как быть, если в этой жизни не было возможности наработать в себе эти качества, а они нужны здесь и сейчас?

Для этого существует ресурсная сессия − погружение в ту жизнь, где необходимое качество проявлялось особенно ярко. Увидев ее изнутри, ощутив этот ресурс, можно перенести его в пространство текущего воплощения.

Запрос: поиск ресурса уверенности и самостоятельности, чтобы решиться открыть свое дело.

Франция, XVII век.

Молодая интригантка Элизабет как никто умеет добывать информацию и передавать ее в нужные руки, за что получает хороший доход и живет в свое удовольствие. Ее талант не остается незамеченным при дворе и вскоре она становится фавориткой короля. Но фортуна недолго была на ее стороне и вот уже она впала в немилость и не знает, как жить дальше. По счастью, ее берет в жены знатный дворянин и помогает развить ее хобби в процветающее дело.

«Мне нравиться заниматься тем, что я делаю, я согласовываю все проекты форм и рисунков, на фарфоре, на керамике и это очень востребованная мастерская, это очень изящные вещи, не для простого народа, для знатных людей, которые приезжают, заказчики покупают, делают заказы».

Эта жизнь оборвалась в 37 лет из-за болезни, но была яркой, наполненной эмоциями и событиями. Она уходила без сожаления.

Забрали ресурсное состояние уверенности хозяйки своего бизнеса, прочувствовали дерзость фаворитки короля, а также ощущение свободы и независимости.

Но на этом наше путешествие не закончилось, поскольку по предварительной договоренности, после просмотра ресурсной жизни мы отправились в пространство между жизнями.

Там есть семь уровней, каждый из которых мы детально исследовали и на каждом из которых задавали одни и те же вопросы. Ответы на них ни разу не повторялись, а очень дополняли друг друга.

**Роковая ошибка**

Клятвенно обещаю выкладывать хотя бы одну историю в неделю. Хотя нет, клясться вообще нельзя и вот очередное тому подтверждение:

запрос − не получается построить долгосрочные отношения, все разрушается. Полетели.

Европа, XV век. Попали в самое пекло сражения. Все смешалось − люди, кони и в пылу битвы произошло непоправимое:

«...я убиваю...хладнокровно, так надо.

− сколько вам лет?

− молодой, красивый мужчина…очень красив, сексуален, хорош собой...у меня ощущение...я убил человека, который очень значим для меня, это произошло случайно, не было видно, забрало мешало...

− кто этот человек?

− тоже мужчина...чувство любви и большой жалости, что так произошло, что это была ошибка, что я не увидел, что это он...я совершенно растерян и не понимаю, как мне жить после этого...сын...»

Тогда был дан обет провести остаток дней в одиночестве. Всю долгую жизнь этот человек не нарушал данного себе слова и ушел с чувством глубокого удовлетворения, что не поддался ни на какие соблазны, пронеся свое наказание до самой смерти.

Но, как очередной раз подтверждается, для силы слова нет ограничений во времени и пространстве и данная однажды клятва может нести свою деструктивную программу на многие жизни вперед.

Исцелили, получили рекомендации Наставника. Наблюдаем.

**Жизнь охотника**

Многим сегодня не хватает уверенности в завтрашнем дне. Но всегда можно вспомнить это чувство, найти этот ценный ресурс в одной из прошлых жизней, даже если между ними тысячи лет.

Отправились в путешествие без запроса. Подсознание лучше знает, что сейчас важно поднять из глубин памяти.

Перу (Чили), датировка не установлена. Племя, куда цивилизация не добралась.

...у меня темные волосы. Я молодая. Я − это он, я молодой парень. Волосы по плечи, черные, темная, смуглая кожа…

Юноша (на сеанс, вы уже поняли, пришла девушка) вырос в большой семье, у него были братья и сестры, любящая матушка. В дальнейшем он обзавелся собственной семьей, отношения в которой тоже были очень теплыми. Однажды он, вместе с другими мужчинами деревни, пошел на охоту:

...Дочка показывает какие-то камушки, рассказывает что-то про эти камни, берет меня за руку, я иду за ней куда-то, мы на улице. Вижу беременную жену свою на последних месяцах. У меня еще и сын. Дочке 5-6, сын постарше, обиделся на что-то, жена ему что-то говорит и наклониться не может из-за большого живота, но я собран, мне надо идти. Прощаюсь. Должен вернуться скоро, куда-то ухожу, в лес. Нас много, мы идем по лесу, растительности вокруг очень много… Я не вернулся…

На охоте он не успел увернуться от лап дикого зверя, все закончилось рано и неожиданно. Осталась память. Память о жизни, прожитой в любви и согласии, где решения принимались легко и свободно, с уверенностью в завтрашнем дне.

В процессе сессии было много бытовых деталей о жизни племени, обрядах захоронения, даже семейное предание одно было. И все было пронизано чувством сплоченности и единения с каждым из членов общины. Ценное ощущение, которого сейчас очень не хватает.

Пообщались с наставником, получили советы.

**Не предавай себя**

Эта история родилась из ряда случайностей, которые наглядно показывают, как стечение обстоятельств ведет человека к ответам на его вопросы.

Как-то я выкладывала в сториз стаканчик с кофе, где было написано: “Начинай уже сейчас жить той жизнью, какой бы ты хотел ее видеть в конце”. Девушка листала сториз и загадала: вот бы получить послание от Вселенной − и увидела это фото. Так мы встретились.

Запрос был такой: научиться брать ответственность за свою жизнь на себя, перестать жить для других, найти ресурс, нужный именно сейчас.

Европа, XVII-XVIII век…«город, вымощенная камнями дорога, узкая улица, по обеим сторонам дома с острыми высокими крышами...»

Мальчик, подросток, сидит в своей комнатке за столом и что-то записывает, поглядывая в окно на прохожих…«Там кипит жизнь, там ходят люди, они разговаривают, мне интересно за ними наблюдать, за каждым незнакомым человеком, просто проходящим мимо. Там ходят женщины в чепчиках, в передничках, с гусями в корзинах, там есть мужчины в каких-то высоких шляпах...»

У него есть родители, братья и сестры, после помощи родителям в поле, он бежит поиграть с другими детьми...«я чувствую себя веселым, задорным, фантазером, мне кажется, я что-то придумываю для детей. Тот, кто придумывает игры, там, в поле. Я что-то для них придумываю, с новой идеей и ребятки помладше бегут ко мне, я им что-то придумываю, как-то по-особенному сложить бумагу, сделать особенный самолетик, чтобы его запустить туда, к заходящему солнцу в этом поле, привязать на ниточку бантики какие-то, чтобы это все ярко смотрелось, когда самолет летит...у меня какая-то классная жизнь, в ней очень много настоящей наполненности эмоций, отсутствия страхов. Я бегу по полю, у меня впиваются в пальцы кусочки сухой травы и я не убиваюсь из-за этого, я достаю эту занозку и бегу дальше, то есть настолько важно и приятно и радостно находиться в этой жизни здесь и сейчас, что я не обращаю внимания на какие-то мелкие трудности, на то, что у меня чего-то нет, мне здорово здесь и сейчас...», а потом возвращаться в свою комнату − мир, принадлежащий только ему...«Я могу сидеть на подоконнике, свесив ноги и смотреть на небо, там много неба видно из моего окна. И о чем-то мечтать...»

Проходит несколько лет и уже взрослый мужчина, он служит при дворе. Необходимость обеспечивать семью лишила его свободы...«на мне одежда такая, с жабо, которая для меня не свойственна и я не чувствую, что должен здесь стоять, мне страшно, дискомфортно»…затем наступает равнодушие. От того, что предал себя, свои мечты, от необходимости делать то, к чему не лежит душа.

А затем ненависть. Красивый молодой человек стал любовником знатной дамы и потерял себя окончательно...«Я стою в спальне, перед большим зеркалом, зеркало такое с вензелями по краю, рисунки золотом, лепнина объемная, огромное зеркало. Я смотрю не на свое отражение, а на кровать, на женщину в кровати и пренебрежение к ней и пренебрежение к себе. Я ненавижу себя, ненавижу ее, но больше себя, что я здесь нахожусь, где я не хочу быть».

В этой жизни не хотелось оставаться и он ушел рано, сожалея о том, что так бездарно распорядился своей жизнью.

Достали ресурс счастья и наполненности из того детства, поняли, что в этой жизни девушка проходит тот же урок, получили ответы на вопросы от Наставника и в качестве дара от него − бумажный самолетик, как напоминание о том мальчике, который был счастлив, сочиняя свои мечты.

**Все ответы внутри**

Давно не делилась путешествиями моих клиентов, а между тем некоторые записи лежат необработанными еще с прошлого года.

Одна из таких историй − о жизни женщины в Ирландии, датировка не установлена. И я долго не знала, как оформить ее воспоминания в рассказ, слишком все обрывочно и без экшна, так сказать. Но главное, что для моей клиентки полученные образы стали теми недостающими нитями в узоре ее судьбы, которые помогли сделать важный шаг, на который она не могла решиться долгие годы.

Шли без запроса, отдав бразды правления мудрому подсознанию. Картинка проявилась не сразу, но затем…

Девушка-подросток растерянно стояла на проселочной дороге, окруженная пеленой дождя. На ней был длинный плащ и что-то вроде небольшого чемоданчика в руках. Распущенные волосы промокли, было темно, сыро и непонятно, куда двигаться дальше.

С самого раннего детства она жила у чужих людей, ремесленников. Она не знала, как туда попала, но среди обрывочных воспоминаний вырисовывался добротный каменный дом с деревянной мебелью, теплый камин, у которого она любила греться вечерами и стол, где она с пером в руке записывала свои наблюдения.

Повзрослев, девушка решила найти своих родителей и это ей удалось, но когда она встретилась с ними, она увидела, что у них есть другой ребенок, совсем крошечный, мальчик. Он лежит в люльке и почему-то его не берут на руки, а ей вдруг так захотелось, чтобы они прижали его к груди и не отпускали. Это была мимолетная, но очень волнительная встреча.

Дальнейшая судьба девушки сложилась благополучно, она вышла замуж и родила троих детей. Семья ее разрасталась, появились внуки. Жизнь прошла без потрясений и тревог, только легкой грустью отзывалось воспоминание о встрече с родителями.

В ходе сессии клиентка узнала, кем для нее был тот мальчик в этой жизни и поняла, как наладить отношения с близким человеком, впервые за долгие годы.

В завершении мы пообщались с Наставником, который помог расставить акценты на задачах, поставленных в этом воплощении и ответил на заранее подготовленные вопросы к нему.

**Хозяйка гостиницы**

У каждого из нас есть талант и все, чтобы его реализовать, но по тем или иным причинам мы либо в упор его не замечаем, считая чем-то несущественным, либо недооцениваем, закапывая в землю, как в известной притче. Ничем хорошим это как правило, не заканчивается.

У женщины, которой я проводила регрессию, есть дар яснознания уже не первое воплощение (проверяли), она видит людей насквозь. В этот раз мы решили поискать его источник. Ведь талант − как река − однажды берет свое начало, а затем или выходит в море, или где-то пересыхает.

Бургундия, XVII век. В одном из пригородов процветает небольшой семейный бизнес − постоялый двор с трактиром. Его хозяйка знает толк в этом деле, умело общается с поставщиками и чувствует себя весьма комфортно, ловко управляясь с гостиничным делом.

Ей было слегка за 50, когда, возвращаясь с мужем в отличном настроении домой, через поле, после выгодно совершенной сделки, они попали в грозу.

...Я получу удар молнии. Он какой-то незаметный, от дерева отскочивший, но через пятки к голове пройдет, то есть этот удар сквозь меня прошел и я его ощутила, но посчитала, что мне что-то показалось.

− Что изменит  этот удар молнии в вашей жизни?

− Какие-то неконтролируемые информационные потоки начнут проходить…

С тех пор дела пошли еще лучше, потому что, видя скрытые мотивы людей, легко считывая ложь и обман, она могла еще более успешно налаживать контакты с поставщиками, четко зная, с кем можно иметь дело, а у кого есть камень за пазухой.

Как-то раз в трактир заедет человек из королевской конницы.

...Он очень сильно расстроен из-за того, что не может кого-то поймать, кого-то найти и задержится в нашей гостинице. Расскажет эту историю, я ему посочувствую, пойму, что ему надо делать, но сначала не скажу. Потом, когда он уже утром собирается ускакать, я подойду и скажу: вам надо искать этого человека там-то и там-то. Он посмеется, но поверит. В итоге ускачет и поймает его…

Через некоторое время, не предавая огласке, хозяйке постоялого двора преподнесут щедрое вознаграждение, а впоследствии ее дочь выйдет замуж за того господина, который после поимки преступника получил повышение.

Жизнь пройдет в приятных заботах, скончалась наша героиня в глубокой старости в окружении семьи.

Затем мы отправились исследовать пространство между жизнями, где узнали как создавалась эта душа, какие задачи ставились на это воплощение, как развить свой дар, на что важно обратить внимание и еще много ответов нашли на разных уровнях Истинного дома души, но это уже конфиденциальная информация.

Наладить связь со своим подсознанием, в котором храниться 90% информации, может каждый, но услышать себя можно только в состоянии транса, на границе между сном и бодрствованием. К счастью, благодаря методу регрессионной терапии, это становится доступно любому, кто хочет прожить свою жизнь осознанно и максимально реализовать свой потенциал.

**Я перестану ждать тебя**

Иногда кажется, что когда отношения заканчиваются − это маленькая смерть. Кто-то легче переживает этот процесс, кто-то тяжелее, в зависимости от того, сколько было потрачено времени и сил, сколько выстроено планов на будущее, которые в один момент разрушились вдребезги и надо начинать строить свой мир заново, но уже без главного героя.

Но как бы ни было больно − помните, что любой опыт для души важен, не обесценивайте его, ведь это очередной урок, который надо было пройти. И пока мы его не усвоим, ситуация будет повторяться снова и снова, как уже было когда-то.

Шли в регрессию без конкретного запроса. Нужно было понять, зачем этой душе только что закончившиеся отношения и получить утешение от Наставника. Запрос сформулировали так: получить информацию, необходимую именно сегодня. И стали смотреть, что выдаст подсознание.

В результате прошлись по двум жизням, в первой из которых русская девушка Маша в XII веке провожала любимого мужа на войну, оставшись с двумя маленькими детьми на руках…

...Получается как сжигали кого-то, что ли и вот я стою на этом пепелище и прошу Бога, но не того Бога, а что-то связано с язычеством. Я прошу вернуть мне его, потому что это был самый лучший муж, это была большая любовь. Я прошу если не сейчас, то потом, чтобы мы встретились. И светит слепящее солнце, я в белой рубашке с красным шитьем, она вся уже перемазана этим пеплом и как будто приходит ответ, что мы еще будем вместе…

Оставшиеся дни Мария провела в тоске и унынии, потеряв вкус к жизни и даже дети не были ей утешением.

События второго воплощения происходили в Ирландии, XVII век. Молодая девушка также провожала мужчину на битву, из которой он не вернулся. Но они были только помолвлены и на прощанье обменялись кольцами.

Она была старшей дочерью в семье, воспитывая двух братьев и двух сестер без мамы. В свободное время занималась рукоделием и ворожбой. К ней приходили девушки, которым надо было привязать к себе избранника и с аналогичными, не очень этичными запросами.

Будущее казалось светлым и беспечным, ведь был человек, который ее любит. Но все закончилось, так и не начавшись…

...Я вижу море, я иду вдоль берега куда-то целенаправленно. Погода такая, дождь моросит, облачно, все небо серое. Я иду, у меня заплаканные глаза, я теперь поднимаюсь выше над берегом и там как утес что ли и белые кресты стоят. И я в отчаянии, слезы текут…

И вновь исчез вкус к жизни. К тому же примешивалось чувство вины, будто ее наказали за то, чем она занималась. Семью она так и не создала, тихо скончавшись в окружении сестер, братьев и их детей с одной только мыслью: встретиться снова.

Иногда достаточно просто увидеть ситуацию со стороны, с высоты птичьего полета, чтобы сделать выводы. В данном случае девушка, пришедшая на регрессию, смогла осознать, что не стоит делать мужчину осью своей жизни, без которой все рушится.

К тому же удалось увидеть человека, с которым она рассталась, без фильтров собственных иллюзий, увидеть его душу, и оказалось, что он вовсе не такой, каким она его себе нарисовала.

Наставник дал много рекомендаций насчет того, на что ей сейчас следует обратить внимание и как важно слушать душу, потому что «для души нет никаких правил и рамок, душа сама знает, что ей надо и как ей надо и в каких действиях».

**Гибель Атлантиды**

Это была наверное самая удивительная регрессия на текущий момент в моей практике. Мы пошли туда с запросом про отношения, а получили неизмеримо большую информацию, которая может быть полезной каждому из нас.

Девушка Навсикор, лет 20-ти, одетая в белую легкую тунику и сандали, стояла в саду, где было множество растений, фонтан, пели ночные птицы. На ее длинных светлых вьющихся волосах красовалась диадема, а руку охватывал браслет в виде змеи. В другой руке она держала кинжал, намереваясь убить себя.

Неподалеку возвышался дворец из белого камня, с колоннами и большими ступенями. Она проживала там вместе с отцом, управителем большого города, по масштабам соизмеримого с целой областью. Мама девушки скончалась еще при родах. По улицам города тянулись длинной вереницей прекрасные дома, плотно примыкающие друг к другу. Везде было красиво, люди были счастливы, не было разделения на классы и сословия, все жили в достатке и каждый считал своим долгом делиться с другими тем, что умеет делать, это был главный принцип того общества − использовать свой дар на благо остальных. Люди, которые населяли эти места, были очень высокого роста, метров 5-6 и жили до 900 лет. Девушке на тот момент было 20 по нынешним меркам, а по тем − 200. Навсикор училась в Школе Мистерий, где наставники обучали девушек создавать уникальные растения и животных, которых уже нет на нашей планете.

«Мы тогда это делали, просто представляя. Там было много помощников, таких маленьких очень интересных существ, которые все это воплощали. Это были не физические существа, они просто ждут, они готовы помогать. Им нужно давать задания».

«− Что это за земля или страна?

− На Земле здесь такой нет.

− Что это за планета?

− Земля.

− Какой это век?

− Здесь такого нет».

«− Это место, было ли оно когда-то на Земле?

− Да.

− Насколько давно?

− 20 000… Атлантида».

Помимо способностей воплощать уникальную флору и фауну, у Навсикор был еще один дар, который она считала проклятьем − она видела грядущие события и рассказывала о них другим.  К ее пророчествам прислушивались и записывали, что она говорила. Но однажды она увидела, что настанет конец цивилизации и поняла, что об этом нельзя говорить, потому что спастись будет невозможно и изменить ничего нельзя. Тогда она решила покончить с собой и вышла ночью в сад с украшенным драгоценными камнями кинжалом в руке. Но исполнить свое намерение ей не удалось. В саду она встретила одного из удивительных животных, населяющих эти места. Внешне он был похож на оленя, только маленького роста.

«Они обычно спят ночью, а тут он пришел. От них идет очень большая любовь. Еще кто-то пришел, там такие существа, мы за них как бы отвечаем, за их развитие. Мне стало стыдно».

Прошло еще примерно 5 (50, по тем меркам), лет и предначертанное свершилось. Навсикор не помнила, как оказалась на корабле со своим возлюбленным и еще сотней человек, которые думали, что спасутся. В одночасье суша скрылась под водой. Девушка пыталась объяснить, что плыть больше некуда, но ее мужчина, который был старшим на корабле и считал себя ответственным за жизни людей, разозлился на ее слова и выбросил любимую за борт.

«− Из-за чего опустилась земля?

− Цикл завершился. Это был переход, все должны были покинуть не только эти тела, оставить все. Это должен был быть переход, просто переход из тела».

Когда Навсикор погибла, как и ее отец, оставшийся в городе, у нее осталась сильная обида на духовных наставников и учителей, зерно которой зрело еще с детства, когда ей пришлось расти без матери. Теперь оно проросло несогласием и непониманием с тем, что произошло. Это решение казалось слишком жестоким.

«Когда долго живешь в физическом теле, кажется что это вечность. Очень трудно помнить, что в тонком теле ты живешь вечно, а там только временно и этим другим сложно быть».

«С точки зрения души все было хорошо, с точки зрения тех людей, которые тогда жили − это было неправильно. Ну то есть есть человеческая этика, а есть космическая этика и они разные».

Встретившись со всей семьей света, уже поменялись чувства и я уже знаю, что опускаясь вниз (под воду) − я возвращаюсь к своей семье. Это просто игра, это все можно создать сначала, на самом деле никто не умрет, все меня очень любят. Мы круто поиграли».

В этой регрессии нам удалось ответить и на главный вопрос, касающийся кармических отношений с конкретным человеком, и понять, как наладить связь со своими духовными наставниками, а также вспомнить то, ради чего девушка живет здесь и сейчас, какие у нее задачи на это воплощение. В общем, все как я люблю: пришли в песочке найти колечко − раскопали руины древнего города.

Не могу описать подробнее, много информации, касающейся только клиента, но одну фразу здесь приведу, это важно помнить нам всем:

«нужно отпустить контроль ума и говорить, пропуская через свое сердце, тогда ты никого не сможешь обидеть этими словами и никому не сможешь навредить».

**Ты − королева, ты справишься**

«...У меня ощущение, что я здесь не живу, но я периодически прихожу сюда, когда мне нужно подумать, переосмыслить что-то, когда нужно найти спокойствие.

− Что вы делаете прямо сейчас?

− Я просто хожу в этом платье туда-сюда. Я пытаюсь что-то сказать себе...

− Что вы хотите сказать себе в этом месте?

− Я себе сказала: ты можешь, все будет нормально. Ты − королева, ты справишься...»

Иногда, чтобы идти дальше, нам не хватает ресурса. Какого-то качества или энергии, чтобы достичь поставленной цели. Но ведь все качества есть в нас изначально − уверенность, спокойствие, решительность и любые другие. Если их не хватает сейчас, всегда можно достать их из прошлого и интегрировать в настоящее.

Регрессия по текущей жизни помогает заново пережить те моменты, в которых нужное качество было проявлено наиболее ярко. Но на его поиски можно отправиться и в более далекое прошлое нашей души…

Скандинавия, XII век. Юная королева вступает на престол:

«...Мне где-то 18 лет, на меня надевают корону, я вижу перед собой коридор, я должна по нему пройти. Проходят какие-то обряды, меня как крестит какая-то женщина и рядом много людей. Я чувствую, что у меня большая ответственность за них, я чувствую, что я могу управлять и это воодушевляет меня, я строю огромные планы...»

Родителей уже нет в живых и на плечи ложится огромная ответственность за свой народ. Люди доверяли ей и надеялись, что новая королева поменяет их жизнь к лучшему, но не оценили ее рвение и испугались стремительных реформ. Заговор подданных пресек ее правление и раненую королеву спасает ее советник, друг семьи, который всегда был рядом.

«...Я чувствую обиду, что мне не дали осуществить мои планы и в то же время расслабление, что я могу отойти от этого груза, который на мне был...»

Дальше нужно было получить напутствие от своего прошлого воплощения, осознать уроки, которые душа должна была извлечь из той жизни, понять, какие ошибки повторяются в настоящем. Задать вопросы Наставнику и получить ответы. Забрать ресурс уверенности и отпустить напряжение от груза возложенных задач. Исцелить опыт прошлого и вернуться. Чтобы идти дальше, к своей мечте, зная, что все получится.

**Если звезды зажигают**

Мы шли без запроса. Ну не то чтобы совсем без запроса, просто их было слишком много и мы положились на подсознание, которое попросили выдать информацию, нужную клиенту здесь и сейчас.

Это была удивительная сессия, мы видели разные жизни и не только человеческие, нашли корень иррационального чувства и получили поддержку самой Богородицы.

Нередко бывает, что мы переносим сильные чувства сквозь многие жизни. В текущей мы их называем иррациональными − это всякого рода фобии, которым не найти разумного объяснения в опыте нынешней жизни, а также другие чувства, которые сопровождают фоном, проявляясь в те или иные моменты особенно ярко. Например: вина, обида, гнев, тоска. Их корни лежат не только в детских и внутриутробных переживаниях, они там уже не впервые, а первопричины могут храниться глубоко в подсознании, в одном из далеких воплощений.

В этой сессии мы откопали одно из таких чувств, беспричинно проявлявшихся в настоящем и прожили его. Не сполна, лишь слегка отхлебнув, потому что чувство тяжелое, но для первого раза достаточно. Каждое такое непрожитое чувство в прошлом − как капсула, в которой осталась энергия и, раскрыв ее, мы высвобождаем мощный заряд, возвращая себе силы для решения поставленных на эту жизнь задач.

К слову сказать, главную задачу души мы тоже нашли, она сложная, но нам не дают того, чего мы бы не смогли бы вынести.

А еще мы посмотрели на жизнь звезды изнутри. Это совершенно удивительно, ведь и у звезд есть своя, неведомая нам жизнь, в которой есть свои этапы.

...− После перехода что будет?

− Буду светить.

− Как это − быть звездой? Сколько вам лет?

− Много.

− Давно ли это было?

− Я не знаю. Меня всю заполняет светом. На что я ни погляжу − везде свет. Я уже высоко.

− Что нам важно знать про этот важный момент вашей прошлой жизни?

− Я не знаю, светло, все хорошо. Мне надо просто освещать все.

− Это ваша задача?

− Да…

В заключение явился лик Богоматери, совершенно внезапно. И это такая поддержка, которая дается не каждому.

Самое важное, что я на текущий момент вынесла из своей  практики: главное в жизни − не терять веру. Неважно, к какой вы конфессии принадлежите и принадлежите ли вообще, но только когда мы теряем веру в поддержку высших сил, мы уязвимы для посторонних воздействий и можем облажаться с выполнением поставленной задачи.

Те, у кого уже был опыт регрессии и общения со своим духовным Наставником, знают, как важно чувствовать, что ты не один здесь, что тебе помогают каждый день делать правильный выбор, согласно задачам твоей души. Тех, кому сейчас очень не хватает этого чувства, кто не может принять решение, кто не знает, куда двигаться дальше и зачем они здесь вообще − я приглашаю на сессии регрессии, онлайн и очно. Ведь донести эту информацию до вас − это, в свою очередь, одна из задач моей души.

**Странствия одной души**

Каждая следующая жизнь − возможность пройти уроки, которые вы запланировали изучить. Как понять, что это за уроки? Обратите внимание на то, что вам тяжело дается, но является частью вашей жизни. Например, в вашем близком кругу есть человек, который постоянно пытается вывести вас из себя? Вполне может оказаться, что перед этим воплощением вы договорились, что он, точнее, его душа, будет учить вас терпению.

Или в вашей жизни происходят некие повторяющиеся неприятные сценарии − в быту это называется “наступать на одни и те же грабли”. Значит вы просто никак не можете уяснить, в чем заключается ваш урок в этой ситуации и научиться реагировать по-другому, чтобы получить наконец тот результат, который бы вас устраивал.

Иногда получается осознать урок самостоятельно и решить эту задачку, но далеко не всегда, потому что в жизни мы смотрим на проблему изнутри. В регрессии можно увидеть ситуацию целиком, как лабиринт, и понять, где там выход.

Иногда подсознание раскрывает в течение одного сеанса сразу несколько жизней по одному запросу, чтобы наглядно показать, где вы делали верный выбор, а где ошибались и как эти ошибки отражаются на текущей жизни.

На этой сессии клиент увидела сразу три воплощения, в одном из которых была проповедником в пустыне, в другом − рыбаком, молча радующимся своему простому счастью, а в третьей − знатной дамой, которая собственную красоту и всеобщее поклонение поставила превыше материнских обязанностей, за что в конце жизни была вознаграждена ненавистью единственного сына.

...Я лежу на этом одре, я умерла, а нет того, что я хочу. Нет близких, вокруг люди плачут, но они пусты.

− Почему у него эта обида?

− Такое ощущение, что я бросила его на няню и эта обида у него. Он тянулся ко мне, я толкнула его руку и сказала − нет, у меня своя жизнь.

− Какая ваша последняя мысль?

− Очень больно.

− С каким чувством вы уходите из прошлой жизни?

− С чувством боли и обиды, что я бросила своего ребенка…

Справедливости ради стоит сказать, что это один из немногих встреченных мною в жизни людей, который умеет слушать себя и поступает по-совести, не поддается на провокации и не идет на поводу у своего эго, когда делает выбор.

Что и подтвердила регрессия. Человек успешно проходит свои уроки и двигается верным курсом. На вопросы “почему”, “зачем” и “что с этим делать”, мы нашли ответы и получили мощный ресурс от Наставника.

Рада, что на моем пути встречаются такие осознанные люди, которые умеют быть счастливыми, несмотря на множество трудностей в жизни. Потому что знают, в чем секрет счастья и умеют отличать его от его суррогатов. Такие люди − как маяки, на которых надо смотреть и вовремя успевать корректировать свой курс.

**У каждого свой узор**

...Какая твоя последняя мысль?

− Что надо, наверное, как-то вернуться, еще бы хотелось пожить…

Мы искали место силы, которым оказался родительский дом в одном из прошлых воплощений. Легкое, безоблачное деревенское детство, с любящей мамой и братом. Узоры из камней на берегу реки. Одинокая, спокойная жизнь, где узоры гобелена переплетались с узорами гармоничных отношений с окружающими, многим из которых она спасла жизнь. Благодарность и принятие своей судьбы, легкая смерть и − выше.

Жизнь между жизнями. В это пространство я не провожаю тех, кто на регрессии впервые. К информации, которую можно получить здесь, человек должен быть готов. Сюда приходят люди, которые уже осознают свои задачи в этой жизни и ищут больше информации о задачах души в целом. Да, здесь можно задавать любые вопросы, но те, которые кажутся нам здесь важными − такие как смена места жительства или работы − там воспринимаются как нечто несущественное, как, например, выпить сейчас кофе или нет?

В этом пространстве человек осознает себя во всей перспективе бесконечности своей души, видит ее глобальные задачи, может пообщаться со своей духовной группой, членов которой объединяют схожие качества и цели, и даже узнать среди них тех, кто есть в его жизни сейчас.

Здесь можно увидеть свою книгу жизни, получить мудрые наставления от Совета Учителей и, конечно, от своего Наставника. Понять, что действительно важно, а на что не стоит тратить свою энергию, чтобы узор, который создает каждый из нас, был гармоничным и прочным.

...А где брать эту энергию, ресурсы, чтобы делиться с людьми?

− Из действий своих, это успех, это камушки. Мне нужны мои успехи. Каждый из людей, которым я помогла − он дает мне часть энергии и я не должна отказываться от нее и не должна распылять, а должна ее аккуратно собирать в этот камушек, по которому буду двигаться. Чем больше я раздам, чем больше получится у меня получить в ответ, тем больше и лучше камушков под ногами, по которым я буду шагать, то есть я буду устойчивей и вокруг меня будет скапливаться все больше позитивной энергии и я все больше смогу отдавать. Вот я так должна в этом движении жить...

Но самое важное происходит не во время регрессии. Регрессия - это посыл, помощь в создании намерения, информация к размышлению. Главное − действие. От того, как мы используем полученные знания − будем ли выкладывать свой узор, старательно и с любовью, или дальше идти, куда глаза глядят − зависит, куда мы придем. Когда мы следуем своему пути, все начинает складываться наилучшим образом, это всегда чувствуется. Когда что-то в жизни идет не так, возможно, стоит остановиться и задуматься − участник ли вы своей судьбы или наблюдатель. И взять камушек, а потом следующий…

МОЙ ОПЫТ РЕГРЕССИЙ

**Групповая регрессия**

После теории перешли к практике. На групповой [регрессии](https://www.instagram.com/explore/tags/%D1%80%D0%B5%D0%B3%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B8/) искали нужный сегодня [ресурс](https://www.instagram.com/explore/tags/%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%83%D1%80%D1%81/), получила бонусом урок для настоящего.

Ирландия, 18 век. Снова мужское воплощение. И снова воинствующее. Возвращаюсь домой из очередного боевого похода. На мне коричневые полусапоги, серо-зеленые накидки, шкура волка на плече. На голове какая-то ерунда (посмотрела потом изображения ирландских воинов того времени - это был берет). В поводу конь. Я здоровый мужик с рыжей бородой. Передо мной небольшая деревушка, окруженная зелеными холмами. Ранняя осень.

Подхожу к своему дому, чувствую усталость, радость скорой встречи с семьей и небольшое сожаление, что кончился мой поход. У дома встречают дети, девочка и мальчик. Им 10 и 12 лет. У мальчика курчавые темные волосы, у девочки - рыжие, чуть ниже плеч. Захожу в дом и вижу ее - как я по ней скучал. Волной захлестывает чувство радости, аж слезы на глаза наворачиваются.

Она невысокого роста с длинными рыжими волосами. Обнимаю ее, садимся за массивный деревянный стол, я во главе его, дети по бокам, жена чуть поодаль. На столе посуда из темного металла и большое блюдо с мясом. Мы не разговариваем, но понимаем друг друга. Семья кажется несколько отстраненной, не знают, как себя вести. Они привыкли жить одни, ведь меня не было несколько лет (раньше в саморегрессе видела мельком это воплощение, как раз когда уходил, детям было примерно 3 и 5 лет).

Перемещаюсь в ресурсное состояние в более ранний момент этой жизни. Это тот же дом, мне лет 17 и я впервые обуздал жеребца, которого готовил для меня мой отец. Я счастлив и горд, отец похвалил меня.

Перемещаюсь в момент, когда я делал то, что мне нравится. Вырезаю кожаную сумку для себя, делаю узоры на ней, похоже на руны. Мне приятно этим заниматься.

Перехожу в свой последний день. Мне около 60-ти, я ухожу в своей постели и очень огорчен этим. У кровати моя жена, у нее много морщин и потухшие глаза. Она всю жизнь меня ждала. Поняла, кто она в этой жизни.

Моя надгробная плита: Джереми Роджерс, дата смерти: 1782 год.

Выхожу из тела, встречаюсь с моим проводником, который показал мне ту жизнь. Мне не надо ничего спрашивать: урок из той жизни - уделять больше времени семье.

**Обратная сторона свободы**

Голландия, XVII век. Пустынная городская площадь, вечереет. Перевожу взгляд на свои ноги - я в каких-то лохмотьях, я нищий. Зарабатываю тем, что пою, скитаясь по Европе. Мне ценна моя свобода, я ни к чему и ни к кому не привязан. Но так было не всегда.

Поворотный момент в жизни: ссора с отцом из-за моего отказа поступить на службу (ну вы поняли, опять мужское воплощение). Я ушел из дома, лишившись титула и средств к существованию. Свобода мне была дороже всего. Было жаль, что так и не простился с матерью.

Умер, как собака, под деревом, в возрасте 73-х лет с мыслью о том, как глупо и бесцельно прожита жизнь. Меня никто не искал.

Выход из тела. Встреча с наставником. Послание: исцелять голосом, помогать людям, раскрывать свои таланты. Та жизнь показана для того, чтобы понимать, что в спорах следует искать компромисс, не рубить с плеча. А обратная сторона свободы - одиночество.

**Жертва тщеславия**

Зачем регрессологам смотреть свои прошлые жизни? Ну во-первых, это как личная терапия − исцеляя свою душу, мы добираем энергию и ресурсы, убираем негативные воздействия, которые фонят из прошлых воплощении и получаем возможность оказывать более квалифицированную помощь.

Во-вторых, становясь на место клиента, мы понимаем, как лучше проводить сессию, на чем задержать внимание, подбираем наиболее комфортный темп ведения транса − все это изнутри лучше видно. Но поскольку саморегрессия − занятие малоэффективное, в чем я убедилась на личном опыте, можно увидеть прошлые жизни лишь фрагментарно, то для эффективной работы нужен ведущий, который будет проводником для твоей души.

Таким проводником является для меня моя коллега, Елена, поистине [@osobennaya\_zhenshchina](https://www.instagram.com/osobennaya_zhenshchina/), с которой мы помогли друг другу увидеть не одно прошлое воплощение и проработать вопросы, назревшие в настоящем.

В этой сессии мы решили не ставить конкретный запрос, а положиться на подсознание, чтобы посмотреть, какая прошлая жизнь оказывает наибольшее влияние на мое текущее воплощение.

При данном казалось бы абстрактном запросе выявляются скрытые от сознания проблемы, которые надо решить в первую очередь. Такой запрос полезен, если клиент не может выбрать, какой аспект его жизни стоит проработать первым. Душа всегда знает.

В эту жизнь я неоднократно попадала в саморегрессии, точнее в тот ее эпизод, где герой сидит в темнице. И все. Непонятно − за что, почему и выйдет ли оттуда когда-нибудь. С Еленой мне удалось прожить эту жизнь целиком и ответить на все вопросы.

Франция, XVIII век. В семье пекаря и швеи рождается мальчик. Перспектива продолжить дело отца его не прельщает, юношу тянет на военную службу, душа жаждет подвигов и славы. К тому же неподалеку живет девушка, в которую он влюблен, но ему хочется произвести впечатление, представ перед ней в мундире и предложив руку и сердце. С такими честолюбивыми планами он уехал из родного городка, пообещав непременно вернуться за ней.

Поступить на военную службу не получилось и молодой человек был зачислен, говоря современным языком, в подразделение, специализирующееся на охране высокопоставленных лиц. Должность его вполне удовлетворяла, о военной карьере он уже не мечтал.

Однажды на улице к нему подошла цыганка, посмотрела на руку юноши и сказала, качая головой: «Тяжело тебе будет, но по-другому нельзя. Огня в тебе много, холодной голову держи, да не удержишь, за то и поплатишься».

Судьбу определил случай. Юноша стал свидетелем сцены, когда четверо как бы сейчас сказали «отморозков» издевались над женщиной, торговавшей молоком. Из «хулиганских побуждений» (в полиции уже не работаю, а речевые обороты остались), они перевернули лоток со всем содержимым и вместе с крынками лопнуло и самообладание нашего героя. Плюнув на инстинкт самосохранения, он набросился на эту шайку, умудрившись нанести серьезное ранение одному из нападавших, от которого тот впоследствии скончался (ну вот, опять).

Что было дальше − он помнил смутно, его схватили и увезли, после чего он оказался в темнице.

...Каменные стены, каменный пол, маленькое окошко наверху зарешеченное. Деревянная дверь с засовами, на полу солома, холодно, сыро, страшно.

− Почему ты находишься в этой камере?

− Не знаю, какое-то недоразумение, я очень давно здесь, очень давно.

...

− Опиши, как проходит твой обычный день, чем ты занимаешься, что ты ешь?

− Иногда приносят хлеб, воду, пытаюсь что-то записывать на камнях, как-то вести счет времени, но уже не знаю, сколько я здесь времени, сколько лет. Мне не с кем поговорить, пытаюсь сохранить рассудок…

Тот, кого он ранил, оказался сыном влиятельного в городе человека и остаток своих дней наш герой провел в крепости, скончавшись от туберкулеза.

Все могло бы сложиться иначе, если бы он остался в родном городе и продолжил дело отца.

Задачей того воплощения было научиться контролировать эмоции, думать перед принятием решений. Что и в настоящем мне не повредит.

Обратились к Наставнику, задали вопросы, получили ответы и ценный ресурс в подарок.

**Заключение**

Когда ты переносишься в пространстве и времени, через разные эпохи и страны, красной нитью проходит история твоей души, та последовательность выборов и событий, которые привели тебя в точку здесь и сейчас.

Китайцы говорят: то, как ты чувствуешь себя сегодня − результат того, что ты думал вчера. Принятые решения так или иначе влияют на весь дальнейший бесконечный путь твоей души. Когда это осознаешь, начинаешь понимать ответственность за свои слова и поступки, но это знание не становится тяжким бременем, скорее напротив, возможностью быть помощником режиссера в этом спектакле.

Многие мои клиенты на сессии регрессии приходили к пониманию жизни как игры, сценарий которой был тезисно прописан нами же незадолго перед очередным воплощением, в пространстве между жизнями. С учетом прошлого опыта, наработанных навыков и принятых решений, кармических связей и обязательств, данных душою когда-то.

Мы согласуем свою следующую "серию” вместе с родителями, которые обязуются дать нам определенный опыт, с душами тех, с кем нужно сделать “работу над ошибками” и тех, кто будет нам помогать, меняя маски и роли, но оставаясь рядом на протяжении многих веков.

И когда мы просматриваем очередную жизнь, поднимаясь над ней, как над картой, хорошо видно все перекрестки дорог, на которых можно было выбрать другое направление и прийти к другому месту назначения.

В этой жизни, уже зная предыдущие маршруты и ориентиры, легче не сбиться с пути и пройти этот отрезок с максимальной реализацией своих ресурсов, которые мы собрали в дорогу.

Легче понимать тех, кто рядом и что они помогают проработать сейчас. Легче осознать, кто я, для чего здесь и почему я именно я и именно здесь.

Исследовать свои прошлые воплощения − это не только невероятно увлекательно, но и очень ценно, ведь из каждого опыта мы забираем не только часть своей энергии, восполняя свой потенциал, но и находим решение для задач, поставленных на эту жизнь. Так что я еще обязательно буду проходить личные регрессии и делиться с вами этим удивительным опытом и осознаниями после, которые еще долго потом, неделями, месяцами, догоняют, распаковывая в нужный момент нужную информацию.

НАБЛЮДЕНИЯ

**Регрессивный гипноз**

Почему мой мир перевернулся или что такое регрессивный гипноз?

Те, кто читают и будут читать дальше здесь мою книжку, понимают, насколько разделяется мировоззрение на до и после регрессии. А что это, собственно, такое? Это легкий транс (нет, не опасен), в который каждый из нас погружается по много раз на дню, засмотревшись в окно или зависая над книжной страницей.

⠀

Это необходимая для мозга пауза, иначе он перегреется, как системный блок компьютера. В этот момент при грамотном подходе можно услышать свое подсознание и открыть память души, заархивированную в нем. В этой памяти хранится информация обо всех наших предыдущих воплощениях, в которых заключен самый разнообразный опыт − от жизни каторжника до придворного короля и каждое из них так или иначе влияет на наше текущее воплощение.

⠀

Это может быть повторяющийся негативный жизненный сценарий (к примеру, когда отношения раз за разом разваливаются), необъяснимые страхи − огня, воды, транспорта, которые не имеют оснований в нынешнем прошлом, конфликты с кем-то из членов семьи или нежелание заводить семью вовсе и так далее. При погружении в транс с запросом выявить момент, ставший триггером для нынешних проблем, мы можем увидеть, что повлияло на вашу текущую ситуацию. Прожив ее и оставив в прошлом, мы идем в будущее уже без этого эмоционального груза, который нам мешал по жизни.

⠀

Или если у вас не хватает ресурса на те или иные решения, к примеру, вы стеснительны или боитесь отказа, поэтому не заводите отношения, или вами манипулируют, а вы молчите, предпочитая быть удобным для всех. В прошлых воплощениях обязательно найдется затерявшаяся ваша уверенность, решительность и радость к жизни, которые можно прочувствовать и оставить себе сегодняшнему, то есть вернуть нужные ресурсы.

**Как проходит регрессия**

О встрече договариваемся заранее, я отвечаю на любые ваши вопросы, касающиеся регрессионной терапии. Встречаемся в назначенное время и у вас будет еще бесплатных полчаса, чтобы задать вопросы, если такие остались и понять − тот ли я специалист, который вам нужен. Если между нами нет взаимной кармической неприязни, мы приступаем к регрессии.

Определившись с основным запросом, с которым вы пришли (если так и не смогли определиться, мы положимся на ваше подсознание, которое точно знает, какой аспект вашей жизни важно проработать в первую очередь) и будем смотреть прошлую жизнь, которая до сих пор оказывает на вас влияние. На самом деле каждая из них (а исследователи в области глубинной памяти утверждают, что их могут быть сотни, а то и тысячи), так или иначе влияет на ваше настоящее, просто в тот или иной момент одна из них «фонит» больше, чем остальные.

Это НЕ гипноз, это легкий транс, во время которого вы будете все ощущать, слышать, сможете поменять положение на более удобное, если захотите. Я буду задавать вопросы, а вы − отвечать, полностью контролируя свои слова и действия. После регрессии вы будете все помнить, чтобы что-то не упустить, для вас я буду вести аудиозапись всего процесса.

Транс − это естественное состояние организма, во время которого он расслабляется, а хаос мыслей в голове утихает. Мы входим в него по многу раз на день, когда задумаемся, глядя в окно, пролистнем пару страниц книги, потеряв нить повествования или отходим ко сну. Это состояние само по себе очень терапевтично и помогает восстановить ресурсы.

Во время регрессии мы погружаемся в одну из ваших прошлых жизней, извлекаем из нее уроки и обращаемся к вашему Наставнику (подсознанию, душе, разуму, Высшему Я − в зависимости от того, во что вы верите) с заранее подготовленными вопросами, на которые получаем исчерпывающие ответы, а также Дар, о котором вы узнаете лично от него.

В среднем продолжительность сессии составляет 2,5 − 3 часа, после чего мы анализируем полученную информацию.

**С каким запросом можно на регрессию**

По сути, с любым, с которым вы бы пришли к психологу. Просто в регрессии,  в отличие от классической когнитивной психологии, можно обратиться напрямую к подсознанию, что значительно ускоряет процесс решения задачи. Корни проблемы зачастую скрыты от сознания, одна регрессия по своей эффективности может заменить долгие месяцы психотерапии.

Приведу несколько примеров запросов на проведение регрессии, чтобы вам было легче сориентироваться:

Самореализация, поиск своей профессии, призвания. К сожалению, далеко не все задаются этим вопросом и лишь немногие из них находят на него ответ. А между тем каждый хоть раз слышал знаменитое изречение Конфуция: «выберите себе работу по душе и вам не придется работать ни одного дня в своей жизни». Понять, тем ли делом вы занимаетесь, несложно. Если оно вам «по душе» − то придает сил и энергии, если же нет − отбирает.

В памяти души каждого из нас, глубоко в подсознании заархивированы таланты и навыки, которые мы использовали когда-то. Они никуда не делись, их можно найти и раскрыть, продолжив совершенствоваться в том, к чему у вас «душа лежит» и вспомнив то ресурсное состояние потока.

Проблемы в отношениях. В паре, с родителями, детьми, коллегами, начальством − любые. Ни одна встреча в жизни не случайна. Она либо для наработки какого-то навыка, либо для проработки отношений из предыдущих жизней. Вообще в жизни ничего не случайно, все для чего-то нужно, как в хорошем кино, где каждый кадр несет определенный смысл. Даже если уже только над этим задуматься, можно многое осознать в своей жизни. Есть еще такое понятие как кармические отношения, когда в этой жизни вы общаетесь с человеком, с которым уже были знакомы в прошлой жизни. Это мог быть как позитивный, так и негативный опыт, а сейчас вы встретились, чтобы доработать то, что не смогли доработать тогда или его душа пришла для того, чтобы помочь вам в настоящем. Замечали, что с одними людьми, едва встретившись, вы чувствуете себя так, будто знакомы всю жизнь, а с другими возникает с первого взгляда иррациональная неприязнь? Вот, это оттуда. В регрессии все это наглядно видно.

Необъяснимые страхи, тревога в определенных ситуациях, фобии − тоже чаще всего тянутся из прошлых жизней. Если когда-то ваша душа пережила опыт утопления, пожара, падения, публичной казни, укуса змеи, неудачных родов − в этой жизни он может выражаться соответственно как страх воды, огня, высоты, выступлений перед публикой, змей или родов. Происходит это потому, что смерть, особенно насильственная − очень эмоционально заряженное мероприятие. (Кстати, страх смерти уходит раз и навсегда после первой же регрессии) И эти эмоции оставляют мощный отпечаток в подсознании, который на уровне сознания проявляется в виде фобий. Проживая этот опыт заново, вы сепарируетесь от него, оставляя его в прошлом и он больше не влияет на вас. Нет, не страшно. Вы всегда можете посмотреть на процесс со стороны, прекрасно сознавая, что лежите у меня в кабинете. Почему страх уходит? Потому что он выходит из бессознательного на уровень сознания и больше не может пугать вас. Это как включить свет в комнате, где что-то страшно шуршало и увидеть, что это просто кот.

Повторяющийся сценарий. Негативный, разумеется. Потому что если вы раз за разом выигрываете в лотерею − вряд ли вам придет в голову обратиться с этим запросом к регрессологу. А вот если вы наступаете на одни и те же грабли в отношениях, работе или при решении каких-либо жизненных задач, тяжко вздыхая, что вам «не везет» или у вас «карма такая», тогда − добро пожаловать. Дело в том, что карма − это не равно кара, это совокупность всего накопленного опыта в прошлом, как позитивного, так и негативного и ряд задач, поставленных на выполнение в настоящем и будущем. А вот почему, а точнее, для чего вам «не везет» − можно посмотреть в регрессии и получить подробные инструкции, как этот негативный сценарий изменить.

Здесь я рассмотрела только наиболее часто встречающиеся запросы, чтобы можно было себе составить некоторое представление о методе.

**А что потом?**

Когда твоя картина мира расширяется, многое меняется в жизни. Перестаешь обращать внимание на мелкие неприятности, которые раньше могли раздражать, избавление от страхов увеличивает энергетический запас и появляются силы двигаться дальше.

По мере того, как ваша вселенная увеличивается, вы увеличиваетесь вместе с ней. Множится количество вариантов выбора в той или иной ситуации, меняются шаблонные реакции, растет внутри чувство самоценности и единения с окружающим миром, законы которого становятся такими понятными и простыми.

Интересно ходить в регрессию по запросу «прошлая жизнь, которая оказывает наибольшее влияние на текущее воплощение».

Ощущения − как мешок с подарками открывать (причем как у клиента, так и у меня). Что выдаст подсознание? Почему именно это? Какая связь между той, прошлой и нынешней жизнью? Разбираемся, анализируем.

Иногда открывается первопричина самой насущной проблемы, выходит на свет сознания через толщу веков. А иногда подсознание клиента как бы старается поддержать, предложив просмотр жизни, из которой можно взять важный сейчас ресурс.

Этот запрос хорош, когда человек не может определиться с темой, которую стоит прорабатывать в жизни в первую очередь. А можно точечно, прицельно, по заданной клиентом теме искать, откуда ноги растут у его насущных проблем.

После сеанса, когда понимаешь, что в памяти хранится явно больше, чем можно было себе представить, начинаешь смотреть на мир по-другому. Однажды увидев, нельзя развидеть.

**Кино и регрессия**

Регрессию часто сравнивают с просмотром кино. Действительно, очень похоже. Либо с путешествием в виртуальную реальность в 3D-очках. А вы никогда не задумывались почему мы выбираем те или иные фильмы и почему в выбранных фильмах что-то цепляет, а что-то отталкивает? Если два человека будут вместе смотреть один и тот же фильм, то потом выяснится, что один запомнил одни эпизоды, а другой − другие. Что влияет на субъективность восприятия просмотренного?

А влияет опыт, который душа прошла в этом и предыдущих воплощениях. У каждого из нас индивидуальный путь, который пролегал через разные эпохи, разные страны и разные ситуации. Нередко за предпочтениями в выборе фильмов стоят отголоски ваших прошлых воплощений и это тоже можно сделать темой регрессии − поискать ваше воплощение в конкретном веке или стране. Бывает, что туда «тянет», а просто так ничего не бывает, значит там есть информация, нужная вам сегодня.

Что же касается жанров, которые мы выбираем, то тут на мой взгляд, мы ищем ресурсы, добирая те эмоции, которых нам сейчас не хватает (комедия, мелодрама), или экологично избавляемся от негативных эмоций (триллер, детектив), или пытаемся сбежать от реальности в мир фэнтези и фантастики. Этот выбор зачастую делается неосознанно. Осознав его мотивы, можно выяснить, чего в  жизни сейчас не хватает и какие практические шаги можно предпринять, чтобы вернуть себе баланс и радость жизни.

В регрессии это можно понять по цвету луча, который вы выбираете, погружаясь в трансовое состояние. Не буду раскрывать всю технику, но этот выбор делается не случайно − цвет луча соответствует цвету той чакры, с которой вам важно сейчас поработать. А каждая чакра отвечает за определенные эмоции и этим лучом вы добираете эмоции, необходимые вам именно сейчас.

**Как быть, если во все это не веришь?**

Прошлые жизни, реинкарнация − какое отношение все это мракобесие имеет к моей проблеме? Как это поможет мне в отношениях, в работе, в жизни? Это ненаучно, недоказуемо и вообще шарлатанство!

Это я решила сейчас отпарировать возможные выпады в отношении меня и моего метода. В маркетинге это называется “отработка возражений”. Хотя, по правде сказать, мне еще никто такого не говорил. Разве что уточняли, занимаюсь ли я только “этим”, или еще и психологией.

Но действительно, мало кто понимает, чем просмотр прошлых жизней помогает в настоящем и есть ли научная основа у регрессологии.

Есть. Кому интересно − можете обратиться к аналитической психологии К.Г. Юнга, который механизмы бессознательного положил на научные рельсы. А регрессионная терапия − это один из методов психотерапии, основанный на работе с бессознательным.

Вовсе необязательно для получения нужной информации из глубин памяти верить в реинкарнацию. Те картины, которые вам представляются во время сессии − это проекции вашего бессознательного, которое в доступной и понятной форме предоставляет ответы на ваши насущные вопросы.

Погружаясь в одно из прошлых воплощений (можно предположить что лишь метафорически, если бы не множество совпадений по деталям быта и архитектуры), мы ищем первоисточник ситуации, связанной с нашим запросом. Тот эпизод, ставший причиной сегодняшней проблемы − как бы закапсулированная энергия, которая, выходя на уровень сознания, раскрывается и перестает влиять на человека. Высвобождая ее, мы получаем дополнительные ресурсы, с помощью которых можем решить эту проблему и двигаться дальше. Как в компьютерной игре.

Помимо картинок из прошлого, можно понять, какие уроки были даны на ту жизнь и насколько успешно они пройдены, какие стоят задачи на текущее воплощение и что мешает их выполнению. Ответы на эти вопросы можно искать всю жизнь, а можно обратиться напрямую к подсознанию, сэкономив наш самый ценный и невосполнимый ресурс − время.

Так что это не гадание, а просто новые технологии. Навигатор тоже когда-то казался бесовской выдумкой, а сейчас значительно упрощает жизнь. И чтобы им пользоваться, вовсе необязательно понимать, как он устроен.

**Кто такие Наставники?**

На сеансе регрессии после просмотра прошлой жизни мы обращаемся к нашему Наставнику с заранее приготовленными вопросами.

Кто это для вас − каждый решает в силу своего восприятия. Мудрая часть меня, Высшее Я, ангел-хранитель, подсознание, душа, Наставник, Проводник − не столь важно. Этот образ символизирует собой мудрость и чистое знание, а ответы и рекомендации, которые он дает − всегда в масть и на пользу.

Как его называть − решаете вы, ну а в каком облике он предстанет − это уже на его усмотрение. Кто-то видит седого старца, кто-то − человеческий силуэт, сотканный из света, кто-то − себя самого, кто-то вообще эльфа. Вы увидите такой образ, через который вам проще и полезнее будет усвоить нужную информацию.

В разных сессиях может приходить один и тот же наставник, а могут быть разные, которые помогают решать разные задачи, а может он и один и тот же, просто меняет облик по ситуации − тут трудно утверждать наверняка.

Есть версия, что Наставниками становятся души, прошедшие все свои уроки в земных воплощениях и перешедшие на более тонкий план.

Всех наставников объединяет два момента: первоклассное чувство юмора и то, что в их присутствии вы ощущаете тотальное спокойствие и защищенность, как в лучшие моменты детства.

Если бы наставников не было, их стоило бы выдумать, потому что знать, что есть высшие силы, которые тебе помогают − бесценно. Но то, что они говорят − выдумать невозможно, это откровения, простые и сложные одновременно, над которыми человек и не задумывался, но которые позволяют иначе взглянуть на ситуацию и найти оптимальное решение проблемы.

А главное − после регрессии появляется возможность сохранить эту внутреннюю обратную связь и обращаться к своему Наставнику в любой непонятной ситуации.

**Советы с того света**

В регрессионных сессиях мы обращаемся к Наставникам, путешествуем по пространству жизни-между-жизнями и получаем массу ценной информации, которая помогает не только клиенту, но и может быть очень полезной для многих людей. В перспективе я планирую сделать серию постов с аналогичным названием и объединить их в одну папку.

Здесь делюсь информацией, полученной во время регрессии по вопросу воспитания ребенка. На сессии была мама школьника и я сама, тоже будучи мамой ребенка школьного возраста, высоко оценила их значимость.

Итак, что нужно делать, чтобы улучшить взаимоотношения с ребенком:

− Понять, что он взрослеет быстрее, чем когда взрослели мы и видеть эту взрослость в нем, перестать за него беспокоиться, перестать брать за него ответственность, он сильный, он со всем справится. Надо самой делать шаг назад, не опекать. Непослушание − такая реакция на внутреннее беспокойство и опеку.

− Подключать его к энергиям спокойствия, ко внутреннему миру и просто чтобы он был в этом поле осознанности и умения управления собой.

− Помогать ему в том, чтобы он приходил к пониманию того, кто он, для чего он здесь, какие у него способности, умения, навыки и самой терпимее относиться к тому, что что-то ему может не даваться и поддерживать то, что ему дается очень хорошо, не относиться к нему, как к шаблону или прошлому опыту. Смотреть на него, как на кристалл индивидуальности, что в нем много всего интересного, хорошего и это важно поддерживать и меньше рушить, меньше ожидать каких-то стандартных моментов, тогда он выровняется и сам почувствует силу того, что он хочет, может и умеет.

− Не жалеть его, давать ему тоже нагрузку, доверяя, не считать его маленьким, уметь прислушиваться к нему, что он тоже большой учитель пришел, иногда относиться к нему, как партнеры относятся, то есть уметь разговаривать на языке равных.

− Продолжать прививать привычку читать и писать, чтобы он больше читал и больше старался писать своих мыслей.

**Мысли вслух**

В детстве кажется, что все самое важное и серьезное обязательно впереди.

С годами, оглядываясь назад, понимаешь, сколько там уже было важных поворотных моментов, интересных людей, серьезных решений.

Почему все это обесценивалось тогда − потому что мы не умеем жить в моменте здесь и сейчас. А потом получается, как говорила Алиса Фрейндлих: большую часть жизни я думала, что все еще впереди.

Кроме того, что мы летим вперед, в светлое будущее, как кабан сквозь кустарник, мы еще и вечно чего-то ждем, вместо того, чтобы совершать конкретные действия для достижения поставленных целей.

Не дождавшись, в один прекрасный момент мы спохватываемся: ой, я же ничего не успел. Кого-то это мотивирует начать наконец шевелиться, а кто-то продолжает плыть по течению: ну мне уже поздно что-то начинать.

Почему же так получается, что в начале жизни есть уверенность, что все успеем, а в конце − что ничего не успели. Как не проехать свою жизнь без остановки?

Потому что наши родители тоже так жили, и их родители тоже. Каждый, наверное, в период юношеской влюбленности, слышал: ой, у тебя таких Маш/Вань будет еще миллион или: ты сначала получи нормальную профессию, а потом поступай, куда хочешь. Неизвестно, сколько судеб поломали эти фразы.

Когда я работала на ТВ, у меня была подруга − самый солнечный человек из всех, кого я встречала в жизни. С телевидения я ушла в газету, где платили на 5 тыщ больше. Прошло два года и ее не стало. Знай я тогда, что так случится, я бы никуда не ушла, только чтобы подольше с ней пообщаться. А сколько хотелось бы еще сказать бабушкам-дедушкам, но уже поздно?

Что делать: учиться осознавать каждый момент времени. Где вы, кто вы, с кем вы. Делать осознанный выбор каждый день. Беречь тех, кто рядом, чаще звонить друзьям, близким и говорить им, как вы их любите. Ловите момент, ведь время, отпущенное нам в этой жизни − самый ценный и невосполнимый ресурс. Живите, как в последний раз.

Хотя обольщаться не стоит, нам предстоит еще немало воплощений, в которых многому еще нужно научиться и сделать работу над ошибками.

**Кем я был в прошлой жизни?**

Почему этот запрос некорректен:

Во-первых, прошлых жизней у каждого за плечами не одна и не две, а сотни;

Во-вторых, регрессионная терапия − не аттракцион виртуальной реальности, а серьезная психотерапевтическая техника работы с подсознанием.

Верите вы в реинкарнацию или нет − это ничего не меняет, суть в том, что погружаясь в трансовое состояние с запросом о решении насущной проблемы или получении необходимого здесь и сейчас ресурса, ваше бессознательное выдает сюжет одной из прошлых жизней, в которой зародилась первопричина сегодняшней ситуации и ключ к ее решению.

С каждым новым запросом вы отправляетесь в разные жизни, а “по требованию” можно погружаться в одну и ту же, если необходимо.

− Сколько можно проработать запросов за один сеанс?

Один сеанс − один запрос. Но в конце − бонус: встреча с Наставником (или Высшим Я, условно), которому можно задать несколько вопросов на любую тему и получить практические ценные ответы.

− Какие могут быть запросы?

Любые. С чем вы идете к психологу? Проблемы в отношениях (в любых формах: с партнером, начальником, детьми, родителями, коллегами), самореализация, страхи, повторяющиеся сценарии и т.д.

− Насколько экологичен данный метод?

На 100%. Транс терапевтичен сам по себе, это состояние, при котором мышцы расслабляются и чехарда мыслей в голове успокаивается. И в этой тишине вы наконец можете услышать свою душу.

− Вдруг я была Клеопатрой?

Не буду категорично утверждать, что этого быть не может, но особо не рассчитывайте. Чаще в прошлых воплощениях люди видят вполне заурядные биографии. Хотя есть у меня идейка сделать запрос на просмотр жизни, которую можно подтвердить документально, никак руки не доходят. Знакомая регрессолог заморочилась, после сеанса с клиенткой поехали на Новодевичье кладбище, где та сообщила, что была похоронена, сказала имя и даты. Нашли, однако.

− Смотрят ли регрессологи свои прошлые жизни?

А то как же. Сначала − во время обучения, затем − также с целью решить насущные проблемы, либо с исследовательскими целями. Лично я видела 7 своих воплощений.

Вот, пожалуй, на самые частые вопросы по этой теме я ответила.

**Снимает ли регрессия ответственность за свои действия?**

Такой вопрос я получила и честно говоря, была в некотором замешательстве.

Потом поняла. Есть мнение, что раз мы живем по кармическим законам и, грубо говоря, если в прошлой жизни накосячили, в этой деваться некуда, все предрешено.

Это не так. У нас всегда есть свобода выбора. Изучение прошлых жизней нисколько не умаляет нашей ответственности за текущую. Скорее наоборот, помогает осознать, что все, что происходит внутри и вокруг нас − исключительно наш личный выбор.

Самое ценное, что причинно-следственные связи выстраиваются через ваше подсознание, вы получаете ответы от себя, а не от меня. Потому что если я вам скажу то же, что вы говорите мне во время сеанса, у вас будет миллион опровержений, а когда вы поймете это изнутри, вы наконец сможете действовать. И, как следствие, получать другие результаты, потому что если мы идем все время одной и той же дорогой, мы приходим в одно и то же место. А если хотим в другое − надо изменить маршрут.

Поэтому регрессия − не для всех, а только для тех, кто действительно хочет что-то изменить в своей жизни. Начать наконец ей управлять, а не винить все и вся в происходящем с вами здесь и сейчас. После регрессии не на кого будет скидывать вину за свои проблемы. Это, пожалуй, единственный минус регрессионной терапии.

**Градус восприятия**

Сегодня тепло, +6. После 20-ти градусных морозов очень ощутимо.

Все познается в сравнении. Если вам тяжело − вы мысленно убегаете в то время и место, где вам было легко, тепло и комфортно.

А если вспомнить моменты, в которые вам было гораздо труднее, то градус восприятия текущей ситуации резко пойдет вверх.

Самое трудное − поддерживать комфортную температуру взаимодействия с окружающей реальностью постоянно. Да это и не надо, ведь не испытав холод мы не сможем радоваться теплу.

Но уметь выравнивать свою внутреннюю атмосферу до климатической нормы без внешних воздействий − необходимый навык и он нарабатывается.

Через движение, дыхание, осознание себя в моменте здесь и сейчас, работу с эмоциями и умом.

Бонусом умения управлять собой станут перемены к лучшему во всех сферах жизни.

Когда не эмоции и окружающие включают рычаги ваших реакций и действий, а вы сами − это значительно экономит энергию, которая, в свою очередь, расходуется более конструктивно.

Плюс умение видеть в любой ситуации хорошие стороны помогает притягивать больше положительных моментов в вашу жизнь.

Одно из свойств окружающего пространства − преумножать то, на чем вы концентрируете внимание и транслировать вам ваше внутреннее состояние.

Так что если вас сегодня все кусают, загляните в себя − что внутри вас сегодня такого, что вызывает агрессию?

Найдите минутку для себя, чтобы успокоить эмоции и ум и настроиться на хорошее. А теперь наблюдайте, как тают ледники.

**Обиды. Взгляд регрессолога**

В регрессионной практике, как и в консультативной, я часто сталкиваюсь с тем, как велико на человека влияние обиды, однажды поселившейся в его сердце. Иной раз это чувство может проходить лейтмотивом через несколько воплощений, где души проигрывают старые ситуации снова и снова, в разных декорациях и телах.

Деструктивное воздействие обиды столь разрушительно как на физическом, так и на энергетическом плане, что мне представляется важным осветить его с несколько иной стороны, не академически, а живым языком и с примерами из личного опыта.

1️. Первое, и главное − вас никто не может обидеть. Вас могут обозвать, обмануть, не оправдать ваших ожиданий, но обидеться − это решение, которое принимаете вы сами. Зачастую ваш обидчик даже не подозревает об этом и на нем ваши чувства никак не отражаются. Они разъедают вас изнутри, вполне конкретно, кстати. Ну, как минимум, вы тратите на обиду немалую часть личной энергии, которую могли бы направить на достижение своих целей.

2️. Если вам трудно принять, что не «вас обидели», а «вы обиделись», вспомните конкретную ситуацию, в которой вы почувствовали обиду и подумайте, почему вы ее почувствовали. Мы обижаемся только на то, что внутри резонирует, в чем уже обвинили себя до того, как это сказал обидчик. То есть когда подвергаются критике те наши качества, которые мы сами ставим под сомнение и при этом они для нас имеют большое значение.

К примеру, скажи девушке-подростку, что у нее большой нос или уши, или маленькая грудь − она обидится и будет носить в себе эту обиду, пока не убедится в обратном. Потому что подростки загоняются по поводу своей внешности и неосторожное слово может попасть в цель, если накануне она разглядывала свой нос и он показался ей непропорционально большим. А если это еще сказал парень, который ей нравится − все, последствия этой фразы могут долгие годы фонить в личной жизни.

То есть, обида появляется тогда, когда сходятся три фактора: личная значимость темы, неудовлетворенность собой в этом вопросе и личность обидчика. Если нет одного из ингредиентов, блюдо под названием «обида» не состоится.

Кстати, о кулинарии. Если мне скажут, что я плохо готовлю, я не обижусь, потому что честно это признаю, но не делаю из этого проблему, ну не дано. Муж смирился, он в отличие от меня, готовит превосходно.

Если мне скажут, что я дура, я тоже не обижусь, потому что, хотя я и сама себе нередко так говорю, но не страдаю комплексами по поводу своего интеллектуального развития.

А вот если значимый для меня человек (например, мама), говорит, что я плохая мама, мне хоть и тянет ответить в духе «кто бы говорил», но внутри царапнет, потому что любой маме всегда есть в чем себя упрекнуть − где-то упустила, что-то недодала, тут могла бы лучше и пунктик «быть хорошей мамой» для каждой имеет большую значимость.

3. Личность обидчика. Кто это такой вообще и как ими становятся? Это человек, чье мнение для вас важно. Если вас может обидеть любой (комментарием в соцсети, к примеру), то стоит поработать с самооценкой и зависимостью от мнения окружающих.

4️. Почему он обижает? Потому что ему плохо. У него не хватает энергии и он пытается таким не лучшим способом ее от вас получить, разделив с вами свою боль. Потому что человек может отдавать только то, что у него есть и транслирует то, что у него внутри. Когда у вас хорошее настроение и вы полны энергии, вам никогда не придет в голову кого-то обидеть.

5️. Чем он обижает?Тем, что у него «болит». По тому, что человек говорит, пытаясь обидеть другого, можно понять, где его слабое место, в каких аспектах он собой недоволен. «Какая страшная» − осудит актрису женщина, недовольная своей внешностью. «Ничего у тебя не получится» − обнажит свой страх человек, не решающийся ставить цели.

Подытожу: обида − это чужая боль, часть которой мы забираем себе, когда в нас есть похожая боль. Слова обидчика попадают в цель, когда резонируют. Как если в комнате два фортепиано и на одном нажать ноту «до» − второе загудит той же нотой, отзовется именно та нота, которую нажали, потому что она у него тоже есть. И немаловажным условием является то, кто пытается вас обидеть. Более остальных в этом могут преуспеть близкие люди. На то они и близкие, чтобы показывать нам, над чем надо работать. И когда у них получается − это повод заглянуть в себя, осознать, какую струну в вас задели и исцелить ее.

Не всегда получается осознать эту боль на уровне сознания и уж точно не получится найти ее первопричину. Для этого хорошо подходит работа в состоянии транса, напрямую с подсознанием. Кто желает проработать этот момент в регрессии и вернуть себе энергию, застрявшую в обидах, чтобы не сталкиваться с обидами снова, как в этом, так и в следующих воплощениях − пишите в директ. В следующей жизни может не оказаться знакомого регрессолога.

**Инфоэкология или где моя энергия**

Зародилась идея, когда начала много и часто наталкиваться на темы экологичности отношений, питания, окружающих материалов в интерьере и тому подобного. Я не против, только за, но нигде не встречала рассуждений на тему экологии применительно к своему мозгу, а ведь весь деструктив, так называемая токсичность − уже следствие зашлакованности каналов восприятия.

Заходя в магазин, мы не хватаем все подряд, а выбираем то, что нам подходит, но заходя в сеть, мы, увы, потребляем много того, чего следовало бы избегать. А любая информация, которую мы слышим или видим оказывает воздействие на подсознание.

Прав был профессор Преображенский, когда говорил: не читайте советских газет перед обедом. Сейчас актуальнее сказать: не читайте новостные ленты перед обедом, а особенно − во время него. Смысл поговорки «когда я ем, я глух и нем» о том, что во время еды каналы восприятия наиболее открыты и если в это время «проглотить» какую-нибудь информационную «каку», она «усвоится» значительно лучше. По той же причине устраивают обед после или во время деловых переговоров, чтобы лучше закрепить нужную информацию в головах партнеров.

Если избирательно относиться к тому, что мы читаем, видим и слышим, можно существенно увеличить свой энергетический запас. А его сейчас тотально не хватает по той же причине − интоксикация лишней информацией и хронический дефицит транса, во время которого мозг «перезагружается». Известно, что где внимание − там энергия. Куда утекает ваша? С чего начинается ваш день? С просмотра ленты инстаграм? Сколько лишнего видят ваши глаза и слышат уши? А к вечеру голова «кипит», а времени и сил на то, что действительно важно, не хватает? Значит, пора фильтровать информацию.

Впрочем, вы можете считать, что контролируете ситуацию, настраивая ленту по своему вкусу и обращая внимание на то, что вам действительно нужно и интересно, но это не сильно помогает…

Да, сознательно вы выбираете информацию, но подсознание обрабатывает все, что попадает в ваше поле зрения и все звуки, которые вас окружают. А большую их часть, увы, составляют не картины и звуки природы, способствующие расслаблению и восстановлению ресурсов, а совсем наоборот, они высасывают из вас энергию.

Этот информационный шум − основная помеха для того, чтобы услышать себя, свой внутренний голос. Когда он заглушен − мы принимаем неверные решения, которые приводят не к тем результатам, которых нам бы хотелось.

Учитывая тот факт, что любая информация так или иначе оказывает на нас влияние, стоит не только тщательно ее отбирать, как мы выбираем еду − то, что полезно, а не все подряд, − но и минимизировать. Для начала хотя бы исключить из своей жизни телевизор и пореже заходить в соцсети, а почаще выбираться на природу. Очищая свое информационное тело, как мы ухаживаем за физическим, можно с удовольствием замечать прилив сил, которых хватает на решение всех поставленных задач. Хаос в голове начнет рассеиваться и на смену ему придут свежие решения, а они в свою очередь приведут к действиям, которые обязательно изменят вашу жизнь к лучшему.

**Хоббит: туда и обратно или о пользе длительной терапии**

Когда мы говорим о длительной терапии, сразу в голове складывается шаблон из фильмов о многолетнем посещении психоаналитика. Будет это психоанализ или другая форма когнитивной психотерапии, работающая с сознанием − зачастую таки да, нужны месяцы, а то и годы работы.

В регрессионной терапии мы имеем дело напрямую с подсознанием, поэтому эффективность работы повышается в разы. Несколько сессий регрессии реально заменяют годы консультативной работы. Тем не менее, многие клиенты не ставят целью проработать максимально все сферы жизни, как следует разобраться в них и устранить те факторы, которые снижают качество жизни. Подавляющее большинство приходит один раз, но с большим мешком запросов. Но регрессия − не фотосессия, а глубокая работа над собой, эффективность которой зависит от трех факторов: квалификации специалиста, мотивации клиента и четкой системной работы. Это вовсе не означает, что одна сессия не дает результат, дает, но чаще тогда, когда клиент приходит с конкретной, наболевшей проблемой и мы ее решаем. Когда же у него «все плохо» и неизвестно, с какой стороны начинать, мы либо выбираем самую острую задачу из общей кучи, либо отдаем бразды правления подсознанию, полагаясь на ту информацию к размышлению, которую оно выдаст. Оно выдает, анализируем, интегрируем.

Но моя личная боль как терапевта в том, что чаще всего на этом мотивация клиента и заканчивается. Да, он расширил сознание, понял, что мы − больше, чем то, чем мы кажемся, увидел свои кармические задачи − и живет дальше как раньше, ничего не меняет. Те же, кто работает с каждой проблемой прицельно, достигают значительно более ощутимых результатов, чем те, кто как хоббит − только туда и обратно. На своем опыте регрессий в качестве клиента могу сказать, что чем больше мы открываем свой опыт, как матрешку, тем больше получаем «бонусов» в каждой новой сессии. Мы возвращаем застрявшую где-то когда-то энергию и находим ключи для решения текущих задач, мозг выстраивает новые стратегии согласно новым вводным.

В любом случае, сходили вы на одну сессию или же решили продолжить работу − ваш взгляд на мир уже не будет прежним.

**Как мы выбираем тело**

Больше всего в детстве меня раздражал тот факт, что я девочка.

Я обожала ездить верхом, меня тянуло к оружию и категорически воротило с кукол и платьев. По-научному это называется "нарушение гендерной идентификации", в народе про таких девочек говорят "пацанки". Но вот только никто не объясняет, отчего возникает неприязнь к своему полу или, что гораздо чаще, к каким-то особенностям своей внешности.

Человек, которого что-то не устраивает в своем теле, всю жизнь испытывает дискомфорт от разногласий между тем, как он хочет выглядеть или вести себя и тем, как может и должен.

Решения находятся разные: кто-то идет к пластическим хирургам, кто-то меняет пол или ориентацию, ну или менее кардинально: прорабатывает с психологом момент "принятия себя". Но принять − не значит, понять.

Меня от радикальных шагов всегда что-то удерживало, все-таки свою душу я научилась слышать довольно рано. Так что ничего необычного - вышла замуж, родила двух детей, ну разве что профессия была совсем не женская.

А в глубине души всю жизнь сохранялся некоторый диссонанс, пока не задала в регрессии вопрос: почему я в женском теле?

До этого я уже видела в регрессиях свои мужские воинствующие воплощения, где чувствовала себя "как рыба в воде", но когда поняла, как и для чего я выбрала именно это тело − меня наконец по-настоящему "отпустило".

Это было необходимо, чтобы решить определенные задачи души. Уметь оставаться сильной, будучи физически слабой. Перестать "рубить с плеча", а стать дипломатичней. Быть мягкой, пройти опыт материнства и научиться терпению. Доверять своим чувствам.

Перед очередным воплощением мы прикидываем, каких качеств мы уже набрали достаточно, какой опыт уже проходили, а чего нам еще не хватает. В соответствии с этим, происходит выбор тела. Все его достоинства и ограничения служат инструментом для выполнения определенных задач, а не для того, чтобы на зеркало пенять.

Только на уровне сознания это понять можно далеко не всегда, но когда работа идет через подсознание, приходит понимание − что и зачем.

Тогда наконец энергия, которая тратилась на недовольство собой, высвобождается и может быть направлена на достижение поставленных душой, истинных целей.

На данный момент это наиболее заслуживающие внимания заметки по ходу моей практики. Кому было интересно − приглашаю на свою страницу в Инстаграм @drevnyaya\_dusha. Подписывайтесь, задавайте вопросы. Продолжение обязательно будет.

Отдельная благодарность моему отцу, Никите Лисицыну, который расширил мое сознание очень рано и дал понять, что в мире есть вещи за гранью физического восприятия. Эту книгу я готовлюсь выпустить к его Дню Рождения.

Он же является автором картины, фото которой я поместила на обложку этой книги. С другими работами мастера вы можете ознакомиться на странице @nikitalisitsyn\_art, которую я постаралась оформить в качестве портфолио.

Написать мне также можно на почту: [antoninafox@mail.ru](mailto:antoninafox@mail.ru) или WhatsApp: +79260270112.

С уважением, Антонина Лисицына.