

ИРИНА УСМАНОВА



# ПРОСТОЙ ПУТЬ К СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ

---

ДНЕВНИК ДУШИ  
НА ПЛАНЕТЕ ЗЕМЛЯ

---

# **Ирина Александровна Усманова**

# **Простой путь к счастливой**

# **жизни. Дневник Души**

# **на планете Земля**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=11830043](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=11830043)*

*И. А. Усманова. Простой путь к счастливой жизни. Дневник Души на планете Земля: ЗАО «Издательство Центрполиграф»; Москва; 2015  
ISBN 978-5-227-06035-8*

## **Аннотация**

Ирина Усманова – психолог-консультант, тренер, специалист по методике доктора В. В. Синельникова, преподаватель Академии Духовного Целительства. В арсенале её инструментов – психотерапия, НЛП, ПЭАТ, эмоционально-образная терапия, арттерапия, телесно-ориентированная терапия, биоэнерготерапия, расстановки, ролевые игры, психодрама, терапия прошлых жизней, метафорические карты, эзотерические практики и другие современные методы психокоррекции. Более двенадцати лет ведёт авторские семинары, тренинги, консультирует индивидуально. Своими знаниями Ирина Усманова делится на страницах этой книги. Уникальные авторские методики помогли многим людям исцелиться и начать жить в полную силу, достигнуть внутренней гармонии, построить

прекрасные отношения с близкими, повысить свой достаток и профессиональный уровень, выйти за пределы обыденного ума и открыть те духовные истины, которые помогают найти себя и свой Путь, обрести умиротворение Души. Здесь каждый найдёт ответы на свои главные вопросы, наполнится Любовью, Мудростью, Уверенностью и Радостью!

# Содержание

Вступление	6
Глава 1. Моя душа со мною говорит...	14
Глава 2. Я приглашаю вас в любовь!	28
Глава 3. Встреча с собой из будущего	59
Конец ознакомительного фрагмента.	69

**Ирина Усманова**  
**Простой путь к счастливой**  
**жизни. Дневник Души**  
**на планете Земля**

© Усманова И. А., текст, 2015

© ЗАО «Издательство Центрполиграф», 2015

\* \* \*

# Вступление

Приветствую тебя, дорогой Читатель!

Книга, которую ты держишь в руках, прошла необычно-обычный Путь! Сначала я, как Автор, прошла Путь к себе! А потом Книга прошла Путь к Тебе! Эта книга – настройщик тонких вибраций нашей полевой структуры, Волшебный Кристалл Сознания, который работает на всех уровнях: ума, тела, правого и левого полушарий, психической энергии и информации, на уровне Сердца, Души, Высшего Истинного «Я».

*Сначала она была очень тонким внутренним состоянием, потом первыми, ещё смутными идеями, потом шустрыми фантазиями, которые складывались в длинные цепочки смыслов, перетекающих из темы в тему.*

*Потом её настойчивое присутствие внутри меня стало побуждать к конкретному действию — желанию выразить свои находки и инсайты словами, привести их в Мир, а потом и вовсе моя Душа выразила чёткое намерение дать им выход «в люди».*

Так и родилась эта книга! **КНИГА ДУШИ!** Она содержит многокрасочную и многомерную палитру состояний жизни

Души на планете Земля!

«А почему эта книга – Души?» – возможно, спросит пытливый Ум. И возможно, в тот же миг сам почувствует, как откликнется на эти слова Душа. Может быть, прямо сейчас, Читатель, ты ощущаешь трепетный отклик, как будто узнавание, воспоминание о чём-то неуловимо знакомом и вместе с тем как будто позабытом, тёплом, близком, родном, известном не Уму (нет-нет, конечно, не Уму!), а той части тебя, которую зовём ДУШОЙ!!!

*Приветствую тебя, знакомая ДУША!* Да-да, не удивляйся, мы знакомы, ведь на планете – все мы, ДУШИ, знакомы, мы в Единстве!

**А почему Дневник?** Название «Дневник» помогает увидеть жизнь Души в ракурсе Школы для обучения и эволюции Душ на планете Земля. Свою жизнь мы проживаем под водительством нашей вечной Божественной Души, не важно, осознаём мы это или нет. Каждый день мы «вносим записи» в **Дневник Души**. Порой даже не отдавая себе в этом отчёт, а наша Душа замечает все наши мысли, эмоции, внутренние побуждения, слова и поступки, решения, намерения. И настраивание, с которым начинаем день, и наши встречи, и слова, которые мы произносим (и точно так же – те, которые не произносим), и наши чувства, и итоги дня, значительные или не очень, – всё важно для Души. Всё учитывается и влияет на состояние нашего Поля Света. В «дневнике» также указаны те «обучающие» предметы-уроки, те задачи, для реше-

ния которых Души воплощаются на планете.

*Сокровищница, Хранилище (Дневник) Души* – это энерго-информационная структура, силовое и световое Поле вокруг нашего физического тела, оберег, структура тонкого плана, состоящая из нефизических тонкоматериальных высокочастотных энергий Света. Это Поле обладает особым Разумом, осознанностью, интеллектом. Матрица Души связана напрямую с Творцом, с Божественным уровнем Вселенной. Какой-то своей частью находясь в Человеке и с Человеком, другой же своей частью она пребывает в тонком Мире, в нематериальных Световых частотах, в иных Мирах и Мерностях других.

Голос Души часто ассоциируют с Голосом Сердца и Голосом Совести, и это точный образ. Ведь именно так работает канал «прямой» связи с верхними этажами Духа, высшим «Я».

*Поэтому Со-Весть – совместная весть – это способность нашей Души передавать нам ориентиры Духа, Любви и Света, изначальные, первичные образы и энергии нашего Божественного «Я», нашей «Искры Божьей», которые нам нужны для жизни в материальном мире, в теле на планете Земля. Ориентиры эти – совместная Мудрость Души, связанная с мыслеполем всего человечества. Они звучат в нас как **Голос Души**, как камертон, настраивающий нас на световые (энергетические и информационные) характеристики*



ки, которые модулируют и задают состояние нашей индивидуальной полевой структуры. *Голос Души* задаёт созидательную направленность нашей жизни, как изначальное Божественное Здоровье, Процветание, Любовь, Гармонию, Творчество, Самореализацию, Счастье.

Жизнь в согласии с Душой, жизнь по Душе, под руководством Души – это состояние абсолютной энергетической и информационной неуязвимости, абсолютной надёжности в созидательном любящем Поле Души, в высокочастотных энергиях светлого Божественного диапазона.

*Единство Души и тела, ума и чувств, Духа и Разума – вот Путь Души в физическом мире.* Она приходит на планету Земля, чтобы зажечь в прекрасном Человеке ту Искру, что приняла от Творца. Чтобы принести сюда Любовь через Единство, Целостность Материи и Духа. Нам предназначено всегда помнить, кто мы есть, осознавать, что в первую очередь мы – Духовное Существо и только во вторую очередь – телесный человек. Что все мы – части Единой Голограммы Целостной Жизни на планете и во Вселенной.

Единство – бесконечный резервуар энергии, информации, знаний, творчества, здоровья, красоты, самосовершенствования, радости, Любви, чистого сознания, чистого восприятия, чистых чувств и чистых Истин. Постигание Единства Душой – это прямая связь с этим хранилищем, где мы можем черпать силу, вдохновение, Любовь, Свет. И Души воплотились в человеческое тело, чтоб принести свой Свет планете.

Спускались Ангелы с небес,  
Любови светом, тьму взрывая.  
Спускались Ангелы с небес,  
Суть измерений познавая.  
И втискивали в плоть и кровь,  
Земли законов не наруша,  
Свою безмерную Любовь,  
Свои сияющие Души.  
Посланников небес Земля,  
Как мать, объятьями встречала.  
Цвела и пела им, ждала,  
Свои секреты доверяла.  
Мечтали Ангелы сплести  
Крылами сеть Любви и Света.  
Домой вернувшись, вознести  
С собой прекрасную планету.  
Никто не мог предугадать,  
Что мир дуальности заманит  
В свои иллюзии играть,  
И души Ангелов изранит.  
Спускались Ангелы с небес,  
Сплетая судьбы, поневоле.  
И был всё дальше мир чудес,  
И явственной уроки боли...  
Спускались Ангелы с небес,  
В рожденьях перья с крыл теряя.  
Спускались Ангелы с небес,  
Цель нисхожденья забывая...

Спускались Ангелы с небес...  
Себя планете отдавая...

*(Автор неизвестен)*

Мы читаем Книгу, а Книга читает нас...

*«Читатель находит в книгах то, чего не может найти в ином месте, а не то, что писатель внёс в роман»,* – писал автор многих книг Милорад Павич.

Слово – это обмен энергией и информацией с автором и другими читателями. Слово – это символ, образ, метафора, это то, в чём мы нуждаемся, что меняет, настраивает, трансформирует, восстанавливает нашу Целостность, осознанность, инициирует наши изменения, подталкивает к развитию.

Кажется, что мы читаем книгу умом, но книгу читает и наша Душа. Книга дарит нам прекрасный подарок – возможность сотворчества, возможность реализации своих Главных Ценностей, возможность улучшений. И в то же время она сама является информационным и энергетическим ресурсом для этого.

**Информационный ресурс, или другими словами** – «что?». В Книге содержится ментальная, смысловая информация, направленная к расширению сознания, повышающая осознанность, заряжающая тело мыслей.

**Энергетический ресурс** – это «как?». Текст создаёт особое энергетическое состояние, которое способствует усвое-

нию информации самым благоприятным образом, настраивает на созидательный уровень частот (вибраций).

Есть у Книги и магическая сила. Её задача – вдохновлять, заряжать, передавать состояния, настраивать, открывать канал к высшим смыслам. Всё вместе это запускает процессы тех изменений, к которым вы готовы, которые нужны именно вам, именно сейчас.

Каждый читатель увидит и возьмёт в Книге что-то своё. Он откроет и получит то важное для себя, что запустит в нём «квантовый» переход в сознании, активизирует высшие Духовные тела, усилит Голос Души, укрепит состояния Любви, Света, Творчества, созидательную активность его внутреннего Разума.

Текст Книги содержит Ключи и Коды доступа, открывает волшебные магические порталы в иную Реальность, *Реальность ДУШИ на ПЛАНЕТЕ ЗЕМЛЯ!*

Я рассказываю не только о том, что происходит с нами, я раскрываю причины происходящего (энерго-информационную и смысловую подоплёку) и показываю пути, способы и инструменты, дающие возможность это изменить, улучшить, гармонизировать. Все эти инструменты относятся к **МЕНТАЛЬНОЙ МАГИИ**. Этому посвящены также и мои семинары, тренинги и индивидуальные консультации, описание которых вы найдёте в конце книги.

Многие техники, описанные в этой книге, взяты из практик этих семинаров. Они дают возможность работать над

своими желаниями и запросами, используя огромные, до сих пор не востребованные внутренние ресурсы и возможности нашей Божественной Души! Также мы учимся при полной и осознанной ответственности обращаться за поддержкой и кураторством к Высшим Светлым Силам, экологично использовать такие контакты на благо эволюции, для роста и развития своей Души, на благо Миру.

Я обращаюсь в этой книге не столько к Уму, сколько к сознанию, к Внутреннему Разуму. Не столько к логике, сколько к Душе, к побуждениям Сердца, которые поэт назвал «прекрасными порывами», потому что именно они и являются нашими подлинными чувствами.

Текст книги работает как настройщик энергий, синхронизатор полевых структур, как будильник, очиститель, как камертон. Читая книгу, вы просыпаетесь в своём внутреннем пространстве и открываете в себе новые ресурсы для своих прекрасных преобразований.

Подобно Царевне-лягушке, вы освобождаетесь от «лягушачьей шкурки» негативных зомби-программ, преобразуетесь и возвращаете себе свою Истину, свои знания изнутри, свою Уникальность, свою Сущность, свою Красоту, свою Творческую Силу, свою Божественную Любовь, свою Мудрость, свой изначальный Свет.

*В Добрый Путь!*

# Глава 1. Моя душа со мною говорит...

*Эту главу практически всю продиктовала мне  
Душа в прямом контакте.*

Общаться можем мы с Душой, как с самым мудрым другом, задавая ей вопросы. Мы можем спрашивать напрямую обо всём, и она ответит нам, укажет направление, в котором нужно нам искать ответы. Диалог с Душой – это способ пробуждения своей интуиции и тонкого чувствования. Такой контакт укрепляет веру в себя, усиливает связь с Единством.

Я задала вопрос моей Душе: хочу побольше знать я о тебе, ты можешь рассказать сейчас, для этой книги?

И так ответила она:

– Душа – прообраз Божества! И связь с Душой – есть связь с Божественным Архивом глубинной Мудрости Вселенской, то связь с Источником, Создателем всего!

И эта связь настроена на эмоционально-чувственную сферу человека, и открывает выход к самой Сути и к Высшим планам Мироздания. Душа – чистейший Свет, кто слышит Душу, путь её реализует в жизни, тот просветлён и пробуждён.

В сказках я нашла подсказку о Душе. Помните, когда героиней не знает, как поступить, обычно следующий шаг такой: «Вышел он в чисто поле и пошёл куда глаза глядят». Куда же глядят глаза? Прямо в Душу смотрят, глаза ведь – зеркало Души. Пойти нам надо в «чистое поле» Души, услышать её, и найти то, что неведомо Уму, – то, что есть духовное знание Души, чувствами Сердца подтверждённое, которое иногда называют ясновидением, яснознанием, ясночувствованием, яснопониманием, веданием.

– Хочу общаться я с другими людьми не от ума, а от Души, как этого достигнуть?

– Когда общаешься с другими, им в глаза смотри, и обращайся к их Душе, и Сердцем слушай. Тот, кто умеет слышать Сердцем, способен на душевный разговор: «...и Душа с Душою говорит». И чувствуй, что меняется в тебе во время разговора, тогда услышишь ты не только то, что прозвучало, познаешь даже то, что оставалось за рамками сказанного вслух. Слова, которые употребляет человек, и состояния, что излучает, покажут нам, в каких вибрациях живёт он, поэтому заранее понять мы можем, как будет он вести себя.

Душа всегда настроена на задачу воплощения, она старается направить человека к его творческой реализации, к его предназначению, вернуть на его уникальный путь, если человек (мужчина или женщина) пошёл за внешними шаблонами и социальными стереотипами, забыли то, о чём мечта-

ли, к чему стремились всей Душой.

## Случай из практики

Невроз – страдания Души, потерявшей смысл жизни.  
*Приписывают Карлу Юнгу*

*Женщина нерешительно оглядывалась, глаза перебежали с предмета на предмет, она села на край стула, руками нервно теребя ручки сумочки.*

– Понимаете, даже трудно назвать это проблемой. У меня всё хорошо, муж хороший, дети уже взрослые, живут своей жизнью, достаток у нас есть, дом, машина, отдых, дача, вроде всё в порядке. Муж меня не понимает: чего тебе надо? А мне плохо, я не знаю, для чего живу. Моя жизнь кажется мне Бессмысленной. Ну, ещё один день, похожий на другой, одни и те же дела, заботы. Всё налажено, ничего нового. Едем отдыхать, мне не по себе, как будто что-то мучает меня, как будто что-то надо мне найти. Не знаю что, вроде бы ничего я не теряла. Возвращаемся домой, опять тяжело на душе. Что-то внутри давит. Обращалась к врачам, ничего особенного не нашли, сказали: невроз. Здоровье забарахлило, то давление, то сердце прихватит, то просто такая слабость, что даже двигаться трудно, утром из постели себя насильно вытаскиваю, ничего не хочется, ничто не радует душу.

Она монотонно перечисляла свои привычные жалобы, и я спросила:

– А что вы хотите получить от консультации?



– Не знаю даже, подруга посоветовала к вам сходить... Наверно, хочу опять стать живой и вернуть вкус жизни.

Я предложила ей заглянуть в Душу и узнать, что там происходит. Она посмотрела на меня круглыми недоверчивыми глазами, видимо прикидывая, всё ли со мной в порядке. Я успокоила её:

– Мы просто с вами как будто поиграем в игру воображения. Вы в детстве сказки себе придумывали?

– Да, конечно.

– Вот и хорошо, это нам поможет. Представьте, что вы можете заглянуть в ваш внутренний мир, смотрите как будто внутрь себя. Увидьте свою дорогу, свой жизненный Путь. Он только ваш.

– Да, вижу.

– Спросите, где вы на нём? Найдите себя.

– А меня нет на моём Пути.

– Поднимитесь выше, оглядитесь с более широкого обзора. Спросите: где я?

– Нет меня нигде. Я себя не вижу.

– Поднимайтесь ещё выше, чтоб обзор стал больше.

– О, нашла. Себя я вижу сверху. Я – маленькая, блуждаю среди каких-то непонятных мне конструкций, наподобие заброшенного города.

– Спускайтесь ниже, ближе посмотрите, что это за конструкции?

– Это мои отработанные дела, выполненные обязанно-

сти, стереотипы, старые мысли, отжившие шаблоны, старый опыт, страхи, мамины предупреждения. У меня полные руки каких-то мешочков, коробочек, клубочков, тряпочек, всё какое-то пыльное, грязное.

– Дайте себе команду выходить.

– Не могу выйти, там темно и ничего не видно.

– Спуститесь туда, возьмите себя за руку и выведите к свету. Хотите что-то взять с собой?

– Нет, не хочу.

– Тогда оставляйте всё там и поблагодарите.

– Я освобождаю руки, оставляю всё, что в руках держала.

Как много получилось, целая куча.

– Теперь вы можете вернуться на Дорогу своей Жизни?

– Получилось. Я здесь! Ой, как светло! Как хорошо, как дышится легко. Какая я вся лёгкая и молодая. Хочется идти, бежать вприпрыжку, как тут красиво... Я благодарю.

Через недолгое время раздался звонок от этой женщины.

– Я не узнаю себя. Всё переменилось, я пою, всё время пою. Я когда-то в молодости пела хорошо, даже были мысли развивать свои способности. Но потом стало не до того, учёба, работа, замужество, дети, я забросила пение. Уже много-много лет не пела. Я теперь пою, мне всё время хочется петь, как будто нужно всё пропеть, что не спела за многие годы. Звуки сами выплёскиваются из меня. И что интересно, настроение хорошее, силы откуда-то пришли. С утра пою,

муж сначала удивлялся, теперь говорит: «Ты прямо помолодела, вся светишься». А у меня в груди тепло, и сердце как будто ожило. Чувствую себя прекрасно, про давление забыла. Взялась разбирать кладовку, раньше откладывала, не было сил, взялась цветы пересаживать на даче, хочется всё делать, и пою, пою. Силы появились, стала гулять, в парке увидела объявление о концерте народного самодеятельного хора. Пошла туда и записалась, теперь пою я в хоре, там такие люди разные, интересные. Весной мы едем с хором выступать в Болгарию. Дети мои рады, говорят, что в доме стало по-другому. Спасибо вам за помощь, желаю вам всех благ.

С Душой нас связывают особые тонкие состояния, наши чувства – это связь с Душой. Когда мы открыты к своим чувствам, мы в контакте с ними, не отвергаем их от страха быть непонятыми или осуждёнными, тогда мы в состоянии Любви к себе и слышим Голос своей Души. Мы слышим Сердцем, знаем чувством. И это более точное знание, чем логическое знание ума, ведь ум так часто весь забит шаблонами, стереотипами, зомби-программами.

*Восприятие Мира, восприятие другого человека, всех ситуаций и событий, основанное на чувствах и ощущениях внутри нас, – это более высокий уровень Мастерства Жизни, более осознанная духовная позиция, чем просто интеллектуальное, умственное восприятие и понимание.*

Пробуждённый человек воспринимает мир через свою эмоционально-чувственную сферу, тем самым охватывая более широкий диапазон информации и вибраций, чем просто умный человек с материальным, атеистическим типом сознания.

**Слушая свои чувства, мы служим себе, служим высочайшим интересам своей Души.** Душа в своей нефизической форме содержит все накопления, Хроники всех воплощений, поэтому она знает задачу этой жизни, знает, куда и как направить нас, помогает сделать правильный выбор через чувства, через состояние согласованности всех наших уровней: духа, ума, сердца, чувств, эмоций, тела.

– Душа моя, а как я могу быть уверена, что слышу Душу, что не придумала умом весь этот разговор?

– О, это просто! Радуйся, благодари, дари и верь себе! Ты принимаешь Сердцем, не умом слова мои. И самый верный компас Голоса Души – живое Сердце! То Чувство Истины, что к нам приходит изнутри, его не спутаешь ни с чем. Всегда сначала слушай Душу, потом других послушай, и выбери лишь то, с чем Сердце согласилось!

– А как мне выбирать, что истинно, что нет? Так много новой информации сейчас, так много новых знаний, обновление традиций и многое другое.

– Когда ты без предвзятости знакомишься с другими, прими их мнение, позицию как факт, вначале без оценок, без

суждений. Узнав о новом знании, подходе, ты не спеши их сразу применять. Сначала протестируй откликом сердечным и состоянием своим внутри. Становится легко, приятно, радостно, приток энергии и интереса, уверенность растёт – так, значит, что-то в этом есть сейчас для твоего развития, для роста.

А если тебе стало тяжело, сомненья охватили, и внутри сумбур, тоска и страшно стало, и как-то вдруг как будто потемнел весь мир, так значит, отложи в сторонку это знание, такой подход сейчас тебе не нужен. И будет вреден он для данного этапа твоей жизни. То же касается и действий и решений. Не осуждай, не обсуждай, не объясняй, а просто так скажи себе: сейчас это не для меня, не откликается Душа! Не надо отговаривать других, оспаривать, доказывать, в эмоции впадая, кому-то, может быть, и нужно погрузиться в то знание, в тот опыт, которые тебе сейчас не нужны.

Благодарила Душу я свою за простоту и ясность объяснений. И поняла, что именно **за этой простотой есть Сила Истины Души!** И из-за этой простоты нам трудно следовать путём Души. Ведь из-за «происков» Ума, который любит усложнять, накручивать и предлагать чужое знание, прошлый опыт, мы и не слышим **ЯСНЫЙ МУДРЫЙ ГОЛОС**.

Наш ум преувеличивает значение и важность «правильности» в нашей жизни, и так уводит в ложный путь. Когда берём чужое, нет доверия у нас, закономерно будет страх

ошибки проявляться. Нам предназначено собою быть и уникальность лишь свою творить. Поэтому все «происки» Ума проверь Душой и Сердцем их прослушай.

Ум без Души – как праздник без Радости!

Это знание без осознания, всё, что сделано от Ума, не приносит состояния счастья, поэтому я предлагаю научиться слышать Душу, вступая с нею в разговор. Всё истинное – от Души, оно легко приносит счастье.

– Как мне настроиться на диалог с Душой?

– Сначала посмотри ты в зеркало, в свои глаза, в них светится твоя Душа. Глаза ведь зеркалом Души зовут. И, так настроившись на разговор с Душой, ты просто задавай вопросы и улавливай ответы. Спросить ты можешь обо всём, что важно для тебя сейчас. Часто ответы приходят в стихах или в ритмичных фразах, отличающихся от обычной манеры речи. Вот примеры нескольких Посланий Души на разные темы:

## **Послания души**

Твоя Душа с тобою говорит, и открывается канал Души,  
Приходят только те ответы, к которым лишь готова ты.  
Прими Послание Души, в нём Свет и Мудрость с  
Небесами дружат!

Так просто быть собой, когда в Любви...

Благослови меня, о Свет Всевышний,  
Чтобы пошла я по Пути Прави!  
Как поляна цветёт лебедями,  
Как лес, поле и море Светом живут.  
Как и Земля-землица Живой родится,  
Как и Вода-Водица Живой струится.  
Ветер – Живой разносится.  
Огонь – Живой пылает.  
Меня Свету-Истине научают.  
Так и Душа моя Светом святится!  
Так и Сердцам – с Любовью открыться!  
Так Небеса сходят на Землю.  
Благослови, Душа, чтоб шла всегда  
Путём Души моим, священным,  
Прекрасным, чистым, вдохновенным!  
Мы – есть Любовь, мы – чистый свет.  
Мы новый шаг к себе Творца.  
Открыты Души и Сердца.  
Его мы волю чувствуем и воплощаем  
Здесь, на Земле, сейчас, с Любовью.  
Как хлеб наш – от зерна, Зерно от Света,  
Так Свет – от Лика Божества.  
Дай, Боже, Сердцу этим Светом  
Любви наполниться и изливать её,  
Сияньем белым излучаясь  
В пространстве Жизни,  
где мы все проснулись!

...Поток Души – от Божества, когда в потоке ты Души,  
ты – в творчестве и ты – в потоке Жизни!

– Как мне жить в Потоке?

– Это совсем просто, но мешает привязка к результату. Привычки и привязки к результату замени ты на Процессы. Привычка – ритуал, процесс – поток, привязка к результату – блок. Он замерший процесс, в нём нет ни жизни, ни движения. Процесс – поток живой и развивай его, как ты сама захочешь, как Душа тебе подскажет, и это будет творчество твоё. Хочешь лучшей и счастливой жизни, сама стань свободной в своём творчестве, в том деле, которое радует Душу, интересуется умом, вдохновляет на физические усилия.

И ваше Тело – есть поток, а органы – процесс. И кровь – процесс, и печень – тоже. И если видишь ты в потоке своё тело, его построишь ты в размерности Любви. Поток измерить можно, как то количество энергии Любви, что проводит орган. Спросить ты можешь, например:

– А каково количество энергии Любви, которое проводит моя кожа?

– Ответ – лишь пятьдесят процентов.

– Причина в чём?

– Соприкасается с пространством кожа, где недостаточно энергии Любви и недостаточно Любви к себе. В итоге мало жизненных энергий и кожа увядает и стареет.



– А в раздражении моём? В нём сколько Света и Любви?

– Всего пятнадцать лишь процентов света в нём, а остальное пасмурно совсем.

– А если осветить? Я в раздражение своё вхожу и вижу – всё темно, как в чёрной туче. И мысленно я света добавляю, прошу прощения у тех, чьё поведение не принимаю. Тёмная туча растворяется и исчезает. Ура! Светло как днём, процентов девяносто света. Теперь я чувствую Любовь как нежность!

– А если тело я моё увижу как поток, то сколько там Любви?

– Маловато, от силы шестьдесят процентов.

– А остальное?

– А остальное – нелюбовь и недовольство телом. Ах, тело, как голодное несytое дитя, скучающее по Любви, поэтому нет сил, поэтому ленивым и бывает иногда.

– Добавлю телу я Любви, я вижу тело как Поток Любви! Сияет он, искрится, живой и мощный, он танцует и поёт, всё тело светится, живёт!

– А органы мои?

– Их главная задача – проводить поток Любви. Здоровье их от этого зависит. Когда Любви становится совсем немного, меньше тридцати процентов, тогда болеют органы, напоминая о себе. И посылают нам сигнал о недостатке в виде боли. Душа старается очистить нас от заблуждений, от привычки прятать голову в песок, от разрушительных программ

и негатива. Боль призывает к обновлению!

– Я всё могу исправить и привести в порядок, как мне это сделать?

– Возможно всё для человека, если есть мотив! Мотив – задача – Вдохновение – энергия для воплощения – Сила Жизни, Сила Исцеления. Отсюда – созидательный поток, как Дар Творца для всех частей Единства.

В твоей Любви мотив Вселенной поёт Душою вдохновенной.

Мотив – призыв! К Любви, к движенью, к обновлению!  
Поток Творца Любовью, Светом проходит через нашу Жизнь!

Когда ты Жизнь свою воспринимаешь как Процесс реализации себя в Любви и в творчестве, тогда поток через тебя идёт свободно, проявляясь в разных формах: общение, отдача, творчество, дарение, преподавание, молчание, прикосновение. И не всегда словами: взглядом, сердцем. Когда же говоришь – передаёшь Любовь и Свет в словесной форме. Ведь Слово тоже есть поток, привязка к результату – блок! Во всех своих делах ты также можешь передавать Поток, когда ты любишь дело и себя в нём уважаешь.

А если ты погонишься за истиной чужой, тогда свою ты потеряешь, ты Истину пойдёшь искать вовне, чужую. Чужие действия свершая, теряешь Истину свою. Твоя же Истина в тебе! Всегда в тебе!

Я чувствую, что я готова.  
В свободу дверь открою снова.  
Сейчас смогу туда шагнуть,  
Остаться там, найти свой Путь.

Себя узнать и удивиться,  
Порадоваться и проститься  
С тем, что висело тяжким грузом  
И долго было мне обузой.

Души есть крылья у меня!  
Они сильнее день ото дня.  
Они зовут меня в полёт —  
И я лечу! И жизнь течёт

Потоком, полным наслажденья,  
Любви, восторга, восхищения,  
Свободы, счастья, вдохновения  
И без конца благодарения!

*Елена Трунова*

## Глава 2. Я приглашаю вас в любовь!

На новом этапе эволюционного роста и развития Человека и Человечества в целом перед каждым из нас стоит задача перехода в новый, более высокочастотный диапазон сознания, это называют расширением сознания. От индивидуализированного, материализованного Эго-сознания к высокочастотному сознанию Единства пятого измерения на новой Земле.

Жизнь каждого человека **сегодня** (и всего человечества также) – это совокупный результат того, что он себе «на создавал» **вчера** вольно или невольно, осознанно или неосознанно. Жизнь человеческой цивилизации, жизнь рода, семьи создаётся всеми её представителями, даже если они лично незнакомы. Это коллективное творчество. И чтобы разрешить проблемы, стоящие перед человечеством в разных сферах жизни (политика, экономика, финансы, природопользование, образование, медицина, семейная жизнь, самореализация и др.), нужен «взгляд извне» – «взгляд сверху», с более высокого уровня развития сознания. Из над системы. Этот процесс называют «пробуждением», или возрастанием планетарных вибраций.

По мере пробуждения, с благодарностью осознавая свой

прежний опыт, мы растём в сознании своём и Мира, мы перерастаем свой прежний уровень, освобождаемся от тех подходов и инструментов, с помощью которых мы познавали, строили жизнь. И все вместе страдали от несовершенства сотворённого. Тираны угнетали жертв, жертвы защищались, жаловались, боролись за свободу, затем сами становились тиранами. Культ силы, власти, денег, ложных знаний (например, история, подогнанная под цели управления) породил общество тотального потребления, крайнего эгоизма. Здесь мало счастья, мало света, мало радости и много разделений по признаку религий, национальностей, уровню достатка, цвету кожи. Война как способ разрешения конфликтов, теракты, агрессивная экономика, болезни на фоне техногенного «прогресса» – вот признаки «старого» времени. И «старыми» привычными способами эти проблемы не разрешить, «костёр дровами не потушишь». Проблема не имеет решения на том уровне, на котором проявилась, таково мнение известного учёного.

Лишь выход в новый уровень сознания, в новый коллективный способ сотворения (без разделения, а в Единстве) позволит нам построить свою жизнь для всей планеты совершенно по-другому.

*В нас есть такой потенциал, который раньше спал, энергии планеты были слишком плотны.  
Теперь вибрации меняются, планета в Переходе*

*на новый уровень развития своего.*

*И вместе с нею мы,*

*всё Человечество в тот Переход стремится,*

*чтоб новый Мир построить, на новых принципах Единства.*

*И новые возможности свои открыть во благо*

*Себе, всей нашей общей человеческой семье,*

*Во благо всей планете и Вселенной!*

В новых энергиях нам открывается, что **Простота и Ясность** – признак высокой осознанности. Чем проще и яснее, тем больше силы Созидания, больше Света в таком подходе. Где Радость, Вдохновение, там успех, движение, там можно Автором своей судьбы и Мастером Счастливой Жизни стать!

**Ведь наша Жизнь – великий капитал, который Богом дан. Ответственность на нас – как вкладывать его, как инвестировать, расходовать на что?**

Мы помним с вами, что внимание управляет энергией. Куда внимание – туда и мысль, куда мысль – туда и энергия! Чему мы посвящаем свою жизнь?

Мы усиливаем и укрепляем то, на что направлено наше внимание, тому мы Силу отдаём свою, тому даём мы право быть!

Это происходит в каждый миг нашей жизни, вот и прямо сейчас вы посвящаете своё внимание этому тексту, и в вас усиливается настройка на высокие трансформирующие ча-

стоты.

В последние 20–30 лет реальность сильно изменилась, просто не все это ещё осознали. Сейчас многие люди ищут новые пути, ищут своё предназначение, задают глубокие вопросы, хотят познать себя, учатся в духовных школах. Всё это признаки пробуждения, которое связано с задачами Души в переходное время! Бывает, что Истина как бы ускользает из поля нашего внимания, мы упускаем духовный смысл эволюционных уроков – событий, которые отмечают Путь Души в материальном мире. Ибо на уровне материализованного сознания трудно найти ответы на вопросы духовного свойства. Наш ум склонен видеть и анализировать внешнюю канву и форму событий, внешнее поведение других людей. На таком уровне легко проявляются непонимания и взаимные претензии, а вот духовный смысл происходящего сокрыт от нашего ума.

И как же нам его узнать? Вопросы задавать. Чтобы поставить эти вопросы перед собой, нужно сильное честное желание узнать себя, понять свои ограничения, нужна система ценностей, в которой духовные ценности стоят на первом месте и определяют мысли, эмоции, чувства, решения и действия. Нужно слышать чувства, быть в контакте со своими эмоциями. Именно в этом направлении сейчас разворачивается внимание очень и очень многих людей.

Кто я? Как устроен Мир? Для чего я здесь? В чём смысл моей жизни? Что такое Любовь и Свет? Как я могу выпол-

нять волю Создателя? Как я формирую свою судьбу? Что я могу дать близким, миру? Какие ценности движут мной? Чего я боюсь? Что мне трудно принять? Как я чувствую Творца? Как я участвую в жизни планеты, в общей судьбе человечества? Каков мой вклад в эволюцию планеты? Как я говорю с моей Душой? Открыто ли моё Сердце? Что для меня в жизни главное? И много подобных вопросов, которые вроде бы и не о «хлебе насущном», и вместе с тем без ответов на них уже и «кусок в горло не лезет».

Эти вопросы отражают **Реальность нового уровня** коллективного Сознания Человечества, **Реальность планетарного Перехода**. Задумываясь о подобных глубоких вещах, человек незаметно для себя перенастраивается на новые высокочастотные вибрации Любви, Света, Созидания, Гармонии.

Этот процесс проявляет себя как интуитивное чувствование-знание-видение энерго-информационных полей, функционирующих по духовным законам Вселенной. Как способность пропускать через себя более высокочастотные созидательные энергии за счёт расширения восприятия. Как устремление к духовному совершенствованию, которое и есть процесс просветления сознания.

Часто этот процесс люди ощущают как сильное желание жить более наполненной жизнью: наполненной чувствами, творчеством, внутренними радостными состояниями, дающими уверенность, умение слышать Душу свою, принимать



решения Сердцем своим, ощущать Божественность Мира и принимать мудрость всего происходящего.

Отличительная особенность переходного времени – повышение вибрационного уровня энергий, приходящих на планету, «Творец включил Коды Света». Эти энергии близки по качеству к «психической» энергии человека, они побуждают к развитию, к раскрытию «спящих» способностей, к расширению созидательного творческого потенциала человека.

Многие люди сейчас стремятся делать то, что в Жизнь и в Мир несёт Добро! Многие интуитивно чувствуют, что новая ступень развития (*Человек Осознающий, Человек Любящий*) открывает новые возможности взаимодействия с Миром, Творцом, Землёй, друг с другом. Это уровень Сотворчества, Сотрудничества, Сотворения новой реальности на основе высокочастотных созидательных энергий Любви и Света, в процессе возвращения в Единство, расширения сознания, открытия Сердца.

Сознание Единства проявляется, когда человек освобождает своё восприятие от шаблонов и стереотипов дуальности, принимает и чувствует себя как часть Единства: **«Я и Мир – единое Целое. Я и другие люди – части единой Целостности»**. Выход за рамки Иллюзии, из схемы «хороший – плохой», «чёрное – белое» открывает Путь к осознанности, ведь, **осуждая что-то в других, мы сами становимся этим**. Отрицая какие-то проявления вокруг нас, мы пребываем в иллюзиях, в идеализациях, во внутреннем и

внешнем конфликте. Тем самым разрушаем себя и то, что нам дорого, а значит, счастья, здоровья и успеха нам не видеть. Новая задача для всех, живущих на планете, звучит сегодня так:

Вознесись над дуальностью и выйди в Единство.  
Прими всё, что есть, и создай всё, что хочешь,  
во благо себе, всем людям, Миру!

## **Фрагмент работы над собой (конспект семинара)**

**Тамара:**

– *Что-то у меня не так в жизни. Чувствую, нужно менять, но не знаю что.*

– В человеке много низкочастотных негативных эмоций и зомби-программ, которые навязаны, имплантированы Матрицей, они питаются энергией человека и погружают людей в состояние «глубокого сна», в Иллюзию Реальности. Интуитивно вы чувствуете присутствие чужеродных программ, чувствуете, что как-то не так жизнь идёт, вот и появляются такие вопросы. Исходя из этого понимания, чтобы что-то изменить в своей жизни, надо узнать, что менять в себе, какие свои негативные программы, ложные идеи, установки, убеждения трансформировать.

– Я всегда считала, что в жизни должна быть справедливость, что люди должны быть добрее друг к другу. Мне не нравится поведение конкретных людей, мне от этого больно, неудобно. Хочу, чтобы другой человек изменился, стал таким, как я хочу, хочу, чтобы его поведение изменилось, хочу его перевоспитать, хочу, чтобы изменилась неприятная для меня ситуация.

– Такой ваш подход отражает жертвенную позицию и нарушает Закон неприкосновенности Воли, Закон Свободного Выбора. Мы не имеем права перевоспитывать, переделывать других, если они нас об этом не просили, это проявление агрессии и неприятия.

Вы можете поставить задачу по-другому: хочу пробудиться, хочу произвести перестановку и уборку в моем внутреннем мире, чтобы очистить его от ложных установок и убеждений, порождающих мою боль и страдание, возмущение и неприятие. Хочу очистить себя от программ Матрицы, от убеждений, установок, которые меня зомбируют и отнимают мою энергию жизни. Хочу любить себя и принимать такую как есть, настоящей. Хочу и могу принять свою ценность, восстановить контакт со своими чувствами, со своей Душой. Имею право менять себя, пересматривать свои ценности, повышать свои вибрации, меняться, обновляться и творчески раскрываться.

– И что это мне даст?

– Светлее станет ваш внутренний мир, очистится от нега-

тивных программ, тогда по Закону Отражения изменится и внешняя «картинка мира», так как внешнее есть отражение внутреннего. Ведь мы живём изнутри наружу, и содержание нашего внутреннего мира отображается, проецируется во внешние события нашей жизни, а также и в состояние нашего здоровья. И мир отражает содержание нашего сознания во встречах, взаимодействиях, ситуациях, которые обучают нас Любви, Приятию, Благодарению, Творчеству, Дарению, Служению – всему тому, чем с нами делится Единство!

– *А как там убирать, ведь я не вижу и не знаю, что там?*

– Внутренний мир, психическая реальность – это пространство мыслей, убеждений, наших ценностей, чувств, эмоциональных состояний, переживаний, размышлений, установок, там же хранится весь наш прошлый опыт, в котором много боли, стрессов. Во внутреннем пространстве, в Хранилище содержатся программы, управляющие нашей жизнью, они чужие нам, как я уж говорила. Негативные разрушительные программы прошлого, шаблоны, запреты, предвзятости, когда-то принятые решения, которые останавливают наш рост, порождают иллюзии, кружение на месте, заблуждения, негативные переживания, потерю энергии и здоровья, ограничивают нашу осознанность. Они приводят к страданиям, неудачам, разрушают планы, саботируют цели, создают напряжение и непонимание в отношениях, провоцируют внешние и внутренние конфликты, притягивают болезни.

– А я думала, что мысли и чувства возникают спонтанно.

– Они возникают в соответствии с теми программами, которые у вас есть! Набор таких программ примерно стандартный для людей. *Они определяют наши сценарии и ценности, на которые мы ориентированы в жизни.* Они также связаны с семейными родовыми шаблонами и программами.

Как я уже неоднократно подчеркивала ранее, во время повышения планетарных вибраций коллективное сознание человечества переходит от «спячки» к «пробуждению», от *РАЗДЕЛЕННОСТИ* к *ЕДИНСТВУ*, от *ЗНАНИЯ* к *ОСОЗНАНИЮ*, от *УМА* к *РАЗУМУ*, от *СТРАХА* к *ЛЮБВИ*. Вместе с планетарными вибрациями меняемся и мы с вами, даже если мы этого не осознаём.

– А как я могу повысить свои вибрации?

– Об этом я уже много раз говорила в предыдущей книге, делилась практиками и техниками, и в этой книге даю новые. Суть их в процессах ***ОЧИЩЕНИЯ, ПРЕОБРАЖЕНИЯ, ТРАНСФОРМАЦИИ и ВОСХОЖДЕНИЯ*** в созидательные вибрации Любви, Благодарения, Приятия и Творчества!

1. Очищение от негативных разрушительных «старых» программ подсознания, от негативных эмоций, от зомбирующих шаблонов и установок. Они нужны нам были рань-

ше, они всего лишь помогали обучаться, расти и развиваться. Увидеть их, понять и осознать, очиститься, освободиться, исцелиться и в результате этого преобразиться.

2. Пре-ОБРАЗ-ить себя, то есть **восстановить, воссоздать изначальный, истинный, чистый, светлый ОБРАЗ самого себя**, который был искажён и ограничен.

3. Открыть себя для восприятия Света, пробудиться и просветлиться, то есть пролить свет нового осознания в свою жизнь, изменить фокус своего восприятия жизни, узнать себя настоящими, такими, как изначально созданы мы были.

4. Разуплотнить, повысить свои вибрации, то есть отключиться от тяжёлых, тёмных, плотных, разрушительных энергий и подключиться к более лёгким, светлым, позитивным, созидательным энерго-информационным уровням. Создать и поддерживать резонанс с энергиями высокой чистоты: Любви, Света, Вселенской Гармонии. Вот как описывает этот процесс одна из наших семинаристок:

«Ирина Азимовна, здравствуйте!

Вот некоторые мои мысли, наблюдения за собой со времени занятия из цикла «Работа с эмоциями» нашего клуба «СВЕЧА».

Когда на первом занятии «СВЕЧИ» вы начали рассказывать об эмоциональном банке боли, как будто внутри проснулось что-то и сказало: «Вот, именно этого я так давно ждала, именно это мне и нужно». Само понимание того, что

мы реагируем на ситуации не из позиции «здесь и сейчас», а из прошлой боли, просто открыло мне глаза и пробудило такую глубокую внутреннюю любовь к себе, желание взять и враз вылечить свои прежние раны, подарив себе свободу жить настоящим, а не прошлым.

После первого занятия начала внимательно отслеживать себя, свои ощущения. Легкости в проживании ситуаций не было, напротив: увеличилось раздражение, появилась беспричинная злость, даже иногда ненависть к окружающим, желание, чтобы оставили одну. Затем появилась всепоглощающая сильная тоска, ощущение, что нахожусь не на своём месте и живу вообще как-то не своей жизнью, не так, как хотелось бы. В своём блокноте с вопросами к вам тогда записала: «Помогите найти, что мешает мне жить!»

Дальше последовала вашему совету и просто стала «сливать» по очереди все страхи, негативные мысли, чувства одно за другим. Получилось «поговорить» с тянувшимся больше месяца непонятным, все время присутствовавшим ощущением, предчувствием и страхом, что что-то не так с моей ногой, что могу вдруг потерять её.

Страх отлично пошёл на контакт, рассказал, что мне пора отставить своё желание все время, чуть что не так, искать пути к отступлению, которым, как оказалось, был дом моих родителей, вообще родители как таковые и моя позиция ребёнка, моё «убегание в детство». Ещё страх сказал, что «я

одной ногой стояла в прошлом, всё время думая, что в прошлом было всё лучше, чем сейчас, при этом живя со страхом, что в будущем уже не будет так же хорошо. Страх подсказал мне довериться тому, что в будущем будет всё только лучше и лучше, предложив шагнуть одной ногой в будущее, а одну оставить в настоящем». Так работа и диалог со страхом оказались абсолютным прозрением.

Через какое-то время после первого занятия «СВЕЧИ» по эмоциям, после сильных шатаний и колебаний наступило чёткое и ясное ощущение: «необъяснимая самой себе тяжесть, темнота, трясина», которые всё время тянули меня куда-то вниз, заставляя тревожиться даже тогда, когда внешне всё хорошо, совершенно отступили. Я стала свободной. Я начала свободно дышать и смогла радоваться. Не заставлять себя радоваться, а на самом деле радоваться.

Я спонтанно начала по утрам медитировать на положительные ощущения и события для себя, которых хочу (раньше это либо забывалось, либо откладывалось всё время, хоть и знала пользу таких медитаций). Появилась энергия, появилось принятие себя даже в своих, как мне казалось, недостатках. Бытовые ссоры, даже эмоциональные взрывы не исчезли, но стали поверхностными, не несущими за собой обиды.

В отношениях с мамой впервые появилось желание перестать общаться под действием манипуляций, чувства долга и вины. Разрешила себе перестать выслушивать критику и обвинения в мой адрес, что раньше всегда делала из чувства



уважения и долга. Взяла паузу в нашем общении в ожидании нового состояния себя, из которого смогу общаться по-новому. Вообще ещё заметила в себе новые тёплые чувства, такую очень благодарную любовь к некоторым из своих родственников, к которым раньше относилась плохо. Будто спала пелена с глаз, и я позволила себе почувствовать их, а не относиться к ним исходя из мнения тех, кого считала для себя авторитетом.

Появилось внутреннее принятие своего «сейчас». Того, как живу, где живу. Появилось желание творить с полным принятием результатов своего творчества (ранее к результатам были всегда завышенные требования и в итоге – недовольство собой).

Появилось больше сердечной теплоты и любви к М. Появилось ощущение того, что хочу довериться ему, что готова принять его, что семья моих родителей перестала быть важнее моей семьи с М.

Перестала чувствовать на себе гиперответственность и страх за то, что происходит в жизни моих родителей и брата.

Подарила себе свободу жить своей жизнью.

После второго занятия «СВЕЧИ»: во время занятия внутри периодически закрадывались сомнения по поводу того, что одним простым занятием можно развернуть своё всемогущество, хоть при этом всё время было сильное внутреннее желание увеличить свою светимость и далее двигаться по пути её постоянного увеличения.

Очень понравилась работа с картинками в презентации, было легко визуализировать их, принимать внутрь конкретные цвета. (Ну, я вообще очень люблю работать с цветами, так как есть особая любовь к живописи и разноцветности мира.)

Совсем по-новому прозвучала идея «всеприятия» как ключа к всемогуществу. До сих пор присутствует внутреннее любопытство: «А как это? Как раскрыть в себе всеприятие?» До конца это понятие ещё не легло внутри.

Конечно, желание жить из таких светлых состояний с каждым разом только увеличивается.

В общем, насколько могу прочувствовать сама себя, степень внутренней гармонии, умиротворения заметно возросла. Появилось желание служить, больше помогать, чем могу, даже в быту тем, кто сейчас меня окружает.

Заметно уменьшилось ранее очень яркое чувство зависти к успехам и реализованности других, появилась очень тонкая, не всегда уловимая, но внутренняя мудрость того, что иду своим путём, на котором «всему своё время».

Начала лучше чувствовать своё тело, слушаться его.

Вместе со всем этим возникло желание поработать с вами над очищением себя от родовых программ, чтобы осознанно и в свете начать историю своей семьи. Работа оказалась неожиданной и показала мне то, что сама в себе не видела так явно. Первые впечатления: обновление, новая жизнь в теле, прилив сил, свобода и внутренняя сила творить и со-

создавать свою счастливую жизнь.

Сразу М. вдруг стал казаться красивее, сильнее, его решения – более мудрыми и подходящими для нас.

Ушло беспокойство по поводу «завтрашнего дня». Пока ещё неясно, что и как будет, но эта неясность перестала быть тревожной.

Захотелось больше работать над формированием положительных мыслей и образов, над тем, чтобы большая часть дня, а лучше вся проходила в положительном, созидательном мышлении, восприятии себя и мира, а также пришло желание работать над развитием своей интуиции.

Через несколько дней накрыло абсолютной слабостью, недомоганием и ломотой в теле. Какое-то внутреннее сопротивление движению. Но это длилось недолго. А тут ещё кругом весна: всё оживает, в воздухе так и пахнет новой жизнью, новым началом. Всё как будто сошлось воедино в рождении новой жизни.

Всё больше веры в то, что я могу создавать жизнь согласно своим мечтаниям и желаниям, пока не во всём знаю как, но вера в то, что могу, увеличивается.

Благодарю и с радостью жду новых встреч «СВЕЧИ» и новой работы.

С пожеланиями счастья, *Инна В.*».

Повышение вибраций меняет фокус восприятия (это пре-

красно видно в письме), меняет отношение к себе и к близким, жизнь видится в другом ключе, устанавливается позитивный эмоциональный тонус. И человек растёт в самоуважении и принятии себя таким, как есть, становится более целостным. Это проявляется и в осознании: «когда я кого-то обижаю, я обижаю себя; когда я кого-то люблю, я люблю себя; если я не принимаю себя, я не смогу принять других; если я осуждаю себя, я автоматически буду осуждать других». Когда происходит освобождение от низкочастотных разрушительных программ, повышается частота излучения человека, его полевая структура очищается, просветляется, становится более здоровой. Все практики, техники, настройки и медитации в этой книге и на моих семинарах-тренингах служат этой цели.

***Подход поистине волшебный и в то же время простой и очень творческий.***

*Суть – в построении новых созидательных образов, новых созидательных смыслов, новых созидательных ассоциаций, установок, ценностей и поддержке их своим ВНИМАНИЕМ. Помните? Где внимание, там и энергия, которая в этом случае создаёт новые высокочастотные резонансы. Такая энергия запускает светлые, позитивные, благородные, освобождающие, творческие состояния.*

На уровне словесных формул повысить вибрации просто. Помните народную мудрость? **«Как вы яхту назовёте, так она и поплывёт!»** Поэтому переименовать нам нужно некото-

рые наши слова, характеристики, ярлыки, которые наш ум так лихо прилепляет, даже не подумав, чего он нас лишает. И что навязывает так программы вовсе нам чужие: борьбу, уныние, печаль и трудности по жизни, болезнь и многие другие.

Вы только вспомните все эти ярлыки:

«проблема, конкурент, головная боль, крышу сносит, мой заклятый враг, обидчик, тормоз, тошнит, достали, у меня полно недостатков, нет сил моих, я – дура, я – плохая, я – некрасивая, я – лузер», и многие такие «перлы», которые тяжёлую энергию несут, к земле нас пригибают, радоваться жизни не дают. И провоцируют реакции эмоций, которые нам боль несут.

Теперь, осознавая «убийственную» силу этих мыслеформ, мы можем по-другому говорить и более высокую энергию, благоприятную для нашей жизни, проводить:

- Вместо проблемы, есть задача, которую хочу-могу решить. Возможно, что пока не знаю как и вместе с тем уверен, что у меня достаточно ресурсов, чтобы это сделать.

- Вместо того чтоб недостатки свои клеймить, осознаю свои **ОСОБЕННОСТИ**, они уникальны, честно признаюсь себе, учусь тотально принимать их. И да, есть такие качества, которые недостаточно развиты у меня, я хочу усиливать и развивать их в себе, я над этим работаю. Я вижу в них мои новые возможности, которые я могу открыть в себе, я познаю

себя, я исследую с интересом этот опыт.

- Вместо «обидчика» – вижу «зеркало», которое рассказывает мне о том, что я в себе не вижу, о тех качествах, которые отрицаю у себя. Поэтому я отмечаю все эмоции, которые у меня активизируются в присутствии «зеркала», даю себе возможность прожить их и выразить. А потом разбираюсь с той негативной программой, которая побуждает меня так разрушительно реагировать.

- Вместо «конфликтёра» – вижу помощника, который показывает мне мою готовность участвовать в конфликте, уровень внутренней моей «войны». Я переносю акцент Внимания на себя и прорабатываю, отпускаю конфликт внутри.

- И вместо того, чтобы самоедством заниматься, навешивая уничижительные ярлыки на себя, учусь я принимать себя в любых своих проявлениях, даю себе право быть разной, быть любой, быть не идеальной, быть не правильной, зато **быть Настоящей, быть самой собой**. Я возвращаю себе право чувствовать то, что чувствую сейчас, и выражать эти эмоции экологично. Я знаю, что это ни хорошо, ни плохо, как бы ни старалась программа меня в этом убедить. **Это естественно!**

- Вместо того чтобы навешивать ярлыки на близких и обвинять их в своём плохом настроении и состоянии, я вспоминаю, что они – мои ближайшие зеркала, родственные Души, временно исполняющие роли моих родственников в жизненной игре этого воплощения. Я снимаю претензии к

ним и освобождаю себя от необходимости негативно реагировать на них, я осознаю, что эту негативную реакцию диктует мне болевая программа в моём подсознании.

- Вместо «случайный попутчик», я говорю – посланник Бога. Вместо «просто случай» – невидимый закон.

- Я знаю о себе: какой я Мужчина, такая и женщина рядом со мной. Какая я Женщина, такой и мужчина со мною рядом.

- Моя Ответственность – за всё, что происходит со мной, за мои мысли, за чувства, за состояние моих эмоций, за слова, за все решения, за действия и даже за то, какие программы «играют» – проявляются через меня. Это освобождает меня от ответственности за других людей, за их «правильность» или «неправильность». **Я – Лидер моей жизни.** Лидер – это тот, кто готов к ответственности.

- Событийный ряд моей жизни, все мои взаимодействия – это опыт проживания моих программ, моих уроков и задач, в которых участвуют и другие люди. Это Путь моей Души в земном воплощении. Я – Владелец моей жизни. Я в ладу с самим собой, в моём пространстве лад, гармония. Моё внимание я отдаю тому, что я хочу усилить и проявить в мою реальность.

Вспоминаем, что наши решения и поведение всегда основаны на достижении какой-то нашей ценности или на уклонении от чего-то неприятного, болезненного. Конечно, наше Эго ищет виноватых, чтобы ответственность на них сва-

лить. Ещё раз подчеркну: во всём, что с нами происходит, есть смысл. Наша вечная Божественная Душа «подталкивает», помогает нам проходить жизненные уроки в нужном для нашей эволюции направлении. Наши программы подталкивают в своём направлении, к деградации. Так и возникает внутренний конфликт: «боль» – «убежать от боли» – стремиться к «хорошему».

Сейчас мы с вами знаем, что боль, страдание, дискомфорт, проблема сигналият нам о том, что нарушения есть духовных принципов Вселенной, где Эго «зацепилось» за отношения, за семью, за деньги, статус, власть, контроль, авторитет, за значимость, за убеждения и тому подобные «ценности». Другие люди, ситуации лишь **про-ЯВЛЯЮТ «больное место», чтобы привлечь внимание** к уроку.

Как только нахожу свою «зацепку» (всегда за нею Эго), перевожу проблему я в задачу, освобождаюсь я от блока у себя внутри, освобождаюсь от него, энергии меняют частоту вибраций, задача решена, и ситуации подобного значения покидают мою жизнь.

Главная Ценность всего, происходящего с нами, – это возможность изменяться, обучаться!

Метафора «неприятностей» – спрятанный подарок. Подарок может быть разным: новое качество характера, состояние, ранее нам недоступное, новое понимание, мудрость, расширение сознания, физическое и эмоциональное исцеление, выход на новый уровень взаимодействия с Миром Энер-



гий, удачное стечение обстоятельств, уход конфликта и т. п.  
**А главный Подарок – энергия, Сила Жизни, которая высвобождается и возвращается к нам!**

Чтобы выявить тот позитив, который скрывается в ситуациях, задаются «особые» волшебные вопросы, которые переносят фокус нашего внимания с внешнего на внутреннее, **от ФОРМЫ событий к их смыслу, СУТИ**, открывают Истину более высокого порядка и позволяют раскрыть духовный смысл урока, неприятной ситуации, болезни. Где внимание, там и энергия: задавая вопросы, я познаю себя и инвестирую энергию в расширение своего сознания:

- Для чего мне эта ситуация?
- Чему я мог бы здесь научиться?
- Что отражает этот человек мне (про меня)?
- Что трудно мне принять в себе?
- Что именно меня так раздражает? А что стоит за этим чувством?
- Какая моя ценность подвергается сомнению?
- Какую мою ценность (внутреннюю) у меня отнимают?
- На какую мою потребность покушается человек?
- Каких качеств мне не хватает, чтобы прожить эту ситуацию спокойно?
- Что я запрещаю себе? Какие эмоции в себе подавляю?
- На что похожа эта ситуация? Когда в моём прошлом были сходные переживания?
- Какая негативная программа (зомби-имплант) здесь

включилась?

- Что Мир хочет сообщить мне через этого человека?
- Что ценного могу извлечь из этого урока для себя?

**И честные ответы на эти вопросы помогают вернуться к себе Настоящему, восстановить контакт со своими чувствами, эмоциями, переживаниями и, высвободив эту боль из себя, вернуть себе немалое количество энергии Жизни.**

## **Практика «Наблюдатель»**

Что нам даёт состояние Наблюдателя? Очень важную вещь: Наблюдатель нейтрален, он не осуждает, не принуждает, не даёт оценок. Он просто направляет внимание, а значит, и **энергию** в определённую часть нас или нашего тела. Нейтральное внимание, без оценок и суждений, – ***это чистая Любовь!***

Вспомним Писание: «...Любовь не злодействует, не осуждает...» ***Когда мы наблюдаем нейтрально или с интересом, мы даём Любовь, а значит, исцеляем, очищаем, разблокируем, освобождаем, ибо Любовь восстанавливает до изначальных чистейших состояний всё, к чему прикасается.***

И вместо того, чтобы запрещать себе быть «неправильными и недуховными» и задавливать в себе негативные эмо-

ции, мы можем констатировать и принимать как факт, что в некоторых ситуациях они у нас есть. Затем позволить себе выражать их и проживать, наблюдая за собой, из состояния не-ума. Как это сделать? Очень просто:

1. Признав, спросить себя: что я сейчас чувствую? Где это в теле?

2. Определить: где ваш Наблюдатель? Из какой точки вы смотрите на себя как бы со стороны, как будто на свой фантом: Наблюдатель не вовлечён в эмоцию, он просто смотрит и констатирует (регистрирует)?

3. Затем из позиции Наблюдателя смотреть на себя, отмечая всё, что происходит с ощущениями в теле, или с Образами этих ощущений, проговаривая для себя все эмоциональные всплески и мысли, которые идут спонтанно.

4. Во время этого процесса будьте бережны к себе, к своей боли, которая может открыться вам в моменты наблюдения. С какой-то сегодняшней ситуацией может быть связана старая боль от детских стрессов, детских травм.

5. Если вы хотите прожить подавленные ранее эмоции, то назовите эти переживания, отметьте их место в теле, включайте Наблюдателя и проговаривайте всё, что чувствуете, вспоминаете, плачете или ругайтесь, выскажите всё, что когда-то не сказали, подавили, испугались. Дайте заблокированным энергиям высвободиться.

6. Можно поговорить с этими обидами, или страхами, или гневом, с любыми чувствами-состояниями-переживаниями.

Сначала выберите что-то одно, далее следует:

- признать его присутствие в течение стольких-то лет;
- попросить прощения за то, что вы неосознанно так долго его удерживали в вашем пространстве. Если эта боль уже превратилась в болезнь, то попросить прощения у поражённого органа вашего тела;

- поблагодарить и дать ему свободу, сказать, что вы навсегда прощаетесь с ним, выпустить его и наблюдать за изменениями в ощущениях, в Образах, в мыслях, во внутреннем состоянии;

- простите того, кто принёс вам боль, простите себя и простите себе, что так долго удерживали, подавляли стресс, – это была защитная реакция, вы так спасали себя от проживания боли, которую трудно было перенести. Возможно, когда-то вы приняли решение подавлять негативные переживания, с которыми не смогли тогда справиться, будучи детьми. И ваше подсознание послушно все эти годы выполняло эти решения, подавляя негативные эмоции, делая вас «правильными и хорошими».

7. Вместо того чтобы запрещать себе негативные эмоции, ругать себя, создавать ложную правильную личность, просто проживайте их и наблюдайте за собой. *Наблюдатель – это тот, кто исследует и познаёт. Ибо он влияет на то, что наблюдает, а поскольку он наблюдает из нейтрального состояния Любви (без отрицания и осуждения), то и освобождает. Наблюдатель – это тот, кто исцеляет!*

8. Наблюдайте (без оценок), пока образы и сопровождающие их ощущения будут перетекать друг в друга, меняться. Просто наблюдайте, исследуйте и познавайте. Наблюдайте до тех пор, пока они не исчезнут, растворятся или превратятся во что-то позитивное и приятное.

9. Будьте аккуратны и внимательны к себе, возможно, этот процесс займёт немаленькое время и потребуется несколько подходов. Поверьте, это стоит того! Это и есть Любовь к себе! Ведь идёт высвобождение тяжёлой энергии, просветляются сгустки тьмы, очищается ваше ментальное, эмоциональное, эфирное и физическое тела от боли, от программ разрушения, от болезни.

10. Включайте Наблюдателя, то есть проживайте осознанно свои эмоции и состояния, в ситуациях, когда вас охватили сильные негативные эмоции, когда вас «накрывает», или кто-то сильно эмоционалирует, ругается с вами. Наблюдайте за собой осознанно, в нейтральном, безоценочном состоянии, без желания кого-то менять, от чего-то избавляться. Наблюдайте только с целью исследовать, познать себя и с этой стороны, вы будете удивлены – как быстро схлынет конфликт, улягутся самые неприятные эмоции, как быстро вы выйдете из процесса саморазрушения и сможете более конструктивно вести себя.

Во время этого процесса «проветривается» наше сознание и перенастраивается на вибрации Любви и Света. Боже-

ственная Любовь является энерго-информационной матрицей нашей Вселенной, основой Гармонии и Совершенства. Весь Мир, физический и нефизический, стремится к Гармонии. Её смысл состоит в **насыщении всех уровней реальности и сфер Бытия энергией Божественной Любви**, при которой любые взаимодействия внутри и вовне становятся **естественно совершенными и гармоничными**, ибо Любовь как энергия сотворения абсолютно созидательна и гармонична по своей природе. Это и есть смысл формулы: **«Всё есть Любовь!»**

Можно сказать, что **открытие себя в ЛЮБВИ является одной из главных задач** в процессе развития и совершенствования человека и реальности. В новом цикле старые инородные структуры, зомби-программы, имплантированные человеку (мыслеформы, убеждения, стереотипы, шаблоны, запреты, схемы, стратегии и т. д.), демонтируются, трансформируются, и возвращаются, восстанавливаются естественные изначальные энергополевые структуры. Возникает новое содержание (суть), и старые формы начинают разрушаться или трансформироваться, так как не соответствуют новым вибрациям. Поэтому в Переходе всё будет воссоздаваться на новом уровне вибраций: все структуры внутри человека и все внешние структуры (форма государства, политика, наука, экономика, хозяйство, техника, образование, отношения и т. д.). **И у нас с вами есть прекрасная возможность воссоздать себя на новом уровне своего ис-**

# **тинного духовного сознания в естественном Единстве по заповедям *ЛЮБВИ*!**

Творения живут, пока подключены к Любви Творца!

Абсолютная, тотальная, безусловная Любовь Создателя – это энергия Жизни и Творчества, в поле которой живёт и процветает всё Сущее. Это система Божественного Миропорядка, мы в ней живём, мы в ней творим, по «образу и подобию» Создателя. Это Система Творца, в неё встроен механизм естественной гармонизации.

***ЛЮБОВЬ КАК ЭНЕРГИЯ*** является инструментом Божественного отбора. Сейчас, в переходный период, этот инструмент включён по полной программе. *Поле Любви, которое тестирует всех живущих на наличие энергии Любви, как качества и как состояния в человеке.*

Умеем мы любить без страха, без претензий, без манипуляций, без условий, без желания присвоить, сделать своей собственностью, без желания управлять? Умеем мы принять, простить, благодарить, умеем предоставлять свободу выбора любимым, умеем мы принять их выбор, даже если он сильно отличается от наших ожиданий? Умеем не навязывать, а предлагать, не подавлять своим суждением, а открываться видению другого, другому восприятию событий? Умеем ли мы быть в Любви?

***Пространство Любви – это новый вибрационный диапазон энергий***, в который переходит вся Солнечная система, планета наша и все, живущие на ней. Это новый формат

**всех сотворений, всех возможностей для нас, ибо наш великолепный творческий Божественный потенциал только в Энергиях Любви может сотворить прекрасный и счастливый Мир, в котором каждый может проявлять свою Божественную уникальность во благо всем, себе и Миру!**

• И даже то, как утро начинаем, нас может на Любовь настроить, на прекрасный день. Как только вы проснулись, поприветствуйте весь Мир! Словами от Души, чтоб искренне звучали.

• И я уже писала в предыдущей книге, и здесь я повторюсь, поскольку это важно. Проснулись – пообщайтесь с телом! Оно так благодарно будет нам, откликнется хорошим настроением, прекрасной бодростью порадует тотчас. Простыми добрыми словами вы поздоровайтесь, скажите вы спасибо телу, оно несёт по жизни нас.

• Вы похвалите, поддержите, пошутите и просто с ним вы «по душам» поговорите. Спросите вы о том, что тело хочет вам сказать, что хочет орган вам какой-то передать? Подсказку или намёк примите и если сможете, то воплотите. Как часто мы внимания не обращаем на тело на своё, пока не заболит. Как часто мы решаем за него, что делать с ним и как его кормить, куда гулять с ним выходить. Тогда оно лишь может нам о чём-то говорить температурой, воспалением, болью.



- Хочу напомнить вам о Силе нашего Внимания. Внимание есть энергия, внимание есть Любовь! Внимание на тело направляя, мы любовь ему даём и, с интересом наблюдая за ощущениями в нём, мы пробуждаем все его ресурсы. Внимание к телу есть Любовь!

- Я предлагаю по утрам послушать тело и рассказать ему о планах дня. Ведь тело наше Разум свой имеет, и разум клеточек – он тоже есть! Узнав о наших планах дня, оно подстроится под них и будет благодарно нам за уважение к нему и за Любовь! Настрой с утра – программа жизни Дня!

- А как вы близким пожелали доброго утра? Или сквозь зубы что-то там пробормотали? Поймите, в каждом слове сколько-то Любви. Когда мы что-то говорим другим, то это всё равно что говорим самим себе! Ведь **СЛОВО** – это мощный инструмент настройки, и то, что вы с утра в него вложили, что вы проговорили, то с вами будет целый день.

Дарите, люди, тёплые слова!

Чтобы от них кружилась голова...

Чтоб сладким был – словесный добрый мёд!

Чтобы слова топили в сердце лёд!

Ведь слово может душу излечить,

А может просто ранить и убить.

Ведь слово может красоту создать,

А может очернить и оплевать...

Не жалейте добрые слова,  
Чтобы цвела зелёная трава!  
Чтобы не плакать от укуса ос.  
Не кактус, а жасмин душистый рос.

Ведь в слове каждом – целая страна!  
От злого – начинается война,  
И зарождаются обиды, месть...  
А сколько слов?! Их всех не счесть...

Дарите, люди, тёплые слова!  
И пусть умолкнет злобная молва!  
Давайте будем счастье создавать!  
Ведь Слово – это Мир и Благодать!

*Натали Владис*

Любовь к себе, Любовь к другим, Любовь к Творцу и к Миру, ко всем живущим на Земле – вот это наша Сила. Она дана Творцом, Создателем Вселенной! Любовь – наш способ жизни на Земле, она – в тебе, она – во мне! И говорю я вновь и вновь:

*Я приглашаю вас в ЛЮБОВЬ!*

# Глава 3. Встреча с собой из будущего

*Вчера – это история, завтра – это тайна, а  
сегодня – это подарок судьбы.  
Элеонора Рузвельт*

## Билет из прошлого

**Радость** – слово сегодняшнего дня. **Мечты, желания и надежды** – слова из Будущего. Шаг за шагом мы движемся вперёд по жизни, и вокруг нас формируется тот мир, который отражает содержание наших мыслей и эмоций, наших установок, наших верований. Будущее является для нас самой большой тайной, и мы никогда до конца не знаем, что нас ждёт. В слове «стремимся» – Будущее, в слове «идём» – Будущее. В слове «меняемся» – Будущее. И если представить себе, что у нас есть возможность встретиться с самим собой из Будущего, то, скорее всего, эта встреча нас сильно удивит. Мы идём, не ведая пути, даже если пытаемся его планировать и осознавать. Потому что чаще всего наши мысли, переживания обращены назад, так функционирует наш Ум, на опыте прошлого.

«Прошлое – это локомотив, который тянет за собой будущее. Бывает, что это прошлое вдобавок чужое. Ты едешь спиной вперёд и видишь только то, что уже исчезло. А чтобы сойти с поезда, нужен билет. Ты держишь его в руках, но кому ты его предъявишь?»

*Виктор Пелевин*

Да, «Я-будущий» рождаюсь сегодня, как и «Я-сегодняшний» родился в прошлом. Наше творчество и поиск предназначения – это дорога к нам, будущим. Настоящее и Будущее связано чуткой связью, и в будущем откликается каждый сегодняшний поступок и побуждение, каждое слово и каждая мысль, будущее есть следствие настоящего. Если мы, как дети, не думая, крушим и портим всё вокруг – отношения, собственный характер, внутреннее зрение, – то в будущем рискуем остаться с поломанными игрушками. А если мы хотим, чтобы будущее стало чудесным миром, залитым солнечным светом, согретым радостью, любовью и добром, это в наших силах! И силы эти нужно нам включить уже сегодня! Это сила Внутреннего Света, сила Внимания, сила Осознания, Сотворчество и сила Созидания! Они – это возможность осознанной жизни уже сегодня!

«Давайте не будем оглядываться назад в гнев или смотреть вперед со страхом, но станем смотреть по сторонам с осознанием».

*Джеймс Тэрбер*

Начался новый планетарный цикл, время нового Солн-

ца (так сказано в календаре майя). Наступает рассвет, утро Сварога (в терминологии наших предков). Земля и Солнечная система, выходя из зоны тьмы, покидают уровень плотных трехмерных вибраций. В недрах пятой расы формируется шестая раса. Уже известны промежуточные, переходные формы: дети-индиго, дети-кристаллы, радужные дети. Понятно, что это ненаучные названия, хотя специальные области науки очень конкретно изучают таких детей, не очень афишируя результаты своих исследований.

Всё, что накопилось на Земле и в «подвалах подсознания» человека как тяжёлая карма, а также в коллективном мыслеполе человечества, как тяжёлый низковибрационный опыт страданий, войны, подавления как агрессивные разрушительные программы; в новых энергиях устремляется к Свету, очищается, преображается, трансформируется. Планета и вместе с ней человечество переходит в четвертое-пятое измерения, которые выше по частотам и характеризуется выходом из коллективной **ИЛЛЮЗИИ**, овладением психической энергией человека, возвращением всех так называемых сверхспособностей и сверхвозможностей, появлением волшебных технологий, а также открытием новых источников энергии на планете.

На данный момент Психическая Энергия Человека – это самый дорогой и самый мощный вид Энергии на планете Земля!

Происходит глобальный общепланетарный процесс очи-

щения, отделение «зёрен от плевел». Старые энергии дуальности, старые иллюзии, старые манипулятивные программы скрытого управления трансформируются, растворяются, преобразуются в энергиях Света пятой плотности. Процесс происходит на уровне планеты и на уровне сознания человека. Каждый из нас через личную трансформацию вносит свой вклад в общий процесс. Энергии низкочастотного диапазона проявляются, становятся явными, их разрушительный потенциал проявляется в полной мере, его уже не спрячешь за красивыми лозунгами, патриотическими призывами, умными объяснениями и очередными обещаниями.

Тайное становится явным!

Растёт наша способность различать более тонкие нюансы происходящего, мы начинаем понимать скрытые закономерности происходящего вокруг нас. Например, в отношениях мы стали различать разные формы любви. В прежние времена высшей формой любви считалась Любовь жертвенная, пример которой связывают с образом Иисуса Христа. Сейчас мы готовы к пониманию Любви как со-творчества, как абсолютного приятия, как свободного обмена энергиями всех уровней в едином поле Любви и Мудрости.

Все программы старого двуполярного цикла дуальности, построенного по схеме «жертва – тиран», по схеме подавления и подчинения сильными слабыми, по схеме обмана и со-

крытия истины, отжили свой срок и подлежат трансформации, преобразению. Время грандиозной планетарной Иллюзии Дуальности подошло к концу. Возрастание осознанности Человека даёт возможность принятия концепции своих творческих возможностей, своего права на создание новой реальности. Пора прочувствовать изначальный Свет Творца (Искру Божью), который есть в нашей Душе, поднять свои вибрации, выйти из иллюзий, перейти на новые программы Любви, сотворчества, сотрудничества, самопознания и ответственности.

Исходя из этих задач на планете появилось очень много новых знаний, открылись древние знания, сохраняемые в традициях, поэтому нам легко получить направление, духовное руководство, истинные ориентиры для освобождения от старых негативных программ. Программы старого цикла включали в себя обучение и эволюцию Души через страдания, мучения, несправедливость, боль (все «прелести» в диапазоне низких частот).

И в преддверии нового цикла нам, людям планеты Земля, дана прекрасная вдохновляющая возможность распрощаться со старыми программами, выйти из низкочастотных моделей жертв и тиранов, мучеников и мучителей.

Смотрите, как легко м-ученик превращается в **УЧЕНИК**, а м-учитель – в **УЧИТЕЛЯ**. Когда мы совершаем такое преобразование внутри себя, мы переходим в диапазон других вибраций через свою осознанность и пользуемся энергиями

более высокого уровня и ёмкости.

Сейчас задача людей – «вынуть» себя из старых программ, как «руку из перчатки», и перейти в новые вибрации Света. Заметьте, что в этом процессе нет никакой борьбы, если мы станем бороться со старыми энергиями, мы только подпитаем их.

Здесь работает только расширение сознания, которое переводит энерго-информополе человека в вибрации более высокой созидательной частоты. И это называют Пробуждением, Просветлением и возвращением в Свет, в сознание Единства. Индивидуальная Душа, которая неразрывно связана с Единством, ведёт отныне Человека Путём Мудрости и Любви, путём соратничества и сотрудничества с божественными иерархиями Света.

Наш Ум напичкан чужими программами (боль, стресс, нелюбовь, недостаток). Все сферы жизни облеплены этими стандартами (какая должна быть квартира, образование, зарплата, машина, идеальные размеры тела или образ жизни). Таким путём управляющая матрица наложила на нас лапу. Для нас выстроили «загон», куда загоняют кнутом и заманивают пряником (страхом отнять что-то дорогое для нас или обещанием чего-то ценного: достатка, регалий, славы и т. д.). Управляющая система так проросла в нашем сознании, что даже уже не нужно навязывать этот шаблон, его принима-



ют как само собой разумеющееся, передают «по наследству» от старшего поколения младшему. Люди уже носят этот «загон» в голове (в уме), это стало системой ценностей, основанной на том, что можно измерить, взвесить, пощупать, пересчитать.

Вместо того чтобы учить нас создавать Будущее, ориентируясь на Бога, на Высший созидательный Разум, слышать Сердце и Душу, наши родители и учителя воспитывали в нас стремление к «идеалу». Ох, сколько людей носят эти никогда не достижимые «идеалы» в своей голове, которые отравляют жизнь недовольством, пустотой внутри, бесконечными претензиями к себе и к другим, неумением радоваться, страхом устанавливать открытые отношения!

Радость, похвала, принятие себя, таким образом, всё время откладывались на будущее. «Вот когда поступишь в институт...» или «Вот когда купим квартиру...». Такие цели, значимые по форме, но не наполненные сутью, не содержат энергии жизни, потому что в большинстве случаев не согласованы с Сердцем, с Душой. На их достижение затрачивается время и энергия жизни, а вот радости и счастья они дают совсем немного. Жизнь, отложенная «на потом», проживаемая как бы «на черновик». Человек думает: ну вот, ещё чуть-чуть – и заживу на «всю катушку». Ан нет, чуть-чуть никак не наступает, и снова «затянули поясок», потерпим ещё немного. На самом деле – это «замкнутый круг», «загон» прошлого.

## Притча

...Однажды три мудреца поспорили о том, что важнее для человека – прошлое, настоящее или будущее. Один из них сказал:

– Именно прошлое делает человека тем, кто он есть. Всем своим умениям я научился в прошлом.

– Не согласен! – воскликнул другой. – Человека формирует будущее: какими бы знаниями и умениями я ни обладал сегодня, я буду приобретать новые – те, которых потребует от меня будущее. Мои поступки продиктованы стремлением стать тем, кем я хочу быть.

– Вы упустили из виду, – вмешался третий, – что прошлое и будущее существует лишь в наших помыслах. Прошлого уже нет. Будущего еще нет. Но любой поступок совершается вами в настоящем, и только в настоящем. И только сегодняшний день определяет, какими вы войдёте в будущее и не станет ли сегодня последней точкой в вашем прошлом.

Не пренебрегайте днем сегодняшним, от которого столько зависит!

Львиную долю энергии забирает внешняя управляющая матрица, которая и определяет нам жизненные приоритеты, престижные институты, одобряемый образ жизни. Беречь нас ей нет надобности, нас много таких с «законами» в голове! Да ещё и детей своих мы воспитываем так же, так

же вставляем им в голову запреты, обязательные программы и «законы».

А как же будет в Будущем, в новом цикле? Будет по-другому: «Живу на чистовик» уже сегодня, радуюсь всему тому, что есть у меня на данный момент, тем самым открываю Дверь всем благам Мира. Моя сегодняшняя радость, уверенность, открытость – это сообщение Вселенной о моей готовности получить желаемое самым лёгким, благоприятным для меня способом, без муки, без борьбы, без напряжения, а с интересом, с активным любопытством, с познанием новизны и с Вдохновением. Всё это мы включаем уже сегодня, памятуя о том, что моё «сегодня» – это моя программа на «завтра».

Само Будущее, в котором нам предстоит жить, сильно поменяется, так как старая матрица вибрационно соответствовала третьему измерению, а в четвёртом и пятом, в более высоких вибрациях она существовать не может. В высокие вибрации не могут попасть такие проявления, как агрессия, обман, подавление, насилие, грубое манипулирование, эмоциональный шантаж, предательство, гнев, злость, ненависть, зависть и т. д. Не могут попасть, так как не резонируют с вибрациями четвёртого-пятого измерения.

До планетарного Перехода эгрегоры (нефизические энерго-информационные коллективные структуры) были посредниками между людьми и высокими уровнями тонкого Божественного Мира, например религиозные эгрегоры как по-

средники при общении человека с Богом. В будущем на более высоких уровнях вибраций низкочастотные эгрегоры существовать не могут, они трансформируются. Уже сейчас возникают так называемые планетарные «сети Единения». Каждый из нас будет чувствовать всеобщую связь со всеми, так проявляет себя полевое Сознание Единства, соответствующее пятому измерению. Пробуждение даёт возможность прямой связи со своим Высшим Я, с «Аз есмь» в рамках новой созидательной планетарной модели.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.