

КИРА ДАН

**СПОСОБОВ**  
ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ  
ПОДЗАРЯДКИ

**Кира Дан**  
**12 способов энергетической  
подзарядки. Как получить  
импульс для сотворения  
своего прекрасного мира**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=71179054](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=71179054)*

*12 способов энергетической подзарядки. Как получить импульс для  
сотворения своего прекрасного мира:  
ISBN 978-5-04-212264-4*

### **Аннотация**

Книга убеждает читателя, что всем пора осознать, что не существует учителя, гуру, наставника, который укажет нам путь к ресурсному состоянию и смысл жизни. Чужие учения и рекомендации неприменимы к построению нашей собственной Вселенной, потому что мы уникальны. В книге приведены двенадцать способов энергетической подзарядки и примеры автора, что и как нужно делать, чтобы не сомневаться в своих безграничных возможностях.

# Содержание

О книге	9
Введение	14
Глава 1	19
Конец ознакомительного фрагмента.	23

**Кира Дан**

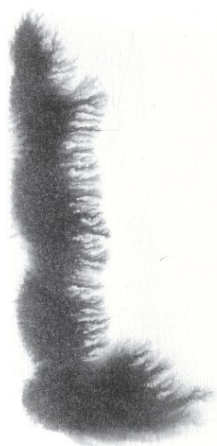
**12 способов энергетической  
подзарядки. Как получить  
импульс для сотворения  
своего прекрасного мира**

© Текст. Кира Дан, 2024

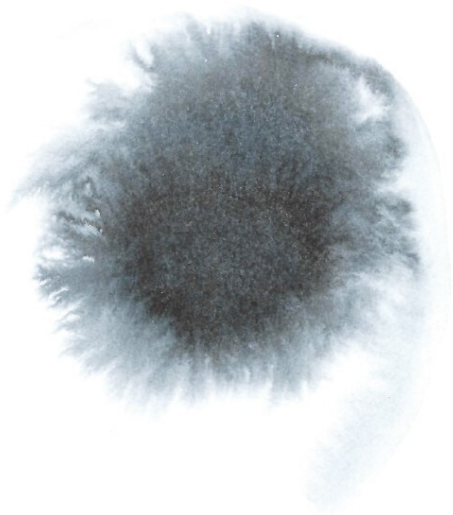
© Рисунки в блоке. Кира Дан

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

\* \* \*









# О книге

Автору этой книги удалось продемонстрировать как красоту возможностей человека, владеющего многими энергетическими техниками, включая регрессионные, психоаналитические и интуитивные, так и врождённые свойства человека, открытого для самопознания и исследования мира.

На собственном примере Кира Дан показывает, что наша жизнь может быть интересной, увлекательной и наполненной открытиями.

Содержание глав последовательно открывает для читателя 12 методов работы над собой, с помощью которых можно не только улучшить своё самочувствие, но и решиться на поиски индивидуальных способов наполнения себя энергией. Почему именно 12 способов? Ответ на этот вопрос вы тоже найдёте в этой книге.

Я – регрессионный терапевт, практикующий в энергиях поддерживающих пространств. Выполняя приёмы расслабления и лёгкого погружения регрессанта в пространство своей души с помощью энергий Рейки, мы следуем за этой энергией. Мне в ходе моей многолетней практики регрессионного терапевта выпала честь (без иронии) быть проводником-регрессологом в миры моих клиентов. И я понимаю, как рождается и открывается информация, подобная той, что содержится в этой книге. Совсем скоро эта тайна станет

известна и вам.

Уверена, что каждая написанная здесь фраза и все 12 способов наполнения энергиями были прожиты и глубоко прочувствованы Кирой. Работа в канале высокочастотных энергий позволяет прикоснуться к первоначальной истине, скрытой в душе каждого человека. Это удалось и автору. Именно после такого соприкосновения ощущаешь необходимость поделиться своими открытиями со всем человечеством.

Думаю, ни для кого не секрет, что в каждом из нас есть неповторимый внутренний Мир, и автор призывает каждого открыть этот Мир для себя. При всей своей неожиданной простоте написанное здесь заставляет читателя поверить в свои силы и начать свой путь к наполнению живительными энергиями.

Дорогие друзья, всё, что вы прочтёте, слегка напоминает сказку. Чтение увлекает и уносит вслед за рождающимися образами, ощущениями и эмоциями.

Я думаю, вы помните, как в детстве слушали захватывающую историю, которая отзывалась в вас и увлекала в свой сказочный мир... Похожие ощущения возникали у меня во время чтения книги Киры. Так обычно начинается волшебство преображения, пережить которое я желаю вам.

Если эта книга оказалась в ваших руках, имею смелость предположить, что вы столкнулись с какими-то противоречиями в своей жизни и чувствуете небольшое (или уже значительное) опустошение. Значит, пришло время побыть на-

едине с собой. Подумать. Помечтать. Наполниться.

Книга Киры Дан – отличный вариант сначала отправиться в путешествие вслед за автором, а затем попробовать создать (или вспомнить) свой Мир, полный открытий.

Прочсть эту книгу о 12 способах исцеления и восстановления значит дать себе ещё один шанс услышать свои потребности, пойти за собственным интуитивным импульсом к Свету. Позволить себе войти в Мир, о котором вы знали в детстве (не скрывайте этого, ведь знали!), но почему-то забыли.

Невероятный Мир с уникальными энергиями всегда живёт внутри каждого из нас.

Он ждёт, когда мы вспомним к нему Дорогу!

*Ирина Барсукова, психолог, регрессолог, астролог,  
мастер Рейки в традиции Микао Усуйи, парапсихолог,  
основатель метода создания поддерживающего исцеляющего  
пространства*





# Введение

**Дорогой мой читатель,!**

Вы – обладатель развитой интуиции. Именно поэтому вы взяли в руки эту книгу.

Наверняка вы не раз **уже пробовали** улучшить качество жизни, применяя различные методы, советы и рекомендации, но, признайтесь, вы ведь всегда чувствовали, что чего-то во всём этом не хватает, правда? Не работает ни одно, ни другое. **Не работает!** Чаще всего вы бросали начатое, испытав разочарование в очередной раз, и останавливались на выводе «я не такой способный, как мой учитель (гуру, коуч, преподаватель, автор книги и т. п.), поэтому у меня и не получилось и не могло получиться».

А дело вот в чём: эти методы не работают с вами, потому что их **создали не вы!** Как именно вам наполняться энергией, получать информацию, менять себя и мир вокруг, знает только ваше Высшее Я. Никто из когда-либо живших на земле людей или прочих высших и низших существ не даст вам ответ на эти вопросы. Вам надо найти свой метод.

Всё просто! Очень просто! **Волшебно просто!** Никому не верьте, что только годы тяжёлого самосовершенствования смогут приблизить озарение. Каждый день вы будете получать новые подтверждения силы своего волшебства.

Это не список рекомендаций и не учебник, скорее, ан-

тирекомендация. И она звучит так: **вы должны и сможете придумать, увидеть, услышать, прочувствовать, создать свой способ получения своей информации, создать свою картину мира, в которой вы найдёте способы своей энергетической подзарядки.**

Считайте мой опыт одним из примеров того, как это можно сделать, а «12 способов энергетической подзарядки» – шаблоном, отправной точкой для развития вашей уверенности (уж если у неё получилось, то я точно смогу!).

Если после прочтения этой книги к вам придёт хотя бы одна идея, озарение, догадка, как жить и радоваться жизни, – этого будет достаточно, согласитесь.

Итак, все советы всех учителей и самых мудрых книг в мире вам не подходят, потому что они не для вас. Ведь вы **уникальны**. Все уроки, курсы, статьи предназначены для того, чтобы дать вам лишь импульс к созданию собственной волшебной палочки и собственной Вселенной.

Просто до этого никто не захотел вам признаться, что не знает, как сделать **вашу жизнь** радостной и наполненной божественным смыслом. А я говорю: я не знаю, как сделать счастливее вашу жизнь, но знаю, как я сделала **свою**. Ничего от вас не скрывая, я расскажу, какие картинки и инструменты мне понадобились для построения моей Вселенной.

Если то, о чём я пишу, пригодится вам, я буду очень рада, это супер! Главная моя задача – дать толчок, примерно обрисовать, о чём вам стоит подумать и что необходимо по-

чувствовать, чтобы начать выстраивать свою Вселенную.

Отбросьте серьёзность, необходимую для изучения научных трудов. Станьте на вечер, пока вы читаете эту небольшую книгу, просто **ребёнком**, которым вы были и который точно знал, что обладает волшебной силой. Вспомните, вернее, разрешите себе не прятать стыдливо это воспоминание, не задвигать его («глупости какие!»).

Вы не представляете, как легко вам будет отказаться от любых авторитетов и найти в своём лице главный и **единственный авторитет** в вашей жизни! И как быстро будет расти ваш интерес к познанию себя, к созданию вашей Вселенной! И как интересны вам станут люди, которые точно так же находятся в творческом процессе сотворения собственного мира!

У нас много серьёзных – и иногда обоснованных – сомнений в собственном всемогуществе.

Живём ли мы в матрице, будь то в прямом или в переносном смысле? Есть ли вечная жизнь? Это не имеет значения. Сейчас главное для меня и для вас – получить импульс для творчества, для **со-творения** своего прекрасного мира.

Есть множество гипотез (именно гипотез, а не теорий) строения Вселенной, деятельности мозга, взаимодействия космических законов. Нам кажется, что мы теряемся в этой информации, что нам и за всю жизнь не разгрести информационный хаос. До истины и окончательного знания никогда не докопаться. Это подавляет. Но важно слышать лишь **соб-**

**ственный голос** своего Высшего Я. И уверенно отказаться от чужих голосов, чужих примеров и поучений.

Наши с вами Вселенные всегда будут разными. С плоской или шарообразной Землёй, с возможностью перевоплощения или без неё – неважно. Мы никогда друг с другом **не договоримся**. Всё вообще по-другому, и мы до конца не узнаем, как именно, потому что всё **меняется**, и не о чем спорить. То, что мы пытались познать и описать вчера, зафиксировать с помощью научной теории, сегодня уже изменилось...

Предлагаю и вам убедиться, что другого пути нет – только самим начать создавать свою Вселенную.

**Давайте сотворим всю мудрость мира заново, именно для себя.**

*Искренне ваша Кира Дан, автор*

A handwritten signature in cursive script, reading 'Кира' (Kira). The signature is written in black ink on a white background. The letters are fluid and connected, with a long, sweeping underline that curves back under the word.



# Глава 1

## Обнуляемся белой энергией

Тёплый свет в комнате. Солнце. Солнце светит всегда. Вы удивлены? Даже в пасмурный день оно есть где-то за облаками и обязательно явится вновь. Постоянство! Или переменчивость? Впрочем, это одно и то же. И одно без другого не существует.

В любой день мы радуемся чему-то новому. Есть солнце на небе или нет, мы ощущаем его энергию. Дождь или ветер за окном – мы сами **всегда у себя есть** и можем попробовать что-то интересное.

Нас с детства завораживает волшебство. А у каждой волшебной сказки есть начало. Надо подготовиться: прожить тот особенный момент перед чтением, когда хочется удобно усесться, или перед просмотром фильма – выключить свет. Настроиться...

Я не знаю, почему именно **белая энергия** меня настраивает, очищает, смывает все тревоги, страхи и неудачи, открывает путь для вдохновения и готовит к волшебству. Почему белая – не понимаю, но пусть будет белая. Ваша энергия может быть любого цвета.

Хочу коротко описать, как это работает у меня, а вы, вообразив то, о чём я пишу, попробуете сами. Здесь важно пой-

мать **импульс** – что именно происходит с вами внутри вашего пространства. Уловить момент волшебного соприкосновения, когда возникает то самое «Ага, почувствовал!».

Для меня есть разница между «Ага, почувствовал!» и «Ага, понял!». Если я в этой книге по ошибке напишу «надо понять» или любой другой глагол, относящийся к деятельности мозга, логике и рациональному мышлению, – ловите меня на противоречии.

Ничто из происходящего в волшебной Вселенной не управляется **процессором**, которым является наш прекрасный и сложный **мозг**. Первична не обработка полученной информации, происходящая в черепной коробке, а то, что мы называем иррациональным, духовным, или ассоциативным восприятием. Божественным. Высшим. Тем, что улавливают ваши чувства, интуиция и **Высшее Я** (как бы вы его сами ни называли). Высшее Я воспринимает и ощущает, но никогда не думает и не делает выводов на основании информации, имеющейся в голове, то есть уже считанной и уложенной мозгом на подходящие «полки».

Буду достаточно вольно определять термины «мозг», «ум», «разум», потому что после долгих размышлений, изучения специальной литературы и лекций ведущих профессоров и мировых экспертов мне понятно, что ни я, ни они о мозге **не знаем** ничего такого, что способно было бы изменить нашу с вами жизнь к лучшему и превратить её в источник радости. Так что оставим классификацию, ссылки на ли-

терапию и научные определения за рамками этой книги. Поверьте, так тоже можно.

Чтобы было яснее: я – учёный, кандидат технических наук, занималась математическими методами оптимального управления в сложных динамических системах, той самой rocket science. Вот почему в моём отношении к точным научным определениям нет пренебрежения, только опыт собственного развития за рамками ограниченных замкнутых систем, коими являются научные теории.

Итак, мизансцена такая: вы спокойны и в предвкушении чего-то приятного. Стоите в комфортном месте. Или представляете, что стоите, хотя можете сидеть или лежать. У вас закрыты глаза, тело совершенно естественно расположено в пространстве и не напряжено. Теперь представьте, что на макушку вам льётся белая невесомая энергия, похожая на дым. Дым стекает по телу медленно, так, как вам хочется. Его плотность и температура вам очень нравятся, и вы улыбаетесь. Вы стоите и умываетесь белой энергией столько, сколько вам понадобится. Можете поднять голову вверх – там белое Солнце, божественный свет, из него течёт эта чистая энергия. Посмотрите под ноги – там совсем не страшно, но очень глубоко. В бесконечную глубину уходит тёплая темнота, куда стекает дым.

Вы точно знаете, что это вы, но она (или он) – какая-то другая, знакомая с этим бесконечным пространством. Устойчиво стоящая, не отвлекающаяся на мысли, потому

что их нет. Осталось только приятное телесное чувство прикосновения тёплого белого дыма и покой на душе.

Почувствуйте, как что-то неприятное уходит. Белый дым уносит тревоги и страхи. Тут вы обязательно вздохнёте – как будто получили разрешение снова дышать.

Постойте ещё. Подышите. Намеренно долго выдохните. Двигайтесь. Улыбайтесь. Чувствуйте, как разжимаются челюсти и, возможно, даже слезы подступают совсем близко.

# 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.