

18+

Юлия Котяева

Жемчужная тиара



Юлия Котяева

Жемчужная тиара

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72833422

ISBN 9785006840492

Аннотация

Основная идея книги: Человек – это совокупность энергий и идей, которые требуют постоянной гармонизации и согласования. Непризнанные или подавленные аспекты личности негативно влияют на здоровье и судьбу человека. Книга призывает читателей исследовать собственную природу, обнаруживать подавленные и вытесненные аспекты и интегрировать их, обретая полноту и зрелость. Это руководство по внутреннему совершенствованию, богатое практическими рекомендациями и глубокими инсайтами о человеческой природе.

Содержание

ПРЕДИСЛОВИЕ	5
ГЛАВА 1 ЖЕМЧУЖИНЫ	6
Медитация – основа основ	6
Мир Энергий и Идей	10
Почему болеют хорошие люди, а плохие живут долго?	17
Базовые настройки	19
ГЛАВА 2 МНОГОУРОВНЕВАЯ РАБОТА	22
С чего начать? Тело – отражение высших принципов	22
От Идеи до состояния	26
ГЛАВА 3 РАБОТА С ТЕЛОМ	30
Гармония Мужского и Женского	30
4 Стихии: Воздух, Огонь, Вода и Земля, типажи	33
Шаманское путешествие, как инструмент отслеживание блоков	38
ГЛАВА 4 МУЖСКОЕ И ЖЕНСКОЕ	42
Мама и Папа: Создай внутреннЕГО Мужчину и Женщину	42
Конец ознакомительного фрагмента.	44

Жемчужная тиара

Юлия Котяева

Мне хотелось показать, как я люблю, но меня высмеяли.

Мне хотелось светить, но мне сказали, что я не Солнце, а лишь факел в их руках и раз они его зажгли, то и потушат в любое время.

Мне хотелось стать птицей и полететь высоко, мне подрезали крылья и сказали, что с высоты больно падать.

Я упала, мне сказали, что все здесь, и ты будь, как все...

И только с помощью своего осознания можно встать и пойти дальше и слышать только того, кто зажег твою Звезду...

© Юлия Котяева, 2025

ISBN 978-5-0068-4049-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ПРЕДИСЛОВИЕ

Данная книга является продолжением первой книги «Мемуары Жрицы Лили», в которой описываются основы, и идет подготовка читателя к практической части, которая и будет освещена в данной книге. Тиара- это украшение, которое носится на голове. Корона (голова) символизирует в то же время власть. Власть, прежде всего над собой, над своим выбором, своими идеями, мыслями, реакциями на происходящее вокруг, над своим восприятием, над своей жизнью, наконец. Но это вовсе не значит, что нужно ставить себя превыше Бога. Это значит, что необходимо развивать в себе данные качества.

Жемчужина, как она образуется? Маленькая песчинка попадает в раковину моллюска, причиняя неудобства. Ему это не нравится, и он начинает обволакивать ее своей субстанцией- перламутром, превращая в жемчуг несравненной красоты. Так и у человека, его собственные установки часто причиняют ему немало страданий и мешают двигаться по жизни. Чтобы справиться с ними и измениться, необходима длительная работа над собой. Так, из горстки песка, возможно создать свое жемчужное сокровище, которое будет неотъемлемой частью тебя и с помощью которого возможно будет творить чудеса, перестав тратить попусту энергию на ранее бывшие в жизни негативные обстоятельства.

ГЛАВА 1 ЖЕМЧУЖИНЫ

Медитация – основа основ

Человеческий мозг воспринимает одинаково то, что происходит в реальности, и то, что мы фантазируем, при условии, что эта фантазия пропитана теми же эмоциями, чувствами, ощущениями, как если бы это происходило на самом деле. Поскольку в результате таких действий в реальности закладываются определенные программы в бессознательное, то и в результате внутренней качественной медитативной практики возможен такой же результат, возможно исправить то, что заложено некорректно. На этом базируется данная книга.

Для того, чтобы освоить методы, описываемые в данной книге, необходимо научиться правильной медитации, правильнее сказать работе во Внутреннем Храме, то есть внутри себя. Многие, когда слышат слово «медитация» сразу представляют состояние расслабления. Безусловно, для работы во Внутреннем Храме это также необходимо уметь делать, чтобы работа была более эффективной- это предварительная подготовка. Сама же работа заключается в умении ярко и четко представлять вещи, события, ощущения, свои переживания. Этому тоже надо учиться, все приходит с практи-

кой и наработкой. Только подумайте, чтобы научиться бегло читать, Вам тоже понадобилось минимум 4 года начальной школы ЕЖЕДНЕВНЫХ практик. Здесь то же самое, чем чаще делаете, тем проще и эффективнее получается. Мир устроен так, это один из Герметических Законов, Закон подобия гласит: «Что наверху, то и внизу, что внутри, то и снаружи». Это говорит о том, что вся работа, проделанная внутри себя, обязательно будет отражаться на внешнем мире. Это ключевое. В этом вся суть книги и практик, весь эффект от которых будет «материализован». Итак, как же научиться правильно и эффективно медитировать? Еще раз повторю, надо практиковать и наблюдать за собой и своими ощущениями. Мне встречались люди, которые не могут в своей голове удерживать определенные образы на внутреннем экране, в таком случае надо начинать с самого простого, взять простой предмет и в течение 5 минут с закрытыми глазами представлять его, дальше можно усложнять. Далее уже использовать образы, подключать ощущения, свои чувства, напитывать картинку эмоциями, чтобы они буквально оживали, это похоже на мечты, думаю, все когда-либо мечтали. При этом предвкушали желанное событие и испытывали чувства, возможно даже это отражалось в теле- учащением сердцебиения, например.

Вообще, при работе внутри себя очень важно научиться/уметь отчетливо представлять предметы, испытывать тактильные ощущения, запахи вкусы, то есть чем больше вы

воспринимаете воображаемый мир всеми своими органами чувств, тем эффективнее работа. Это очень увлекательное занятие, оно также способствует расслаблению, развивает правое полушарие мозга, нарабатывает творческие качества, но самое главное, очень приятно замечать, как начинает меняться мир вокруг Вас уже во внешней среде после подобных практик.

Многие работы во внутреннем пространстве лучше начинать с представления пространства, в основном, берется пространство света, но зависит от метода и целей. Далее, когда свет рассеивается, Вы должны увидеть себя в какой-то местности (обычно в медитации все это описано, я сейчас даю общие рекомендации). Далее идет путь, который надо представлять очень точно, со всеми тактильными ощущениями. То есть, если Вам предлагают идти по лесу, то вы ощущаете под ногами лесной покров, который при каждом шаге шуршит и уминается, как ворс ковра, слышите пение птиц, журчание ручья, ощущаете запах леса и т д до мельчайших подробностей. У Вас могут возникнуть ощущения прохлады или мурашек по коже- это совершенно нормально и даже очень хорошо.

Если же Вам предлагается пересечь реку вплавь, то Вы представляете, как заходите, температуру воды, ее консистенцию, как плывете, каждое движение, чем четче, тем лучше, большой ошибкой будет в один миг пересечь реку, гору, лес, поле и так далее. Путь- подготавливает Вас к основной

работе в медитации, а также расслабляет, поэтому не пренебрегайте данным действием.

После пройденного пути, как правило, следует основная часть работы, Вы оказываетесь в другой локации, где Вам будет предложено совершение тех или иных действий и манипуляций. Опять же, не устану повторять, их необходимо делать как можно ярче представляя все досконально всеми органами чувств, от этого зависит эффективность от проделанной работы. Заключительным этапом является возвращение в свое физическое тело, либо через пространство света, либо обратным путем, который может быть уже не таким точным и ярким, как дорога в начале практики.

Мир Энергий и Идей

Мы существуем в мире энергий и Идей. Все, что есть, сотворено Богом. Причем сотворение идет «сверху» с тонкого плана, постепенно сгущаясь, проходя свои уровни и в итоге материализуясь в плотном физическом мире, где свойства физической материи нам достаточно знакомы. Несколько слов и примеров на пути сгущения я попытаюсь привести. Человек имеет очень сложную структуру, у нас есть мыслительные процессы, интуитивные предчувствия, чувствования, различные эмоции и чувства, отношения к происходящим событиям, реакции нашего тела-ощущения. В каждом человеке есть «частицы» всего, что существует в этом мире, это уже человек обозвал все «плохим» и «хорошим», давая эмоциональную окраску тому или иному событию или явлению чисто субъективно, объективно же абсолютно все события и явления нейтральны. Например, возьмем Идею жизни, ее противоположность смерть, но, в общем и целом, это два полюса одного явления, так как без жизни не может быть смерти и наоборот. Но зачастую человек к первому относится положительно, ко второму отрицательно. Проходя по всем вышеописанным человеческим структурам, идея смерти и жизни вызывает в человеке определенные мысли, чувства, эмоции. Например, смерть может, в конце концов, вызвать чувство страха, закрепиться в человеке такой кон-

фигурацией и вызвать в теле определенные реакции нервного или даже соматического характера. Хотя в идеале Идея смерти для человека должна быть воспринята абсолютно нейтрально и соответственно, не должна приводить к неприятностям в теле. Это как показательный пример прохождения Идеи от ее Источника в плотность с максимальным искажением, хотя максимальное искажение в данном случае будет намного хуже — здесь уже располагаются различные девиантные личности. Идей достаточно много и все они имеют свои проявления. За всю историю человечества они формируют «каркас» человека, то есть его инстинкты, менталитет, шаблоны поведения, привитые в семье, в психологии некоторые из них называются Архетипами. Все мифы (в том числе писания), сказки, предания, поверья, так или иначе, отображают тот или иной Архетип (Божество, Герой) или Идею. Которая веками передается из уст в уста, формируя, таким образом, внутренние устои человека. Но не все сказки полезны и применимы ко времени... Зачастую требуется корректировка или возвращение Идеи в себе, для более эффективной жизнедеятельности, внутреннего комфорта и согласия с собой. Чтобы шагать по жизни, с возможностью взять от нее все, и оставить после себя наследие потомкам. Именно поиском, принятием и коррекцией Идей в своем мировосприятии мы и будем заниматься в данной книге.

Любая деятельность человека всегда начинается «сверху», то есть с Идеи. Она возникает, человек ей зажигается,

и чем ярче она «горит», тем больше шансов на успешное ее воплощение. Но только света Идеи мало, постепенно спускаясь до реализации и воплощения в жизнь, необходимо поработать и воплотить в жизнь и другие составляющие успеха: планирование реализации, поиск сильных и слабых сторон, сам замысел, знания по данному вопросу- все это относится к ментальному уровню реализации Идеи. Вера в свое предприятие, риски, волевые решения, страхи, работа с ними и т.д. - это уже психологический аспект воплощения Идеи. Контакты, продвижение, взаимосвязи в социуме, в том числе с сотрудниками – это личностный, социальный аспект. Качество самого продукта или услуги, его подача (эмоциональная или оформительская- упаковка) – это эмоциональный аспект воплощения Идеи. То есть из данного примера можно заметить, что любое воплощение в физической реальности проходит несколько этапов, начиная от Идеи и проходя успешно все уровни, реализуется в жизни. Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что очень важно проводить работу над собой, открывая и принимая в себе все новые и новые качества и навыки.

Если подняться совсем высоко, к тому, что человек не может познать своим разумом и на своем уровне существования, то мы можем уловить лишь то, что исходит от Создателя- Идеи, все начинается с них. Причем сами Идеи на том высоком Божественном уровне не дуальны. То есть, как в примере выше, Идея жизни содержит в себе и смерть.

Это уже на более низких человеческих уровнях восприятия идет разделение (двойственность, дуальность) – то есть представление Идеи в двух полярностях (Жизнь-Смерть, Любовь-Ненависть и тд.). Но это способ мышления, нет в нем ничего страшного.

По мере проистекания изначальных «чистых» Идей от источника Бога они проходят в более грубые слои человеческого существования- ментальный слой, эмоционально-чувственный и прочие. По мере этого прохождения, Идеи несколько искажаются. Это как луч, проходящий через призму, преломляется и на выходе представляет собой уже нечто иное. А инструментом этого искажения, если это так можно назвать, служат изначально заложенные в каждом человеке идейно-ментальные программы (шаблоны). Которые формируются у маленького ребенка, начиная с процесса его воспитания и социализации: ребенок впитывает в свои ментальные конструкции способ мышления, восприятия, мировоззрения, все от местности, где он родился, какие традиции существуют в этом обществе, то есть обретает свой менталитет, религия тоже играет свое значение в формировании ментальных конфигураций человека. Шаблоны поведения ребенок часто копирует у своих родителей или тех, кто его воспитывает. Поэтому зачастую у детей передаются с такими шаблонами от родителей даже хронические заболевания. Все это, конечно, происходит неосознанно и на подсознательном уровне. Затем все Идеи подвергаются переоцен-

ке этими заложенными шаблонами и на выходе мы имеем у каждого свой взгляд на ту или иную ситуацию, свой способ справиться или не справиться с трудностями и так далее. Все это, повторяюсь, происходит неосознанно. Возможно, такая модель очень хороша собой в первобытном обществе, когда человеком правили инстинкты- что собственно тоже выработанные тысячелетиями «правильные» программы, позволяющие выжить в сложных экстремальных условиях. И мир был достаточно примитивным: поест, добыть огонь, не умереть от лап хищника, размножиться. С тех пор очень многое изменилось, да и человек стал другим. А механизм остался прежним. Инстинкты, или заложенные шаблоны в прямом смысле управляют человеком до тех пор, пока человек не поймет, что он может управлять ими, а соответственно и собой. Далее будут описаны принципы отслеживания и изменения неэффективных для Вас шаблонов, приведены способы работы с ними.

Как я пришла ко всему этому? В первой моей книге «Мемуары Жрицы Лили» описаны многие этапы моей жизни, там можно проследить мое становление, как личности, мое развитие. В определенный момент я стала замечать, что мое развитие в некоторых областях достигло успехов, но дальше движения нет. В то время, как я чувствовала, что есть некий балласт, который где-то есть, я его не вижу, но ощущаю, это очень странное чувство. В общем, дело обстояло в том, что то, что было вытеснено и находилось в моем под-

сознании, что я не контролировала, чего страшилась и чего избегала, стало давать о себе знать. Оно буквально кричало: «Обрати на меня внимание, иначе будет взрыв». Но я не знала, что это, и, тем более, что мне надо предпринять, что с этим делать. Пока все не рухнуло. Не буду углубляться, в первой книге есть информация об этом. Но все то, что я считала своим, во что я верила и чем жила ушло из моего сознания в подсознание, я вытеснила это, у меня не осталось ничего... И вот тогда, попав в эту яму (возможно, на научном языке это охарактеризуют словом «депрессия» или чем-то близким к этому) я поняла, что я либо верну все свое обратно, либо погибну. И начался долгий поиск способов возврата. Причем возвращала я это все только с тем условием, что мне приходилось прорабатывать параллельно все то, что было подавлено и вытеснено изначально, то есть все то, что кричало мне за некоторое время до того. Соответственно, из моего опыта и сложена эта книга. Здесь собраны действующие способы, которые могут помочь даже в очень сложной ситуации, при условии, что у Вас будет сильная Воля и желание это преодолеть. Кому —то может помочь стать сильнее в некоторых сферах деятельности, избавиться от страхов, навязчивых состояний, обнаружить неэффективные шаблоны и заменить их на более конструктивные, тем самым убрав из жизни «плохие» внешние обстоятельства, возможно, даже избавившись от хронических заболеваний, обрести более сильные личностные качества, стать более со-

вершенным, развить в себе новые навыки и прости расширить свой кругозор.

Почему болеют хорошие люди, а плохие живут долго?

Если, в общем и целом, то ответ прост. Ну, во-первых, разберемся, что значит «хорошие и плохие» в данном контексте. «Хорошие» – это те, которые перед людьми держат свое лицо, они вежливы, отзывчивы, приветливы, в общем, к ним не придерешься. «Плохие» – лепят правду матку, ругаются, говорят все, как думают, часто являются энергетическими вампирами и могут вести аморальный образ жизни. И вот вопрос, почему первые болеют, а вторые нет? На самом деле болеют, конечно, все, но ведь он же «хороший» человек, за что это ему? А все очень просто, из той же психологии, из той же ТЕНИ Личности. Первые ее прячут, отрицают, подавляют, из-за этого они такие «идеальные», эта тень со временем уплотняется и проявляется в болезнь. Вторые же напротив, свою тень не зажимают, они такие, какие есть, у них в этом плане проблем меньше. Это факт. Это не призыв быть хамом. Это как пример, со своей тенью надо работать-принимать себя. Работа с отрицаемым в себе- это очень важная работа. И, безусловно, для получения результатов от методов, которые будут описаны в данной книге, необходимо будет проводить работу над собой и в этом ключе.

Когда мы что-то отрицаем, вытесняем, подавляем, как в себе, так и в окружающей действительности, мы блокиру-

ем энергию, которая могла бы быть у нас для реализации той или иной цели, и скорее всего для работы с этим «неудобством». Когда же «неудобство» будет принято, то уже это поспособствует выпуску энергии, которая шла на подавление, отрицание, обороны от «ненужного и неудобного». Ведь все, что существует в мире, все дополняет друг друга, необходимо не отрицать, не убегать от каких-то травматических вещей, а преодолев страх или неприязнь встретиться с этим лицом к лицу, потратив энергию на это.

Базовые настройки

Человек рождается в этом мире и имеет, как правило двух родителей, так заложено самой жизнью и природой- это своего рода программа. На самом деле родители могут и отсутствовать в жизни ребенка в дальнейшем, но эти роли, тем не менее, будут кем-то заняты. У человека есть тело, душа и дух. Душа- это связующее звено между телом и духом. Именно в душе «хранятся» психологические настройки- те качества, которыми человек будет пользоваться в различных ситуациях, благодаря которым он так или иначе будет смотреть на мир, происходящие вещи, иметь свою точку зрения по любому вопросу и свои реакции, а впоследствии и на основе которых будет совершать действия. Все это достаточно понятно. Также нужно понять то, что для всех одни и те же вещи будут иметь разный смысл, будет к ним разное отношение и поведение, что для одного будет «добром» в его понимании, для другого может оказаться «злом» опять же в его понимании. Базовые настройки человек приобретает при рождении- это своего рода человеческие инстинкты, а некоторые из них уходят корнями к первым животным, не зря все это контролирует рептильный мозг, он так и называется. Эти настройки сидят глубоко в подсознании и помогают просто выжить и тратить как можно меньше энергии и сил на процесс осознания и контроля.

Далее идут настройки, которые Ваш Дух привносит с собой из воплощения в воплощение, то есть это Ваши собственные прошлые жизни, достижения, падения и все, что из них может вытекать и формировать некую базу ценностей и шаблонов поведения. Они, как правило, тоже не осознаются и лежат в очень глубоких пластах подсознания. К ним можно выйти путем гипноза, регрессии, шаманского путешествия (медитации).

Следуют за ним ценности, шаблоны поведения те, которые используются в вашей общности, в которой Вы родились: страна, культура, религия и так далее- это уже приобретенные по мере взросления и интегрированные настройки этих институтов в психику человека.

Далее следует семья и род- вот здесь как раз мама и папа. Ни для кого не секрет, что для маленького ребенка эти два человека или те, кто их функционально заменяет, являются целой Вселенной, то есть именно через призму своих родителей ребенок учится реагировать на какие-то вещи, впитывает их привычки, ценности и тд.

Взрослея, ребенок начинает более осознанно подходить к своим встроенным шаблонам и может начать отторгать некоторые из них. На самом деле это вполне естественно, но надо даже эту процедуру делать с умом. Сначала принять то, что есть, как оно есть, осознать, что это для тебя не эффективно, и уже потом заменять чем-то более подходящим в данный момент времени или тем, что поможет

продвинуться вперед к Вашей цели. Отторгать неосознанно, пытаясь убежать, спрятаться, замаскироваться не получится, рано или поздно все всплывет на поверхность. И очень часто в самое неподходящее время, когда Вы будете на вершине, но дальше дороги не будет, развитие или путь к цели остановится, по той причине, что будут где-то сидеть Ваши когда-то отвергнутые, непроработанные шаблоны, придется к ним спускаться, забывать о своих целях и работать с этой проблемой. Зато, когда работа будет сделана, «настройки» Вашей психики отрегулированы Вы смело сможете идти вперед, добиваясь самых амбиционных задач.

ГЛАВА 2 МНОГОУРОВНЕВАЯ РАБОТА

С чего начать? Тело – отражение высших принципов

Думаю, ни для кого не секрет, что каждый человек имеет уникальное тело. Да, у каждого две руки, ноги, шея... но строение, безусловно, отличается. Задумывались ли Вы от чего у одного тело худощавое, у другого плотное, часто это не зависит от употребляемой пищи, точнее даже употребление пищи у всех разное, разный аппетит, разный обмен веществ... Замечали ли Вы, что это может также зависеть от Вашего настроения, Вашего душевного комфорта, Ваших мыслей и так далее? От движения энергии в Вашем теле. От влияния токов планет с их свойствами, как Вы их проявляете в себе. От энергии пяти элементов, как принято в Аюрведе и восточной медицине. Более легкий, стройный, худощавый человек в себе имеет такие элементы, как Воздух и Огонь- они достаточно тонки, напротив же коренастые, плотные люди в основном состоят из энергий Земли и Воды- они более тяжелые и плотные. Можно даже проследить такую закономерность, раньше крестьяне в основном

все были плотными, поскольку трудились на Земле, аристократы же в основном барышни, часто имели стройные фигуры, поскольку занимались искусством, языками – то есть чем-то легким, воздушным.

Если это так, то возможно ли влиять на свое телосложение? Возможно, но это не просто... И надо подумать, на сколько Вам некомфортно в Вашем нынешнем теле, на сколько Вам не хватает тех или иных качеств, а может быть у Вас все в гармонии? Это первое, о чем Вы должны задуматься и проанализировать. Так как при дальнейшей работе по «преображению» своего тела, несомненно, изменения коснутся и других сфер жизни. Нет, не резко и не кардинально, во все же... Если же необходимость в корректировке фигуры имеется, и Вы твердо решили это сделать, то предлагаю методы по изменению физической оболочки.

Первое, что необходимо сделать- это до мельчайших подробностей прописать фигуру своей мечты у себя в сознании. Далее, как можно чаще представлять себя в новом теле (оговорка, понятно, что если у Вас широкая кость и у Вас очень кривые ноги, то думаю, объяснять не надо, что в балерину моментально Вы не превратитесь, но все же кое-какие изменения будут происходить). Так что необходимо объективно оценивать свои возможности и идти шагами, то есть заметили положительные изменения, можно формировать дальше нужный образ, не резко, постепенно, тогда и результат будет. Образ формирует очень подробно, буквально

но до каждой мышцы- вот здесь нарастить, вот этот жирок убрать.

Еще хотелось бы поднять вот какую тему. Я начала с того, что говорила о некоторой зависимости конфигурации тела, в том числе и черт лица от характера человека (опять же имеется в виду ценности, реакции, модели поведения и тд). Это хорошо можно заметить на близнецах, они хоть и рождены в одной стране, семье, но все же разные люди. Поэтому некоторые их собственные черты (модели поведения, ценности, реакции, программы) у них имеются от этого можно видеть разницу в их внешности, и, полагаю, если провести эксперимент над несколькими парами и полностью разделить их и задать совершенно разный вектор, то через несколько лет это будут лишь похожие люди.

К чему я это все говорю, к тому, что сейчас очень модно применять пластику в коррекции черт лица, тела. Очень часто эффект бывает противоположным, что отталкивает людей от такой «красоты»? Дело в том, что любой человек, не осознавая этого, считывает информацию о другом человеке на уровне подсознания. Это происходит настолько быстро за миллисекунды, что это невозможно уловить. А поскольку есть связь внешности человека с его внутренними «настройками», которые как раз и улавливает подсознание, то в итоге получается дисбаланс, то, что считало подсознание, не вяжется с тем, что видит человек перед собой. Это вызывает неправильную интерпретацию и дезориентирует. Отсю-

да и негативное отношение.

От Идеи до состояния

На самом деле это очень важная тема. Ведь все начинается с Идеи. Если у человека хорошо развита идеологическая составляющая, она крепка, ее невозможно сломить ни чужим мнением, ни негативным опытом (который случается абсолютно у всех), то этот человек имеет внутренний стержень и способен притворить выбранную Идею в жизнь.

Написание данной книги- это тоже Идея, но Идея не в качестве замысла (хотя это тоже), а именно то, что эта книга несет определенную Идею, которая через нее же передается другим людям, и она уже либо откликается в них, либо нет. Здесь стоит помнить, что самые «нестандартные» идеи имеют право на существование и не стоит отказываться от них, даже если Вы считаете, что их никто или мало кто разделяет. Быть может, именно Вы будете проводником такой Идеи в этот мир. И почитатели всегда найдутся.

Итак, какими методами и способами можно нарабатывать в себе связь с высокими Идеями? Здесь надо отметить, что работа в данном случае будет вестись по раскрытию и налаживанию контакта с Высшим Я, поскольку именно от него исходят «порывы» Вашей души, то, чем Вы загораетесь, то, что Вами движет по жизни.

Ценности- еще одна составляющая внутренней конфигурации каждого человека. Ценности идут следом за базовыми

Идеями, которые человек поддерживает, следует им и которые притворяет в жизнь. Они — следующая ступень, на которой основываются дальнейшие выбор и действия человека.

Мысли- очень интересный блок, поскольку (если не заходить сильно далеко в дебри) не всегда бывают Вашими. Но тем не менее, мыслительный процесс и то, как Вы относитесь к происходящим вещам, настраивают Вас на положительные мысли либо деструктивные, соответственно дальше приводящие к результату из:

Эмоций, Чувств, Желаний Ощущений.

Улавливаете цепочку? То есть в итоге Ваши ощущения буквально даже в теле- это ни что иное, как результат нисхождения от Ваших Идей до Ваших Мыслей, которые затем уже формируют цепную реакцию.

Покажу на простом примере: Человек загорелся Идей- спасение планеты, помощь животным, вегетарианство. У него соответственно вырабатываются ценности всего живого, помощи и прочее. Далее все мысли заняты этим, он эмоционализирует, когда слышит о бездомных животных, у него появляются желания всех обогреть и вылечить. Вот здесь сразу надо отметить, что есть два пути развития данной Идеи и всех последующих составляющих. Конструктивный и деструктивный- хотя Идея то вроде благая и вроде бы негатива никакого не должно быть. Если у человека вся цепочка работает «исправно» чисто, без искажения, то это будет, несомненно, конструктивные проявления, если же на ка-

ком-то этапе в человеке проявится его внутренняя деструктивная программа, то что мы можем видеть на выходе от всего этого: человека-фанатика, у которого дома 50 кошек, который обозлен на весь мир, что никто кроме него не помогает бедным животным, что все, кто едят мясо- просто убийцы и многое другое- вот это уже перегиб очень сильный казалось бы очень гуманной Идеи. Отсутствует гармония, нет баланса. Соответственно, человек будет испытывать лишь отрицательные эмоции, его чувства будут подавленные, желания накормить и обогреть сменятся желанием всех растерзать, кто не такие, как он. Ощущения тоже будет испытывать не самые лучшие.

А как будет при конструктивном развитии событий, если у человека все Идеи, Ценности и далее прошли гладко, не встретившись с его «негативными шаблонами»: мы можем наблюдать человека счастливого, от того, что он помогает посильно тем, кто в этом нуждается, никого при этом не задевая и не обвиняя, может создать фонд или приют для бездомных животных, выучиться на ветеринара и посильно помогать, в том числе бесплатно параллельно своей работе. Этот человек излучает позитив, затраченная им энергия возвращается к нему с процентами, у него все находится в балансе. Видите разницу?

Этапы сгущения «тонкой материи»: от тонкой, еле уловимой Идеи до грубого, физически ощутимого состояния: Идеи-Ценности-Мысли-Эмоции-Чувства-Жела-

ния-Ощущения (Состояния).

ГЛАВА 3 РАБОТА С ТЕЛОМ

Гармония Мужского и Женского

Многие, думаю, знают или слышали, что в каждом человеке, не зависимо от пола, есть и мужская, и женская составляющая: у нас есть правая и левая сторона тела, парные органы, мужские и женские гормоны и многое другое. Все это даже в теле заявляет задуматься о наличии этих двух основных составляющих. Но начинается то все с психики, с тонких материй...

Итак, еще Карл Юнг описал Архетипы человека: Аниму-женскую составляющую часть личности человека и Анимуса- мужскую часть личности. Их важно найти внутри себя, и научиться взаимодействовать, чтобы взять под свой контроль. Эти умения очень сильно могут изменить Вас и Вашу жизнь в целом. Как работать с данными частями личности будет описано далее в главе: Мама и Папа: Создание своих внутренних Женщины и Мужчины, а здесь будет дана вводная часть.

Человеку ближе всего тело, если в нем непорядок, это проявляется в лучшем случае, дискомфортом, болью, расстройством, в самом худшем- смертью тела. И понятно, что зачастую, симптомы идут по нарастающей, то есть сначала

ла небольшие намеки, если нет реакции (я сейчас не про таблетки и лечение медицинское), то симптомы усиливаются. Все дисбалансы тела- это дисбалансы в первую очередь в более тонких материях человека. Человек- в любом случае очень сложный организм, имеющий множественные составляющие и влияющие друг на друга системы. Многое зависит от психического, ментального настроения человека. Об этом было кратко и с примером описано выше в главе Идеи. Сюда же можно отнести и гармонию между главными составляющими личности- внутренним Мужчиной и внутренней Женщиной. Если очень кратко, то Женщина отвечает за такие качества человека, как забота, опрятность, красота, думаю, Вы провели аналогии. Мужчина же – поддержка, защита, опора, он как внутренний стержень, действия, активность и прочее. Вот вроде бы, все очень просто, но не тут-то было! На этом пути очень много своих нюансов, которые зачастую нам достаются в наследство от наших родителей, либо ситуаций из детства. Будучи еще ребенком, мы впитываем эти манеры и шаблоны и подсознательно они у нас хранятся в виде взаимодействий между нашими внутренними личностными составляющими, в данном случае внутренним мужчиной и внутренней женщиной. То есть внешнее, то, что видит ребенок в самом начале своего пути, как бы фиксируется и записывается у него в подсознании, вызывая в последующей жизни соответствующие идентификации себя, своего партнера, манеру поведения, восприятия, реакции и про-

чие эффекты.

Простой пример, если ребенок рос в неблагополучной семье, где отец пил, то есть не проявлял заложенных своих мужских качеств- защиты, опоры для своей семьи, соответственно, очень часто у ребенка будет также проявлен внутренний мужчина, то есть если это мальчик- ему будет очень трудно стать настоящим мужчиной- только если он осознанно будет себя создавать сам, а если это девочка- тоже ее внутренний мужчина будет забит, она либо найдет такого же алкоголика себе в мужа, либо наоборот абьюзера, так как у нее не будет своего внутреннего мужчины, чтобы психологически ответить внешнему. Естественно, это все корректируется и не обязательно, что именно так случиться. Иначе бы просто не было этой книги, которая и дает способы поиска себя и методы корректировки, заменяя деструктивные шаблоны поведения, внедряя эффективные программы, для создания себя целостного, счастливого, гармоничного, имеющего вдохновение на воплощение своих идей в реальности.

4 Стихии: Воздух, Огонь, Вода и Земля, типажи

Все, что мы видим в нашем мире, состоит из энергий четырех стихий: Огонь, Воздух, Вода и Земля. Они буквально проявлены во всем, в некоторых вещах стопроцентно, но в основном являются составляющими частями целого с разной долей составляющей каждого из них. Также и в самом человеке присутствуют все четыре элемента. У каждого свой индивидуальный состав, тут важна сбалансированность и гармония, как и во всем.

Многие процессы тоже идут по пути этих элементов, постепенно уплотняясь. Взять те же тонкие Идеи, которые затем обрастают также тонкой, но уже более уплотненной ментальностью, в виде мыслей, обдумываний, как и что делать, что вызывает определенные чувства, эмоции, ощущения в человеке- это уже более грубый слой, ну а сама реализация в материю- тут и так понятно, самая плотная энергия, материя, элемент Земли.

Также и с болезнями тела- многие болезни манифестируют воспалительным процессом- тонкий огонь дает свой жар, часто на этом вроде все заканчивается, но если причина не устранена, то болезнь переходит в хроническую и здесь помимо воспаления могут быть кисты (элемент Воды), камни (элемент Земли) и тд. Все идет по нарастающей от более

тонкого к более плотному. Поэтому важно замечать на корню, искать причину и устранять ее.

Как бы это загадочно и волшеббно не звучало, но даже конституция тела человека связана с вышеописанными элементами. Вы, наверное, замечали, что бывают люди коренастые взбитые, в них явно превалирует элемент Земля. Напротив- тонкие звонкие, прозрачные, стройные- это, само собой Воздух. Но самое интересное, что человек может изменить свое телосложение осознанием и усилием воли. Нет, конечно, вы не изменитесь кардинально, но все же какие-то коррективы в свое тело Вы внести сможете. В книгах Папюса есть описание соответствия частей тела и токов планет, соответственно и элементов и стихий. На своем примере могу сказать, что от природы имея очень хрупкое тонкое телосложение в определенный момент жизни, занимаясь практиками и пропуская через себя определенные потоки, сливаясь с ними, моя фигура приобрела совершенно иные формы. И, соответственно, когда был такой жизненный период, кризис, когда я все прекратила, отреклась от многого, ничем не занималась, то мое тело ответило мне соответственно.

Техника по «Созданию тела мечты»

Сначала Вы для себя выбираете образ, к которому будете стремиться. Еще раз повторяюсь, что очень сильные изъяны не превратятся в красоту, например, очень кривые но-

ги не станут красивыми, но все же несколько выправить возможно будет.

Итак, образ выбран, представьте его у себя в голове, Вы должны его легко представлять, потренируйтесь. Далее, в основном более плотное тело принадлежит к Земному элементу, более тонкое - к воздушному. Смотрите по аналогии, водная стихия - более налитое тело, например. Эти знания также можно применять для практики.

Основная часть данной практики заключается в том, что Вам надо ежедневно смотреться в зеркало, лучше в облегчающей одежде или без нее, и представлять Вами выбранный образ. То есть, сначала ВЫ смотрите в зеркало и видите себя, чем дольше Вы смотрите, то зрение начинает расфокусировку, и границы стираются. И вот тут подключаете свою натренированную заранее фантазию по надеванию выбранного образа на себя. И вот уже в зеркале Вы видите себя с новым желанным телом. Поверьте, если так делать постоянно, то тело будет меняться, ну, особенно если ко всему подходить комплексно и подкачивать осознанно опять же те места, которые хотите изменить, когда качаете или делаете упражнение, в зеркале представляйте, как изменяется или уже изменилось Ваше тело. Поверьте, это очень эффективно. Для обретения особого телосложения, если Вы поняли, какой элемент его поддерживает, можете подключить медитации, связанные с данной стихией или просто, чаще принимать ванны - элемент воды, быть на воздухе - ветер и т.д., но делать все

осознанно.

То же самое с чертами лица можно делать, делаете макияж и наблюдаете, как Ваши глаза становятся большими, открытыми, лучезарными. В этом есть некая магия макияжа.

Техника «Напиток красоты»

Это очень простая и приятная практика, которая может подарить Вам свежесть, энергию, красоту и обаяние. Выполняется в медитации, важно пройти путь и прочувствовать, ощутить все встречающиеся объекты. Начинаем с погружения в себя, успокаиваемся, ровное дыхание. Перед Вами поле, а в дали горы. Представьте, как Вы идете по лугу, как проминается трава под Вашими ногами, какой чудный свежий воздух. Он развивает Ваши волосы и одежды, ощутите это как можно четче. Далее Вы подходите к горе, Вам надо взобраться на нее, представляйте весь путь, с подъемом, как Вы цепляетесь за кустарники, чтобы подняться наверх, Наверху Вы испытываете ощущение свободы, чувствуете ветер, его энергию, начинаете спуск, когда спуститесь, Вас встретят очень красивые молодые люди, рассмотрите их, выберите ту или того, кто Вам понравится и начинайте как бы притягивать его энергию и красоту на себя, ощущайте, как вы становитесь более энергичным, молодым, активным, красивым. Чем ярче представите все мелочи, тем лучше. Не беспокойтесь, ничего ни у кого Вы не забираете, напитываете.

те себя. Далее Вы видите перед собой реку, плывите через нее, также представляя плеск воды, ваши движения, ее плотность. Приближаясь к другому берегу, нырните вглубь, погрузитесь в воду на какое-то время, а вынырните уже у берега, выходите на сушу. Там тоже Вас встречают прекрасные люди, проделайте то же самое, напитайтесь красотой, обаянием, свежестью и энергией от них. Далее постепенно ощутите свое тело и вернитесь в свое пространство. Я думаю эффект Вы заметите сразу, при выполнении нескольких таких медитаций.

Шаманское путешествие, как инструмент отслеживание блоков

Немного о подсознании. Подсознание – это своего рода облачное хранилище, которое хранит все данные о человеке, каждый его миг, каждую эмоцию и реакцию, сознание просто не может все это иметь в режиме включения. К тому же есть защитный механизм, который помогает нашему сознанию оставаться плюс минус «здоровым» и выбрасывает ненужную и болезненную информацию в подсознание- человек об этом спокойно забывает. Так устроена наша психика, мы ничего с этим не поделаем, но зная эти механизмы, мы можем доставать информацию из этого хранилища и работать с ней. Более того, подсознание подключено к общему полю человеческого подсознания, если это так можно назвать, входя в которое можно добывать любую информацию, не только о себе. Это используют настоящие экстрасенсы (никакого волшебства и шарлатанства), интуиция идет тоже из подсознания. С подсознанием разобрались, если кратко... Далее, при чем тут зажимы и на что они влияют? Зажимы есть у всех. Люди, занимающиеся спортом- немного устраниют зажимы, скажем так искусственно, но поскольку истинная причина не физическая, то физически полностью ее не устранить, только облегчить- не довести до критического состояния. Причина же большинства зажимов (исключо-

чая действительно, например, трудовые, когда человек физически подолгу находится в одном положении и тп) кроется в подсознании, точнее в той информации, что в него вытеснена. А вытесняется у человека все то, что ему неприятно: травмы, отрицательные эмоции и реакции, которые опять же не приняли, не разрешили себе, не прожили и тд. И вот эти подсознательные вещи, совершенно не освещенные нашим сознанием, начинают «жить» в нашем теле. Поскольку это отрицательные эмоции, то соответственно действуют и на наше тело, каждая в своем месте производит какой-то зажим. Далее все по цепочке, чем дольше и сильнее накапливается та или иная вытесненная эмоция в подсознании, тем сильнее зажим и вот уже на физическом теле помимо скованности и зажатости начинаются проблемы с органами, суставами и прочими вещами, невротические болезни и симптомы можно отнести сюда же. Это та же психосоматика. Есть же поговорка, что все болезни от нервов, ну не совсем, но похоже. Так что же делаем мы, когда у нас уже что-то заболело? Правильно- идем к врачу, а врач, что делает? Правильно, выписывает таблетку (если она существует), но только ни одна таблетка не действует на подсознание и Ваши проблемы, скопившиеся там. Поэтому многие заболевания хронические. То есть, не лечатся. Из всего вышесказанного можно уловить причинно-следственную связь и понять, каким образом можно вылечить то или иное заболевание. Убрав причину, а причина в подсознании, в той инфор-

мации, которая там накопилась, и которая не во власти сознания, мы ее не идентифицируем и не осознаем. Так как же найти эту причину в подсознании? Совершив погружение в свое бессознательное, то есть, зайдя в шаманское путешествие. Тут можно называть как угодно, гипноз по сути тоже шаманское путешествие, и да, есть доказанные случаи, излечения гипнозом. Работой с подсознанием. Вроде все логично объяснила. Но многие люди в это не верят, к сожалению, хотя, как по мне все очень просто и логично. Тем не менее, верят они или нет, но работает все так.

Практика шаманского путешествия

В шаманское путешествие заходим так же, как в медитацию, ложимся или удобно садимся, дышим, успокаиваемся, расслабляемся, можно использовать для погружения Шавасану- она расслабляет тело и погружает мозг в нужные частоты (главное не уснуть).

Но перед работой Вы должны себе наметить цель Вашего путешествия. Раз уж глава называется «Шаманское путешествие, как инструмент отслеживания блоков», то будем работать с блоками, на самом деле можно с любой целью совершать путешествия. Итак, отметьте, где в теле у Вас есть существенный зажим, который Вам мешает- это часто плечи, шея, живот..отсюда головные боли, хондрозы, неправильная работа ЖКТ и тд.

Когда Вы расслабитесь, постарайтесь ощутить в Вашем

теле этот зажим. Войдите в него. Можете рассмотреть орган, в котором он находится, если увидите, что там Вам что-то не понравится, можете исправить это своим сознанием, например, там чернота или паутина, уберите это, впустите свет, наполните энергией. Далее попробуйте вызвать этот зажим, рассмотрите образ, в котором он Вам предстанет. Попробуйте расспросить этот образ, откуда он берет свое начало, что породило его, откуда он в Вашем теле. Очень часто Ваше подсознание дает в таких случаях ответ, возможно не напрямую, а в виде знака, образа, подсказки, то есть, например, у меня была психосоматическая реакция в виде удушения, то есть я ощущала ком в горле и как будто горло сужается. В результате исследований оказалось, что это реакция на конфликты, связанные с работой в найме, как только я ушла, такая реакция сразу прекратилась. Вы можете отслеживать блоки и сопоставлять эти реакции с жизненными ситуациями, когда они появляются, после чего усиливаются, и даже из этого можно сделать определенные выводы и найти причину. Когда причина найдена- ее необходимо устранить. Другое дело, что не всегда это получается, а часто устранение требует кардинальных мер. Вы, конечно, можете, в данной практике попробовать поработать с образом своего зажима: лишить его силы, обезвредить, убрать. Но тут дело то в причине, если причина не будет найдена и устранена такие манипуляции не будут сильно эффективны.

ГЛАВА 4 МУЖСКОЕ И ЖЕНСКОЕ

Мама и Папа: Создай внутреннЕГО Мужчину и Женщину

Все мы родом из детства. Было много случаев, когда человеческий ребенок попадал к диким зверям и воспитывался там. Даже после того, как его забирали в человеческую среду, этот человек не мог стать полноценным человеком (если ему было больше 7 лет), поскольку вся психика и человеческая полоса восприятия, подключение к человеческим сферам, скажем так, происходит именно в раннем детстве. Дальше, только уровень обезьяны. Это еще раз доказывает, что все закладывается в детстве. Конечно, человек может изменять свои настройки в более позднем возрасте, эта книга как раз об этом. Но это нелегко и совершенно не каждый будет это делать, кто знает об этом, еще больше тех, кто не знает и знать не желает. Но, по сути, психологи за хорошие деньги делают все то же самое, что можете сделать и Вы сами, а поскольку интерес к психологии растет, то и люди становятся в этом вопросе более осознанными, пытливыми и развитыми.

Ключевыми фигурами в становлении человека, его психики и всех заложенных программ являются его родители- папа и мама, или те лица, которые исполняют их роли. Именно они прививают ребенку ценности, ребенок смотрит на взрослых и учится у них реагировать на те или иные вещи. Если в родителях все достаточно гармонично, то и ребенок растет психически здоровым, у него складывается конструктивное представление о мире, он нормально реагирует на трудности и знает, как их преодолевать.

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.