Людмила Каверзина

Следуя за состоянием

Людмила Каверзина

Следуя за состоянием

«Автор»
2026

Каверзина Л. И.

Следуя за состоянием / Л. И. Каверзина — «Автор», 2026

Книга помогает задуматься о том, кто мы. Заглянуть внутрь себя, спросить своё сердце, чего оно хочет. Так ли я живу, как хочет моё сердце? Довериться тому, во что верите. Позволить себе быть собой и начать путешествие к себе. Единение с природой, миром и с собой истинным...

© Каверзина Л. И., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Глава 1 5
Глава 2 6
Глава 3 7
Глава 4 8
Глава 5 9
Глава 6 10
Глава 7 12
Глава 8 13
Конец ознакомительного фрагмента. 15

Людмила Каверзина
Следуя за состоянием

Глава 1

В нашей жизни очень многое происходит в первый раз. И мы реагируем на эти проявления жизни очень по-разному…. И те события, которые оставили в нас наиболее сильные впечатления, меняют нас, оставляют глубокий след и влияют на то как мы будем проживать жизнь дальше. Для меня очень значительные, конечно для меня, события, воспоминания о которых очень помогали мне в трудные моменты жизни - это мои прыжки. Прыжки от переполнявших меня чувств восторга…

Первый прыжок был, когда я училась в старших классах, не помню точно в каком. Мы жили в Кронштадте, на острове, и впервые без родителей, с классом выехали в Ленинградскую область, за Зеленогорском на озера в поход с палатками. Сосновый лес, холмы, свобода — все это наполнило меня необъяснимым чувством радости и восторга.

Я шла по тропинке к озеру и увидела, как одноклассники прыгают вниз с обрыва. Я не представляла, какой высоты обрыв и что там внизу. Меня подхватил такой мощный порыв счастья от происходящего, - я побежала и с разбега, сколько было сил, оттолкнулась и прыгнула… И только в полете я увидела, какой высоты был обрыв и то, как далеко я летела от того места, где был песок и куда просто, кто дальше, прыгали ребята… Трудно описать словами мой ужас от того, что я не могу повернуть назад и, одновременно, восторг от того, что лечу!.. Я улетела на твердую прибрежную полосу озера, мальчишки попрыгали за мной, чтобы помочь… но на мне не было ни царапины, ни ушибов. Я сама с удивлением встала, не понимая, как же это все произошло и отчего все так беспокоятся.

Ребята в шоке молчали… Конечно я прыгнула дальше всех настолько, что никому и в голову не приходило перепрыгнуть меня. Но и я повторить сознательно такой прыжок не могла. Но то ощущение одновременно ужаса и счастья осталось со мной навсегда.

Дальше, в разные периоды моей жизни, я совершила еще ни один прыжок и все они были от переполненности каким-то удивительным соединением не только с природой, а с чем-то большим, космическим. Это состояние единения так сильно переполняло меня, что невозможно было держать его в себе… И я прыгала в неведомое…- и то, что открывалось мне было удивительным и неповторимым!..

И через много лет, в моих трудных ситуациях, когда жизнь бросала мне вызов, и я должна была делать то, что никогда не делала, мне вспоминались эти прыжки… И я прыгала!..

Глава 2

РОЖДЕНИЕ НОВОГО СЕБЯ.

Очень трудно описывать состояния, которые уже прожил... Они ещё живут в тебе, но трудно заставить себя прикоснуться к ним словами... Сердце чувствует всё целиком, как чувство, для которого нет одного слова, чтобы передать его всеобъемлимость ... Его полнее можно передать рисунком, музыкой, светом, и можно будет смотреть и слушать…, снова и снова возвращаться смотреть и слушать, и каждый раз находить новое состояние, встречаться с рождением нового себя... Я есть тот, кто Я Есть...

Погружаясь в осознание этого "Я ЕСТЬ"... слушайте возникающую внутри себя тишину и постепенно переносите это новое, возникшее состояние во вне, вокруг себя и дальше... и продолжайте слушать, объединяя внешнее и внутреннее своей осознанностью момента... - Тогда вы не пропустите послание, не пропустите "МОМЕНТ"...

БАБОЧКА - ЦЕЛИТЕЛЬ - РИСУНКИ … Эти слова выплыли из тишины мгновения... вспыхнули и растворились... и снова проявились в моём сознании, притянув вспоминание ряда последних событий... Как объединить их? Как это осознать и перевести на понимание? Как привести это в действие? Жить и действовать из этой пустоты, возникающей из тишины, наполненной возможностями... Погружаясь в тишину, мы наполняемся сутью... Истинным "нектаром" Вселенной... Всё больше и больше погружаясь в неё, мы позволяем семени, нашему Божественному Семени, напитаться этим "нектаром" и прорасти... мы позволяем плоду вырасти и созреть... Когда вы будете зрелы - всё само произойдёт...

Соединение понимания и силы, которая возникает от понимания, порождает действие. Когда мы соединены с самим собой, мы соединены со своей сутью, мы соединены со всей Вселенной - мы сильны! И ничто не может помешать нам действовать! Сердце поведёт. Течение реки невозможно остановить если ты опустишь в неё свои руки или войдёшь в её воды... Она будет омывать тебя, может будет завихряться от твоих движений, взаимодействуя с тобой, какое-то время вы будете продолжать движение вместе - вы обменяетесь энергиями, приобретёте новые состояния, понимания, новый опыт... дальше она потечёт своим путём, а ты пойдёшь своей дорогой, не мешая друг другу… А люди? Могут ли люди общаться так же легко и свободно? Отдавая себя в общении полностью и принимая открыто, без опаски и предвзятости. Наслаждаясь каждым мгновением от общения.

БАБОЧКА — ЦЕЛИТЕЛЬ – РИСУНКИ … Как эти слова могут помочь мне понять то, что меня волнует и требует ответа? Бабочка — она проходит три стадии рождения себя… И как они отличаются друг от друга эти стадии… И как трудно понять, как бабочка может использовать опыт прожитых преобразований?.. А может и не надо понимать? Может важен каждый процесс сам по себе, так как он помогает происходить трансформации. В первой стадии происходит набор энергии и массы через питание. Во второй происходит погружение во внутреннее созревание, в полной тишине и изоляции. Третья стадия самая прекрасная… Знает ли бабочка, какой она будет?..

Глава 3

ОЗАРЕНИЕ.

Если трактор проедет по розе то, что станет с розой?.. – Он раздавит её…

Роза сможет победить, только в том случае, если водитель трактора увидит Розу и придёт в восторг от её красоты… и он свернёт и объедет Розу. И тогда, может быть, ветер не зря занёс это семечко розы на дорогу, и она выросла здесь именно для того, чтобы водитель трактора увидел её и с ним произошла метаморфоза, чтобы он совершил поступок доселе не свойственный ему…

Так и в жизни. Нам встречаются на нашем пути интересные, яркие личности или судьбоносные моменты, но только если наш водитель – наше «Я», не спит, если он пробудится, - произойдёт озарение… Мы увидим мир иначе, мы почувствуем себя иначе, мы будем реагировать на всё иначе и иначе действовать - мы вспомним!.. Мы вспомним зачем мы пришли на эту планету! — в нас произойдёт то, ради чего мы пришли.

Всё определяется состоянием…

Но состояние – это не просто «Что я чувствую» - это с О стояние… «О» - это символ Вселенной. Мы должны постоянно находиться в соединении со Вселенной. Весь наш опыт сохраняется как состояние. Состояние помогает нам вспомнить…

Глава 4

СЛЕДУЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ…

Состояние– это нечто большее, чем просто то, что я чувствую в данный момент…

Состояние – оно, с одной стороны, зависит от моего восприятия, моего отношения к тому, что происходит, с другой стороны – оно содержит энергии отклика Вселенной на то, что я чувствую…

Состояние может меняться каждый миг. От моего состояния зависит всё, что будет происходить в моей жизни в дальнейшем. И если я осознанно воспринимаю то, что я чувствую, я смогу предопределять события и создавать, то есть, творить свою реальность.

Задайте себе вопрос: «Что я чувствую в данный момент?»

Я уже задавала этот вопрос на своём сайте, но ответа так и не получила.

Вопрос простой, но как не легко на него ответить. Да мы знаем, что мы что-то чувствуем, но как только начинаем подбирать слова, чтобы описать их, возникает остановка… Слова, вроде, приходят правильные, а состояние? Куда делось состояние? Как сложить слова, в каком порядке, какими красками раскрасить? И как правильно понять, в чём суть того, что ты чувствуешь в данный момент?

И как только вы задумаетесь об этом, а ум не знает ответов на эти вопросы, вы войдёте в резонанс со своим состоянием, и оно поведёт вас, если вы будете доверять ему…

Доверять состоянию… Но состояния бывают разные… и что значит поведёт?

Это значит – прислушиваться к нему и реагировать… то есть принимать решения исходя из с О стояния.

И это будет ваша дорога, ваш путь. И даже если в какой-то момент вам захочется свернуть с него на другую тропу, состояние подскажет вам, стоит ли продолжать свой путь или пора сменить направление.

Но это всё просто рассуждения, а как всё это применить в жизни? Как научиться «слушать» своё состояние, правильно понимать и доверять тому, что чувствуешь, и, главное, почему надо доверять?

Глава 5

ВЫБОР. СТРАХ ПРОЯВИТЬ СЕБЯ.

В своё время, много лет назад, я работала с детьми дошкольного возраста от 3-х до 6-ти лет. Мои занятия назывались «Творческое развитие.» Цель занятий была раскрытие творческого потенциала детей. Заниматься с детьми было очень увлекательно, они очень легко включались в творческий процесс. Но, однажды, одна из родительниц попросила меня позаниматься с её старшим сыном шестиклассником. И я впервые столкнулась со стеной непонимания…

Я поставила перед ним коробку с вырезанными из цветной бумаги различными геометрическими фигурами и обрезками, которые остались от вырезания этих фигур. Затем предложила ему выбрать любые, то что ему захочется взять и составить из них любую композицию, какую захочется. Мальчик смотрел на них какое-то время, а затем спокойно сказал: «А вы скажите, что нужно сделать.» - Но я же сказала, что хочешь. Просто положи выбранные фигурки как тебе захочется и посмотрим, что получится. – «А я не знаю, какие нужно взять…»

То, что легко и с радостью выполняли маленькие дети, для школьника шестиклассника оказалось проблемой… Проблема сделать выбор. Я попыталась ему помочь.

– Ну, когда тебе родители дают деньги на мороженое, ты ведь знаешь, какое ты хочешь купить? – А мне всё равно.

Такой ответ удивил и даже несколько напугал меня. Неужели, в этом ещё детском возрасте, ребёнку уже все равно…

- Но ты, всё-таки, попробуй.

Преодолевая себя, он начал брать фигурки и просто класть их на чистый лист бумаги. Постепенно он увлёкся, и композиция стала приобретать какой-то смысл… Он понял, что в этой работе нет цели достичь какого-то конкретного результата – результат полностью зависит от его фантазии… и оценки здесь не будет. Будет радость от того, что он смог себя выразить.

Как трудно было подростку расслабиться и просто проявить себя… А, что же будет, когда он станет взрослым?

Просто Быть тем, кто ты Есть, разве это сложно? Что я чувствую, когда я просто Есть?

Глава 6

Я ЕСТЬ!

Я Есть!... – Это целый мир состояний… Как передать их, как прожить?.. Что же я чувствую, когда «Я» - это просто «Я» и ничего больше…? Вокруг происходят какие-то события, люди взаимодействуют между собой, как-то реагируют, принимают решения… А ты - просто Есть… и выбирать ничего не нужно – просто следовать за своими чувствами, просто идти и делать, что просит твоя душа в данный момент.

Ощущения, чувства, состояния – это так важно! Но как трудно разобраться в своих чувствах, когда столько внешних факторов влияет на вас и ум ещё не всегда поддаётся усмирению. И этот постоянный страх – а как отреагируют на твои поступки другие? Например, родители… Как можно доверить ребёнку делать то, что ему захочется? А учителя в школе, разве они позволяют ученикам иметь своё мнение, самим делать выводы? А руководитель на предприятии, разве он может доверить сотрудникам самим принимать решения и делать работу так, как они сами считают нужным?

Готовы ли мы к такому уровню взаимоотношений? Мы даже себе пока ещё боимся доверять. А, вдруг, это неправильно? Может мне это показалось? А не навредит ли это моей карьере, взаимоотношениям? Много в нас ещё того, что мешает нам делать то, что просит Душа, идти туда, куда зовет нас наше сердце, наше состояние.

А, между тем, всё, что будет с нами происходить определяется нашим состоянием… Доверяем ли мы ему или нет, но мы его чувствуем… Если мы игнорируем его и принимаем решения слушая ум, наше состояние не будет давать нам покоя… Зачем ты туда идёшь, тебе там совершенно него делать, ведь тебе это не интересно? Зачем ты делаешь это, ведь ты это не хочешь, а хочешь совсем другое? Сколько запретов мы сами себе ставим, слушая свой ум... - Разве ты можешь себе это позволить? Какое ты имеешь право так поступать?

И все эти душевные муки копятся и появляется неудовлетворённость, недовольство собой, близкими, жизнью… Как следствие снижается самооценка, появляется неуверенность, страх перед жизнью… Появляется раздражительность, возмущения, зависть, гневливость и многое еще чего. И в результате – масса различных болезней. Исчезает радость, исчезает вдохновение – и всё это формирует нашу жизнь… И всё это мы переносим на своих детей.

И, всё-таки, как страшно просто всё это бросить и довериться тому, что ты чувствуешь…

Возможно, для восстановления и поддержки гармонии в жизни придётся приложить немало усилий, и не всё получится сразу. Придётся принять много новых понятий, научится слушать и уважать чувства ближних. Не осуждать себя и других за возможные промахи и различные точки зрения. Должно пройти какое-то время, чтобы появился простор в нашем уме и мысли приняли нужное направление. Чтобы появился ясный взгляд на многие вещи, чтобы растворить негативные впечатления и оценки…

Но как только вы сделаете первый шаг, вы сразу почувствуете, как очищается ваше пространство, очищается ваш ум и проясняется сознание, и состояния уже постоянные спутники вашей жизни… Жизнь начинает приобретать новый смысл.

Самое простое, что мы можем сделать для себя – это быть самим собой…

Не бойтесь быть собой! Просто будьте!

Осознавая своё состояние и доверяя ему, мы получаем возможность освобождаться от зависимостей, изменять взаимоотношения, менять себя, расширять свое энергетическое поле и менять реальность, помогать другим, совсем на другом уровне взаимодействовать с природой, животными, с существами других измерений… духовными наставниками и учителями.

Состояние – это возможность существования одновременно в физическом и тонком мире, возможность Творить …

Состояние «Я ЕСТЬ» - это мощная защита и сила на проявление..!

Глава 7

Я - ЕСТЬ ПУТЬ...

«Поверьте в таинственные и удивительные пути, которые открывает для вас Вселенная. Поймите, что в ней нет такой вещи, как ошибка и всё что совершается, происходит по какой-то важной причине, даже если она в данный момент кажется непонятной. Так позвольте себе почувствовать свободу бытия, безоблачно плывя по реке жизни.»

Цель, поставленная умом, может увести вас в сторону со своего пути. Ум хорошо знает наши физические потребности и желания, и он поможет сделать их вашей целью. Если форма не наполнена сутью, Божественной Сутью, она безжизненна… Так и цель, не осознанная, не соединённая через понимание с источником, не имеет силы на проявление в жизни. Она без перспективна. А чтобы понять, нужно внимать.

Наша общая ЦЕЛЬ – стать ЦЕЛЬНЫМИ. Стать исцелёнными – соединёнными с самим собой через осознанность «Я Есмь.» - Я (йа) – от Йод к А. Здесь придётся ещё поработать… Понимание есть, но не всё ложится на слова…

Только те знания имеют для тебя значение, которые ты получил через осознанность из поля чистого сознания - «ни-что». Что бы попасть в это поле, надо освободиться от знания, добытые умом. Ум может воспользоваться только информацией из прошлого, полученной кем-то, из какого-то источника… Только та информация, которая открылась тебе в поле чистого сознания и откликнулась в тебе, осозналась тобой, соединилась с тобой, может повести тебя, вопреки всем знаниям другим… У каждого истина своя и каждый должен прийти к ней сам…

Только так ты сможешь стать ЦЕЛЬНЫМ и всё в тебе станет ЕДИНЫМ, всё как одно. Голова, руки, ноги, сердце – всё подчинено одному ЕДИНОМУ. Я знаю, потому, что чувствую, что это так. Чувствует всё моё тело и оно готово ответить действием на моё знание…

Поза зародыша в утробе матери – голова прижата к коленям. Макушка, где носят корону, соединена с коленными чашечками (корона). Информация, через темя (теменное отверстие) передаётся ногам на действие. Колени устремляют нас вперёд. Зародыш, развиваясь, получает программу на воплощение. «ВО» дать «ПЛОТЬ» - родить. «В и О» на иврите имеют значение символа Вселенной. Дать воплощение замыслу Вселенной и поставить зародыш на Ноги, сделать его самостоятельным. Сам с О стоит Я тельный. Я (йа) имеет тело. Выпрямившись, встав на ноги, важно не потерять связь с головой (голова – ноги) Голова получает информацию, осознаёт, передаёт через позвоночник программу ногам на действие. Голова осознаёт, ноги идут по жизни. Позвоночник, проводник, даёт вертикаль.

Я – ЕСТЬ ПУТЬ

Я – йа – последняя буква алфавита – через «Й» к «А»

А – первая буква алфавита, Я – последняя.

Пройдя алфавит, мы приходим к последней букве «Я».

Но у нас другая история… «Я Есть» только тогда, когда мы пройдём через преображение, через «Йод» к «А».

Йод – на языке иврита, это первая буква в имени Бога (йод-хе-вау-хе) Когда мы Едины сами с собой, когда мы чувствуем себя и слышим, что говорит нам тело, мы никогда не ошибёмся в выборе пути. И тогда озарения станут для нас обычным явлением.

Первое озарение – это понимание того, что всё в жизни просто – сбрось все мнения и суждения, и ПРОСТО БУДЬ!.

Глава 8

ВЕТЕР ПЕРЕМЕН.

Чтобы следовать за ветром перемен, нужно полностью расслабиться, а чтобы полностью расслабиться, необходимо полностью довериться силе Света и Любви!..

Я пытаюсь почувствовать контакт со своим Высшим Я, тонкоматериальной группой поддержки и Учителями… Но я даже не знаю, кто они. Я стараюсь пройти «стену веры» и почувствовать соединение. На этот раз это у меня получилось довольно быстро (я так ощутила). И сразу почувствовала тёплое, мягкое и удивительно нежное прикосновение, прикосновение в груди чего-то лёгкого, как облако и почему-то, я увидела улыбку…

Улыбку глазами, хотя глаз я не видела. Скорее, это было внутреннее ощущение. Меня наполнила радость, радость непривычная. Она не была активной, она светилась внутри меня… Но радость того, чьё прикосновение я почувствовала, была гораздо «больше» и «объёмнее…» И мне, почему-то показалось, что это не просто сию минуту возникшая радость, а это постоянное, естественное состояние тех, кто за завесой. Она такая наполненная и передаётся вся целиком, и целиком наполнила меня… Она вызвала ещё большее расслабление и абсолютное доверие. Это отдача без остатка, она может быть только от полной открытости. Мне очень захотелось сохранить это состояние.

Я снова стараюсь почувствовать контакт с моим Учителем… На этот раз это получилось как-то необычно - сразу и объёмно. Объёмно, потому что не смогла подобрать другого слова к тому, что почувствовала. Это было ощущение присутствия энергетического силуэта, который от моего желания почувствовать его более конкретно и ясно, стал увеличиваться и увеличиваться, и его улыбка на мои старания становилась всё шире и шире, и более выраженной …

И, вдруг, я ощутила, как энергия пространства вокруг меня стала собираться, точнее вбираться в меня, и я почувствовала себя собранной, как будто у меня появился внутренний стержень. И этот энергетический стержень, как продолжение моего позвоночника, уходил в бесконечность… Я стала своим осознанием следовать за ним… И на разных этапах подъёма менялось ощущение контакта… Я чувствовала, как ко мне присоединяется дополнительная энергия и я не становилась совсем другой, а меня самой становилось больше внутри меня…

Очень похожее состояние, когда я работала с символом «Цветка Жизни…» Это, как бы я сама внутри себя росла, взрослела и наполнялась Светом… (другого сравнения подобрать не могу). Увеличивалась глубина осознанности. Как если бы человек родился и проходил все стадии взросления, осознавая себя каждый раз всё бОльшим, более зрелым и осознанным. Увеличивалось моё осознание моей внутренней сути. Не было ощущения осознания чего-то конкретного, а просто ощущение наполнения и одновременно прояснения и понимания чего-то очень важного для меня…

И я знала, - в нужный момент это понимание проявится в действии. Моё сердце наполнилось радостью, тихой и безбрежной, она уже не помещалась во мне и стала излучаться светом, и я ощутила себя внутри светового шара… Это происходило всё так просто и естественно, и я поняла, что теперь мне будет не сложно в любой момент войти в это состояние.

Когда ощущение подъёма и наполнения закончилось, я вернулась в свою реальность… У меня осталось ощущение состояние себя той, когда моё осознание было «там» и было очень интересное чувство одновременного присутствия себя и «там,» и «здесь»… И та улыбка, которую я там видела и чувствовала, теперь была во мне, со мной… И сейчас все фрагменты, которые ко мне присоединились, объединились во мне, стали неким объёмом и я опять чувствовала себя, как бы, в Сфере «здесь и сейчас.»

И если раньше, когда я осознавала себя как «Я Есть тот, кто Я Есть,» от меня расходились волны, то сейчас по тонким бесконечным нитям ко мне собирается энергия. И я, находясь в одной точке, ощущаю, чувствую всю Вселенную… Такое ощущение, что я могу соединить в своём восприятии сразу всё многообразие, что существует на планете и, кажется, даже во Вселенной…Такое ощущение, что я везде и оч

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.