

The background of the entire page is a photograph of a sunset. The sun is a bright, glowing orb in the upper center, casting a long, shimmering reflection across the dark, rippling water in the foreground. The sky is a gradient of deep blues and purples, with some wispy clouds. In the distance, the silhouettes of mountains or hills are visible against the horizon. The overall mood is serene and contemplative.

*Юлия Вербинская*

# *Отражение*

# Юлия Вербинская

## Отражение

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=25557567](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=25557567)  
ISBN 9785448562549*

### Аннотация

Иногда нужно оказаться в тупике, чтобы начать действовать. Остановиться и оглянуться назад. Задуматься о собственной жизни, совершенных ошибках, набитых шишках и выборе дальнейшего пути. Невольно станешь философом, волнующие открытия облекая в буквы и слова. Так родилась эта книга. Как приют блуждающим мыслям в поисках истины. Как ответ на бесконечные запросы сердца. Как отражение собственной души. Искавшей и нашедшей.

# Содержание

Включить Солнце	5
Думай красиво	8
Все к лучшему	12
Остановитесь, люди	14
Женская магия	16
Горе от ума	18
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# Отражение

**Юлия Вербинская**

© Юлия Вербинская, 2017

ISBN 978-5-4485-6254-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Включить Солнце

Недолюбленные мы все. Или почти все. Нас не учили любить. Не проходили мы в школе предмета под названием Любовь. И понятия семьи и верности нам тоже не объясняли. Что это, как, для чего и почему? Физику проходили, химию, историю Древнего Рима. Наверно это важнее, чем элементарные основы жизни.

Выходим со школы во взрослый мир с полным непониманием, как с этим миром взаимодействовать. Ты вроде уже не ребенок, но и взрослым назвать пока сложно. Так и постигаем мы, юные взрослые школу жизни ценой собственных ошибок. И ошибки эти совсем уже не детские. Ранние браки, разводы, аборты, измены, поломанные судьбы и раненые души.

И ползем искалеченные по жизни в надежде найти кого-то, кто нас исцелит и полюбит. Но находим такого же душевного инвалида, по закону притяжения и подобия. Потом вместе пытаемся создать нечто под названием любовь.

Но выходит как-то криво. Потому что понятия не имеем, что невозможно создать что-то из ничего. Но мы пытаемся. Всеми силами стараемся, как умеем. Ранним, предъявля-

ем претензии, обвиняем и упречаем.

Залипаем в отношения, которые оставляют новые раны и новые разочарования. Делаем больно, потому что больно самим. Требуем любви, чтобы залатать свои шрамы. Злимся на зеркало, в котором отражаемся.

Просто не знаем другого. Не было примера. Не рассказали нам, что такое любовь. Не показали.

Мы все недолюбленные. Или почти все. Идем, опираясь на сломанный костыль, перемотанный скотчем. Ругаясь, что больше мешает, чем помогает.

Дефицит любви. Как нехватка витаминов организму. Он болеть начинает и ломается потихоньку. Нам всем не хватает любви. Потому и рушится все вокруг. Ничем не компенсировать эту нехватку. Ни большими деньгами, ни новыми технологиями.

Люби надо учить и учиться. Постигать ее, как главную науку в жизни. Искать ее, развивать, умножать и делиться. Раздавать всем вокруг просто так, не жалея. Впитывать с молоком матери и передавать по наследству.

У нее свойство особенное. Необычное и непохожее на других. Ее раздаешь, а она увеличивается. Ее отдаешь,

а она назад возвращается. И растет в геометрической прогрессии. Заразна она... по хорошему.

Только надо открыть ее и открыться навстречу. Из себя достать. Из глубины души. Выпустить наружу и научить дышать. Дать ей крылья и научить летать. Она умеет. Просто забыла. Слишком долго была в темноте.

Рано или поздно приходит время проснуться. Может, оно пришло. Слишком много страданий и боли вокруг. Их нельзя победить. Но их можно вытеснить. Любовью и светом. Огромным количеством.

Если в каждом из нас включить Солнце – откроется бесконечный источник. Тогда и на Земле станет немного теплее. Сможем сами согреться и друг друга согреть...

Просто надо включить свое Солнце...

# Думай красиво

Сегодня каждый знает о силе мысли. Об этом говорят, пишут, снимают фильмы. Влияние мыслей на нашу реальность не требует доказательств. Всё уже давно изучено и доказано. Тем не менее, большинство людей по-прежнему остаются под властью негативного мышления. При этом искренне удивляются отсутствию перемен к лучшему.

У меня нет задачи говорить о том, что все уже знают. Что мир снаружи лишь отражает то, что у нас внутри. И то, что мы проецируем в пространство – бумерангом получаем обратно. Почему же, зная о столь серьезном влиянии мыслей на нашу жизнь, мы продолжаем оставаться в их рабстве?

Есть только два варианта – либо ум управляет нами, либо мы им. Это основная причина, по которой менять мышление очень и очень непросто. Это работа. А любая работа требует усилий. И чем больше в наших мыслях беспорядка, тем больше предстоит работы. А трудиться еще и здесь готовы далеко не все.

Жаль, что не изобрели пока прибора по отслеживанию наших мыслей. Это было бы открытием века. Мы бы сильно удивились количеству мусора в наших головах. Не удиви-



тельно, что чувствуем мы себя так же, как и думаем.

Потому как большую часть времени мы думаем о плохом. Пусть не масштабно плохом – болезни, беды, катастрофы. А так – погода ужас, на работу не хочется, денег нет, в любви не везет... полный набор житейских мелочей, безобидных на первый взгляд. И таких «мелочей» пролетает в секунду столько, что проследить нереально даже самому хозяину. Лишь понимаем это по своему душевному состоянию. Тоска, печаль и тьма непросветная.

Все потому, что любая мысль не проходит бесследно. Несмотря на свою мгновенность, она способна испортить настроение в один миг. Наша душа напрямую связана с умом. И допуская плохую, тяжелую, неприятную мысль душа тут же реагирует дискомфортом. А когда мыслей миллион в секунду? А когда все они негативные? А учесть, что негатив по силе в семь раз превосходит позитив? Неудивительно, откуда расстройства психики, депрессии и уныние на фоне вполне благополучной жизни.

По сути, мы вполне могли бы чувствовать себя счастливыми, если бы жили более осознанно. Можно сказать, мы и так счастливы, только не знаем об этом. Ведь понятие счастья кроется совершенно не в тех вещах, которые мы предполагаем. И оно напрямую связано не с тем, что мы имеем, а с тем, как мы мыслим.

Когда одного мудреца спросили, что для вас счастье, он ответил – я научился есть, когда ем. Такой странный ответ удивил всех вокруг. На что он пояснил – «Когда я ем, я думаю, насколько еда вкусная, насколько я благодарен, что могу быть сытым и насколько мне хорошо сейчас. Я научился подчинять себе свой ум»

Думаем ли мы о чем-то похожем во время еды? Вряд ли. О чем угодно, только не об этом. Все хорошее воспринимается нами как должное. К этому привыкаешь, и ждешь чего-то большего и лучшего. Так внутри появляется еще больше пустоты.

У каждого есть так называемый виртуальный банк Вселенной. Хорошая мысль добавляет бонусов на счет. Плохая обнуляет и уводит в минус. Бонусы на счету – это наши удача, везение, приятности и чудеса. Несложно определить по своей жизни и внутреннему состоянию комфорта —полон наш банк или давно обнищал.

Но все поправимо. Важно научиться отслеживать свои мысли. И каждую неприятную заменять приятной. Пока на душе не станет легко и радостно. И это вторая причина, почему многие остаются в старом мышлении. Потому что не верят, что все настолько просто.

Мы думаем – своим умом управлять трудно. Сами же в это верим и сами же от этой идеи отказываемся. Нам свойственно все усложнять, это факт. Так постепенно мы становимся рабами своего собственного ума.

Но все гениальное просто. И это как раз тот случай. Негативные мысли – это лишь вредная привычка, как грызть ногти или стучать пальцами по столу. И которую при желании можно трансформировать в новую и полезную.

Заменять плохую мысль хорошей. Не подавлять, не прогонять, не бороться с ней. А заменять. Если капнуть каплю чернил в стакан с чистой водой, она помутнеет. А если две капли, пять, ложку. Вода станет темной и грязной. Так и с нашим сознанием. Постепенно добавляя в стакан чистую воду, мы вытесняем грязь.

Конечно, сложно изменить мышление в одно мгновение, словно перевернув стакан. Но постепенно, капля за каплей, будучи осознанным, мы непременно наполним чашу нашего сознания чистой, свежей, прозрачной водой. Которая станет для нас поистине волшебным эликсиром новой, осмысленной и качественно другой жизни...

# Все к лучшему

Всё, что ни делается, к лучшему. Иногда мы настолько упрямы, что не видим закрытых дверей. Бьёмся, как муха в стекло, не замечая рядом открытой форточки. Если сонастроиться со Вселенной, прекрасно воспринимаешь её помощь, помня, что Она всегда на нашей стороне.

Бог разговаривает с нами через нашу интуицию, шестое чувство, кто как это называет и ощущает. Но разум иногда побеждает, заглушая внутренний тихий шёпот. В сложных ситуациях, в состоянии напряжения и стресса этот голос становится тише, но он никогда не пропадает. И если успокоиться и прислушаться, можно избежать неверного решения.

Бывает нашему упрямству не может противостоять сама Вселенная. Тогда мы получаем то, что так сильно хотели. Только часто оказывается, что нужно нам было совсем другое. Несколько раз так разочаровавшись, начинаешь больше доверять. И прислушиваться. И присматриваться. И меньше напрягаться.

Помня, что если тут тупик, значит имеет смысл посмотреть по сторонам. И обнаружить дверь, которую не заметил бы раньше. Иногда стоит видеть разницу между упор-

ством и упрямством. И наблюдать за подсказками со стороны.

Это созвучие с миром, с Богом всегда нам на благо. Чем больше в жизни трудностей и переживаний, тем больше мы отделились от Бога. От нашего Божественного расписания. От своего Я. Потому блуждаем в темноте, все время спотыкаясь и совершая ошибку за ошибкой.

Но Вселенная к нам добра, ведь мы ее дети. Мы часть Ее. И нам будет все доступно, все открыто, все подарено, когда соединим свои планы с планами Бога. Когда вспомним о своей уязвимости и временности. Когда поймем, насколько ничтожно мы малы и беспомощны без Его руководства.

Тогда на жизнь будем смотреть уже совсем по другому. Новыми глазами и новым сознанием. Без страха и напряжения, а с доверием и любовью. Взаимной, доброй, бескорыстной и непродоходящей...

# Остановитесь, люди

Я ваш отец. А вы мои любимые дети. Вы все равны для меня. Я дал вам мир, и заповедовал жить в мире. Я дал вам дар любви и заповедовал любить друг друга.

Что же вы делаете, люди?

Я не учил вас обманывать, предавать, бросать своих детей, грабить и убивать. Я учил вас пониманию и состраданию к ближнему.

Я не учил вас уничтожать леса, загрязнять планету и истреблять животных. Я учил вас жить в мире и сеять вокруг любовь и красоту.

Я не учил вас быть подлыми и лживыми, обвинять, завидовать, мстить и разрушать. Я учил вас быть щедрыми и великодушными друг к другу.

Я учил вас любить и прощать.

Я учил вас отдавать и быть благодарными.

Я учил вас строить крепкие семьи и беречь своих детей.

Я учил вас почитать стариков и быть им опорой.

Я написал для вас Законы. Но вы придумали свои.  
Вы сами создали этот мир, я не учил вас этому.  
Я не учил вас быть жестокими.  
Таковыми вы стали, отвернувшись от меня.

Теперь вы молитесь меня о спасении.  
Молите о любви, продолжая убивать.  
Молите о счастье, продолжая ненавидеть.

Остановитесь, люди!

Я ваш Свет. Но вы не видите меня.  
Я ваш Путь. Но вы выбрали идти без меня.  
Я Учитель для вас. Но вы не слышите меня.  
Я ваша Любовь. Но вы забыли обо мне.

Вы верите в меня... но не верите мне.  
И если вы несчастны, то не вините меня...

# Женская магия

Все женщины волшебницы. Абсолютно все. Волшебницы. Колдуньи. Ворожеи. Феи. Мы все умеем колдовать и волшебничать. А кто не умеет, тот просто не знает, что умеет.

У нас это в крови. И неважно, какие мы совершаем «ритуалы». Прописываем на листочке свои желания. Отпускаем в небо воздушный шарик со своей мечтой. Или мастерим свою «карту сокровищ».

Секрет не в действиях, которые мы совершаем. Весь секрет в состоянии. В том состоянии, в котором мы эти действия «творим».

Наше внутреннее состояние – ключ ко всем волшебствам. Если оно «правильное», то есть лёгкое и наполненное, все ритуалы будут работать на нас. Если же мы выполняем всё четко по инструкции, но внутри состояние грусти и пустоты, когда желаем от отчаяния – ничего не работает. Это состояние вовсе не волшебницы, а скорее злой разрушительницы.

Представьте, что вы моете посуду и приговариваете: «Я посуду намываю и любовь свою встречаю! Я любима и люблю и я замуж выхожу!» Но при этом утираете слезу, потому что сами не верите, что на такую «толстую/старую/ некрасивую»



вообще кто-то позарится.

Важно не то, что мы делаем. А в каком состоянии в этот момент пребываем. Потому, женщина – колдунья сама может придумать свои собственные ритуалы, которые будут помогать ей волшебничать и легче справляться с жизненными трудностями.

Например, идти по улице и напевать: «Я по улице шагаю, к себе деньги привлекаю!». Деньги можно заменить на мужа /счастье /чудо. Все, что рифмуется, сочетается и главное, нравится. Так можно создавать намерение при любом действии на любое желание. Главное, помнить про **состояние**.

В симороне есть такие смешные ритуалы, как закидывать красные трусы на люстру, чтобы привлечь в свою жизнь любовь. Или ставить кошелек на «зарядку», дабы подзарядить его на деньги. Говорят, работает. А все почему? Потому что делается в состоянии радости, веселья и дурачества.

Так что, неважно какие мы придумаем для себя обряды. Главное, с радостью и верой в лучшее. И чтобы помогали нам создавать нужное настроение и легче относиться к жизни. Она и так слишком серьёзная. И немножко чудачеств и волшебства нам всем точно не помешает.

# Горе от ума

Вот я так и знала...

А я ведь тебя предупреждала...

Ведь говорила же мне мама...

У женщин это в крови – зудеть над мужским ухом и считать себя самой умной. Это стало привычкой для женщин и невыносимым грузом для мужчин. Они бегут от них, как черт от ладана. Поверни налево, говорю тебе налево. Вот я так и знала. А я ведь говорила... налево... Честное слово, хочется прям как-то ответить ей. И не только словесно.

Вы замечали, что мужчины не читают книги «Как понять женщину за 24 часа» или «Я такой умный, но живу как идиот». Во первых, ни один нормальный мужчина не признается в том, что он не компетентен в вопросах, касаемо противоположного пола. Во вторых, мужская гордость не позволит учиться этому у себе подобных. Скорее он сам ему расскажет и научит, как обращаться с женщинами. Ну а уж если автор женщина – сами понимаете. Лучше застрелиться.

Вот почему мужчины ненавидят походы к психологам.

Они не терпят ничьих советов, потому что от природы знают, как поступать. У них это в крови – просто знать правильное решение. Это не значит, что они никогда не ошибаются.

Просто их природа – находить правильное решение самому. И чем сложнее проблема – тем лучше.

Мужчина стратег. Своим линейным умом он быстро соображает в момент опасности. Он не будет спрашивать у женщины, взбираясь на коня и звеня доспехами «Как ты думаешь, дорогая, мне отправиться в бой сейчас или подождать до рассвета?»

Они все, все без исключения рыцари и бойцы по натуре. Просто женщины напрочь убили в них желание этому проявляться. Бывает еще в раннем детстве. Петенька, надень шапку, простынешь. Петенька, футбол это опасно, лучше скрипка. Тихо, Петенька, мама лучше знает. И ничего, что Петеньке уже тридцать пять. И мама рада бы его пристроить в добрые руки на ПМЖ, да никто не берет.

# 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.