



Ольга Макина

*Остров
теней*

*Рассказы тётушки
Линды*

Ольга Макина
Остров теней. Рассказы
тётушки Линды

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=39286890

ISBN 9785449370730

Аннотация

Девушка-студентка заинтересовалась записками своей тётки. Это опыт исследований внутреннего мира, практики погружения в прошлые жизни, работа с тенями – отвергнутыми частями себя. Человек ищущий найдёт здесь не только необычные сюжеты, но и множество подсказок для работы над собой.

Содержание

ОСТРОВ ТЕНЕЙ	Рассказы тётушки Линды	5
Предисловие		5
Путешествия в прошлое		11
Подготовка к путешествиям в прошлое		15
Конец ознакомительного фрагмента.		18

Остров теней

Рассказы тётушки Линды

Ольга Макина

© Ольга Макина, 2018

ISBN 978-5-4493-7073-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ОСТРОВ ТЕНЕЙ

Рассказы тётушки Линды

Предисловие

Меня зовут Вера. Я учусь в университете на филфаке, живу в общежитии. На выходные я с удовольствием уезжаю в пригород к моей тётушке, потому что в общежитии шумно и днём, и ночью. Общежитие – это пространство круглосуточной возни, топанья, хлопанья дверями, хохота, песен, громких диалогов.

А у тётушки Линды я отсыпаюсь, отъедаюсь и просто отдыхаю.

Её муж и мои родители сейчас далеко, они откликнулись на зов партии и работают сейчас на одной из строек века. Линда – старшая сестра моей мамы. Она старше мамы почти на поколение – на целых 14 лет. Вот о ней, о Линде, и пойдёт речь.

Моя тётя – необыкновенная женщина. В её возрасте многие выглядят уставшими бабулями, которые охают от накопленных хворей и тоскливо доживают свой век. Линда не такая, она бодрая, энергичная, неутомная.

Каждое утро она делает гимнастику, а день проводит в активном проживании: убирает свой уютный загородный домик, готовит, копается в своём маленьком садике-огорожке или в цветниках, ходит в магазин за продуктами, вышивает бисером, плетёт макраме или рисует акварельные картины. Иногда созванивается с подругой, и тогда они вместе уезжают на свои тусовочные мероприятия, на какие-то занятия или на выставки. Иногда тётя исчезает на пару-тройку дней или на неделю, совсем редко – на месяц. Потому что самосовершенствование для неё – это святое. И тогда она просит меня присмотреть за цветами и котом.

Уже много лет тётя увлекается эзотерикой и саморазвитием. Она посещает массу тренингов и курсов. При этом она вполне земной человек, всё умеет делать сама: печёт хлеб, белит потолки, клеит обои. Она на все руки мастер, может и проводку починить, и обклеить плиткой ванную, и зацементировать дыры в сарайчике.

В один из моих приездов тётушка встретила меня, держась за поясницу.

«Ну вот, перетрудилась, неугомонная», – подумала я.

Тётушка призналась, что её доконали навесные шкафы на веранде. Она хотела навести там порядок, перебрать стопы своих толстых тетрадок, вырезок, распечаток, книжек, фотографий. Но тетрадки с глянцевыми обложками засколь-

зили, стопка стала рассыпаться, а тётушка, забыв о равновесии, пыталась их поймать. В результате, сделав телом опасные пируэты, она «потянула мышцы спины» и неудачно приземлилась вслед за разлетевшимися кипами бумаг.

Я застала её как раз во время попыток собрать этот бумажный ворох. Конечно, я тут же предложила свою помощь, и тётушка с радостью делегировала мне это дело, а сама пошла готовить шарлотку.

Да, забыла сказать, что моя тётушка любит пить чай со всякими вкусняшками. А потому к моему приезду она всегда что-нибудь печёт: пироги с капустой или ватрушки с творогом, шарлотку или домашнее овсяное печенье.

Я стала собирать с пола рассыпанные «кучи мусора» (как мне казалось), складывая журналы к журналам, тетради к тетрадям, альбомы к альбомам и т. п. Больше всего оказалось общих тетрадок, исписанных быстрым тётиным почерком. Это были её многочисленные конспекты с курсов и тренингов.

Я заглянула в одну из открывшихся тетрадок – и надолго зависла. Это были записи путешествий в прошлые жизни, впечатления от медитаций, шаги и итоги многочисленных «проработок».

Почерк у тёти чёткий и понятный, хотя она писала быстро, с сокращениями слов. А изложение было таким краси-

вым и ёмким, что я зачиталась. Это были целые рассказы с потрясающими сюжетами. Где-то фантастически неправдоподобные, где-то исторически далёкие и необычные, где-то простые и ясные, но невероятно интересные.

Я вдруг открыла целый мир – новый, невидимый, необъятный, ранее мне неведомый! Внутренний мир моей гостеприимной тётушки Линды.

– Верочка, ты тут случайно не заснула? – тётя зашла на веранду и всплеснула руками: я сидела всё в том же неразобранном ворохе макулатуры.

Я смутилась, с трудом вынырнула из путешествия по её неведомым мирам и, запинаясь, спросила:

– Тётя, дорогая, а ты нигде не публиковала свой опыт?

– Ой, Верочка, до того ли мне было? Только приеду после курсов, давай хозяйством править. Жизнь-то всегда требует прямого участия: стирать, убирать, готовить, грядки полоть. А вечерами улечу в медитацию – и по привычке своей всё интересное потом записать хочется. Перфекционисткой как была, так, похоже, и осталась, – засмеялась тётя. – Всё кропотливо фиксирую. Моё архивное прошлое проявляется во всём.

Ну, ты собери тут быстренько и приходи на кухню, пирог уже готов.

На следующее утро я попросила разрешения поизучать

тётины записи.

Как начинающий филолог я отметила точность и красоту тётиноного изложения. После прочтения нескольких тетрадок меня уже лихорадило.

– Тётя, ты хоть понимаешь ценность этого материала?

Она улыбалась:

– Ну, не отрицаю, я во внутренних мирах много чего интересного вижу, у меня визуализации очень яркие. Но нас таких, помешанных на проработках, знаешь, сколько?

– Тётушка, я не о том. Мало ли кто как работает над собой!

Но у тебя очень здорово получаются описания своих видений или путешествий! Это достойно того, чтобы это читали люди! Там же и кусочки истории, и описания техник для внутренней работы. Даже мне, не занимающейся всем этим, читается интересно и увлекательно. Не оторваться, понимаешь?

– Верунчик, ну что тебе сказать? Ну, давай проконстатируем, что есть у меня дар описывать. И что?

– Тётушка, разреши мне воспользоваться этими записями! Я попробую их оформить в виде маленьких историй, рассказанных от твоего имени.

Для кого-то это будет просто увлекательное чтение рассказов-миниатюр. Кто-то порадуетя готовым алгоритмам для получения ответов или для возврата ресурсов. Для кого-то откроются подсказки способов, как отрабатывать свои

негативные аспекты. Кто-то, может, над этим посмеётся, назвав бредом – ну, пусть смеётся. Есть ведь люди, вообще не признающие тонкие миры и верящие только в то, что можно увидеть, потрогать или измерить. Тётушка, ты и твои записи – сокровище! И не только «для тех, кто в теме».

– Ну, кому нужны воспоминания какой-то тётки, одержимой саморазвитием и проработками? Всё это в прошлом. Сейчас такое время, когда старые методы не работают. Если и работают, то слабо, нужны поправки на новое время. Опыт прошлого – это только опыт, он уже неактуален.

– Тётя, всегда найдутся люди, которым это интересно, – настаивала я. – Даже если это просто опыт – пусть он будет в виде книжки. Ты же не возражаешь?

Улыбаясь нелепой затее, тётя Линда только махнула рукой. Делай, мол, что хочешь.

И вот что из этого получилось.

Путешествия в прошлое

Когда-то меня очень интересовали путешествия в прошлое.

В юности мне казалось, что это доступно только избранным – тем, кто знает законы невидимого мира и некие волшебные кодовые слова, открывающие вход.

Мне было любопытно узнать, с кем из родных мы были в общих воплощениях и кем приходились друг другу, какие у нас были отношения. Обычно это проясняет странные чувства, которые люди могут испытывать, но которым нет логического объяснения.

Потом я поняла, что «ходить в прошлое» может каждый. Сначала под руководством опытного ведущего, а потом и сам. Но всё это энергозатратно, а потому я осознала: делать это нужно не из любопытства, а только с определённой целью.

Например, найти корни появления непонятных блуждающих болей, корни фобий. Можно посетить то воплощение, где ты обладал каким-то навыком, талантом – и «принести» его в настоящее.

Путешествия в прошлое дают возможность лучше понять себя, прояснить причины появления определённого мироощущения, особенности отношений с партнёрами, родными, друзьями, всем миром. Это может быть погружением в важ-

ные точки своей многомерной истории, в самые корни причин чего-либо – с возможностью их понять, принять и, если нужно, исцелить с помощью команды своих Высших Аспектов.

Иногда в медитациях меня спонтанно уносило в далёкое «туда», где было что-то важное для понимания в настоящем. Я узнавала, почему у меня именно такие черты характера, а не другие. Сознание озаряла радостная мысль: «Так вот оно откуда взялось!»

Узнать – это уже было круто. Но если это отрицательно сказывалось на твоих проявлениях в жизни, то с этим нужно было что-то делать. И я изучала разные способы работы с собой.

Можно было переиграть негативную ситуацию или просто завершить тот опыт, объявив его пройденным и усвоенным. Гораздо позже я научилась работать со своими ограничениями и запретами без погружения в прошлое.

Кстати, важная мысль: не всегда то, что видишь в погружении, происходило именно с тобой. Это мог быть коллективный, сборный опыт твоей сверхдуши, имеющей много душ и много тел для собирания опыта. Или: опыт, не имеющий земных объяснений, мог предстать в том виде, в котором его смысл тебе будет наиболее понятен.

Ещё очень важно доверять себе, пусть даже это не будет соответствовать общепринятому мнению. Главное – как чувствуешь именно ты.

Например, проживая моменты смерти в прошлых воплощениях, я ощущала себя после выхода из тела не душой, а Сознанием, огненной квинтэссенцией, Духом, огненно-сияющим мыслящим шариком, покидающим тело. Не зря ведь про умирающего говорят «испустил Дух», а про живого – «душа в пятки ушла», «потерял сознание», т.е. временно оно улетело (и человек рухнул), но потом вернулось (и человек будто воскрес, ожил).

Что при потере сознания делает душа и где пребывает, я не знаю. Вероятно, она не покидает тело, иначе это был бы уже труп.

Вообще-то, мы-люди пытаемся давать определения неопределимому, невидимому и неделимому, оттого и различия, и разные представления.

Мне была созвучна идея о том, что Душа – это те 9/10 нашего существа, то невидимое, разумное, полевое, что окружает, пронизывает и питает земное тело. Душа во время смерти покидает тело (слоями, в 3,9,40 дней), но управляет ею тот Шар-Дух, который вечен...

Ещё я открыла для себя вот такую важную вещь: когда начинаешь описывать опыт, происходит как бы его размотка, он открывается и распаковывается подробнее и глубже. Тоже

СЛОЯМИ.

Подготовка к путешествиям в прошлое

Выясняю: из двух методов восприятия себя в прошлом мне приятнее метод чувствования себя в теле, тогда все ощущения идут изнутри – яркие, с эмоциональной окраской.

Могу также перемещаться в фокус вне тела, тогда идёт «смотрение фильма про меня» – но это мне нравится меньше.

Сначала упражняем восприятие: «я внутри – я снаружи», несколько раз туда-обратно.

Тренирую себя на картинке из детства, где я мчусь на лыжах со снежной горы – то я внутри (тогда чувствую скорость движения, свист ветра в лицо, небольшой страх, чтобы не упасть на трамплине, чувствую недостаточную ловкость коленей – ими надо ловко пружинить на каждом взгорке, а мне это не легко даётся), то смотрю со стороны (я – девчулька в ярком лыжном костюме, не очень ловкая, но счастливая – мой отец частенько ездит со мной на лыжах за город (у него – широкие охотничьи лыжи!), учит меня подниматься в гору «лесенкой», «ёлочкой», учит в лесу различать следы на снегу, наблюдать за природой, показывает самые причудливые снежные шапки на елях...

Теперь нужно настроить свою память на воспоминания, шагая «назад».

Я в детстве. В гостях мы-дети играли в большом тенистом саду с фонтанчиками и поражавшими меня садовыми скульптурами. Заросший уже сад казался огромным, страшноватым, таящим какие-то неведомые мне тайны. Вот он, момент пугания Неведомого, первые страхи неизвестности, фантазия, направленная на чудищ-страшилищ, прячущихся в саду.

Вспомнила свою детскую причёску с прилежно заплетёнными косичками, велосипед, вечерние часы на кухне, когда мама разбирала холодец, а я, счастливая, облизывала косточки. Это считалось тогда такой привилегией, такой вкуснятиной...

Момент обучения ходьбе не могла вспомнить. Почему-то эту трудность сознание от меня скрыло... А, может, это не было трудностью?... Помню только радость родителей от общения со мной-малышкой.

Ещё глубже по линии времени назад: в коляске чувствовала себя счастливым карапузом, которому родители улыбались, совали погремушки, что-то лопотали...

Вспомнила первые минуты рождения – трудные усилия при проходе, радость продвижения, вздох освобождения, но тут же – лёгкие мурашки от прохладного воздуха (по сравнению с утробой) и недоумение от действий персонала (ожидалось больше ласковости и комфортности нового для ме-

ня мира). Попищала-повозмущалась, но на расстоянии чувствовала связь с родным теплом мамы, и постепенно успокоилась. Приходилось смиряться с ненавистным пеленанием... (Зато я знала, что скоро меня прижмут к любимой и вкусной груди...) Наверное, именно с тех пор не выношу всякие ограничения. Очень я получилась правильная, но свободолюбивая.

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.