

КАРЕН ДЖОЙ

ЗАБЛУДШАЯ ДУША

МУДРАЯ ДУША

КАК ИСПЫТАНИЯ
ПРОШЛЫХ ЖИЗНЕЙ
ФОРМИРУЮТ НАШЕ
БУДУЩЕЕ

ПО АВТОРСКОЙ
МЕТОДИКЕ
«ЖИЗНЬ МЕЖДУ
ЖИЗНЯМИ»
МАЙКЛА
НЬЮТОНА

Жизнь после жизни

Карен Джой

**Заблудшая душа – мудрая душа.
Как испытания прошлых жизней
формируют наше будущее**

«ЭКСМО»

2022

УДК 133
ББК 87.2

Джой К.

Заблудшая душа – мудрая душа. Как испытания прошлых
жизней формируют наше будущее / К. Джой — «Эксмо»,
2022 — (Жизнь после жизни)

ISBN 978-5-04-199351-1

Какова природа наших душ? Что такое «заблудшие души» и как им вернуться к свету? Как отыскать причину наших нынешних страданий и исправить прошлые ошибки? Обо всем этом читайте в книге «Заблудшая душа – мудрая душа». Опираясь на реальные истории своих клиентов, ученица и последовательница легендарного Майкла Ньютона Карен Джой показывает нам естественную траекторию Путешествия души на протяжении многих жизней. Не все они были счастливыми и светлыми; среди прошлых жизней были воплощения, полные насилия, страданий и зла. В своей книге Карен Джой рассказывает о том, как зарождаются наши души, как мы вступаем в жизнь на земле и как столкновение с самым разным опытом учит нас быть мудрее и счастливее. Вы узнаете, как трудности могут сбить вас с пути истинного, как энергия передается из одного воплощения в другое и как наши души шаг за шагом продвигаются к свету, любви и гармонии. В формате PDF А4 сохранен издательский макет.

УДК 133
ББК 87.2

ISBN 978-5-04-199351-1

© Джой К., 2022

© Эксмо, 2022

Содержание

Предисловие	7
Души развиваются. Но как?	9
Гипноз – путь к жизни между жизнями	10
Существуют ли прошлые жизни и загробная жизнь?	11
Земная система	12
Последовательность путешествия нашей души	13
Понимание темной стороны человеческого существования	14
План книги	15
Примеры помогающих практик	17
Успокаивающее упражнение	18
Связь с внутренним руководством и духовными наставниками	20
Несколько советов	21
Принятие независимости всех душ	22
Шаг в радость	23
Глава 1	24
Природа душ	25
Доступ к нематериальной Вселенной	26
Двойственность	27
Конец ознакомительного фрагмента.	28

Карен Джой

Заблудшая душа – мудрая душа

Как испытания прошлых жизней формируют наше будущее

Karen Joy

Lost Soul, Wise Soul: How Challenging Past Lives Shape Our Future

Copyright © 2022 Karen Joy

© Тимкова Я.В., перевод на русский язык, 2024

© Оформление. ООО Издательство «Эксмо», 2024

* * *

«Блестящая! Провокационная! Новаторская! Расширяет работу Майкла Ньютона и углубляет наше понимание смысла жизни. Книга „Заблудшая душа, мудрая душа“ показывает нам как притяжение тьмы, так и путь к просветлению. Истории, подобранные Карен Джой как мастером психотерапии, демонстрируют изнурительную борьбу, которую ведут некоторые души, прежде чем вновь обрести свет. Неважно, как сильно петлял их путь, как долго пришлось ждать или быть в изоляции, в конце концов они восстанавливают свою врожденную связь с Источником. Я рекомендую эту книгу всем, кто пытается найти выход из тьмы или установить собственную постоянную связь с Источником».

*Джоанна Селински, доктор философии, практикующий специалист
Института Майкла Ньютона и автор книги «Пробужденная душа»*

То, что вы отрицаете в себе, владеет вами.

Отказ от ответственности

Материалы этой книги не являются заменой квалифицированной медицинской или психологической консультации. Издатель и автор не несут никакой ответственности за любые моральные травмы, причиненные читателю, которые могут возникнуть в результате использования читателем содержащихся в книге материалов.

Предисловие

Вскоре после того, как я начала проводить регрессии прошлых жизней, ко мне пришла одна из моих бывших клиенток, которая ходила ко мне, как к психологу. Иветта, инженер, была привлекательной молодой женщиной, которая недавно разорвала короткие отношения. Несколько лет назад, будучи психологом, я помогла ей проработать ее детские травмы – родители использовали ее как разменную монету во время своих бурных отношений, расставания и развода. Во время наших сессий Иветта разрешила себе как обиду, которую она чувствовала по отношению к матери, так и злость, направленную на отца. Она регулярно посещала меня в течение года, и я восхищалась ее умом, смелостью и честностью. Теперь она захотела пройти регрессию прошлых жизней.

На этот раз ее проблема была совершенно иной. Она помирилась со своей семьей и была довольна жизнью, за исключением одной повторяющейся проблемы. «Меня привлекают нарциссы», – призналась она. За последние двенадцать месяцев трое мужчин, с которыми она встречалась, оказались эгоцентричными, заносчивыми и контролирующими манипуляторами.

Обычно хорошо развитая интуиция Иветты редко подводила ее, и она не могла понять, почему не разглядела характер этих мужчин раньше. Вначале ее сильно влекло к каждому из них. Только после нескольких месяцев знакомства она осознавала, насколько они требовательны и критичны.

После того как Иветта описывает свою проблему, она откидывается в кресле. Я ввожу ее в состояние транса. Когда она погружается в него, я спрашиваю, почему ее тянет к таким нездоровым отношениям.

Пока она лежит в кресле с закрытыми глазами, я щелкаю пальцами в знак того, что информация теперь доступна. Я спрашиваю ее, что происходит. Еще до того, как я закончила свой вопрос, она громко восклицает:

«О Боже! Я – мужчина на рынке. Мне трудно в это поверить, но я знаю, что это правда. Я продаю людей! Я работороговец!»

Я вижу, что Иветта встревожена, поэтому предлагаю ей сделать несколько медленных, глубоких вдохов. Она делает это, но вскоре ее возбуждение снова берет верх. С чувством возмущения в голосе она описывает сцены, разворачивающиеся в ее сознании.

«Люди, которых я продаю, были взяты в плен! Они все светлокосжие и стоят здесь голые. Некоторые из рабов – дети!»

Иветта, похоже, расстроена действиями работороговца, поэтому я спрашиваю, что она чувствует. Какое-то время девушка молчит и обдумывает ответ. Учитывая первую реакцию, я ожидаю слов про глубокое потрясение. Вместо этого ее голос становится глубже, и я слышу в нем самодовольство.

«Я горжусь собой. Я хорошо зарабатываю. Злобный старик покупает девочку-подростка. Я смеюсь, наслаждаясь мыслью, что она будет страдать. Она смотрит на меня в отчаянии, а я просто получаю удовольствие от этого».

Это шокировало меня. Я ожидала, что Иветта осудит работороговца, проявит милосердие или хотя бы жалость. Вместо этого она наслаждалась неизбежными страданиями молодой девушки-рабыни в руках развратного старика. Я пыталась понять смысл ее бессердечного пре-

зрения. Откуда оно взялось? Как могла такая отзывчивая женщина, как Иветта, к доброте и мудрости которой привыкли ее друзья и семья, вдруг стать такой холодной? Как эта жестокая прошлая жизнь могла до сих пор властвовать над такой прекрасной женщиной, как Иветта?

Души развиваются. Но как?

После этого сеанса с Иветтой у меня появилась навязчивая идея. Я хотела понять, почему глубоко внутри заботливых людей все еще может таиться злоба. К ужасу Иветты, она обнаружила, что черствость работарговца не ушла. Женщина чувствовала ее во время регрессии, и это влияло на ее жизнь. Почему Иветту тянет к нарциссам в нынешней жизни? Как это влечение связано с работарговцем? Какой цели оно служило, если служило вообще? И почему эти жестокие наклонности вообще оказались в ней? Было ли это случайностью или умыслом?

В своих книгах Майкл Ньютон утверждает, что мы планируем свою жизнь. Если мы сами делаем выбор, то почему мы выбираем зло? Если мы были злыми в одной жизни, может ли это повлиять на наши последующие жизни? И если да, то как?

На протяжении последних двух тысяч лет философы и богословы обсуждали природу зла, но ни один из них не рассматривал этот вопрос с точки зрения регрессии прошлой жизни и жизни между жизнями. Для доступа к ним в духовных регрессиях используется гипноз. В этот момент мы обладаем уникальной точкой обзора – можем погрузиться в наши глубочайшие мотивы и склонности, выяснить их происхождение и развитие, а затем отыскать путь к просветлению. Мы находим нужные ответы, прослеживая последовательность воплощений нашей души на Земле.

Гипноз – путь к жизни между жизнями

Наша жизнь между жизнями, также известная как загробная жизнь, имеет множество измерений, и там находится наш духовный дом. Мы возвращаемся туда после смерти и можем посетить это место во время специальной гипнотической регрессии. Гипноз – это удивительный процесс, который облегчает доступ к нашим глубоким бессознательным воспоминаниям. В гипнотическом трансе люди могут переключить свое внимание с текущих жизненных обстоятельств на прошлые жизни и посетить жизнь между жизнями. Это не просто сбор информации. Клиенты переживают их субъективно, через призму своего настоящего. Испытав регрессии на себе, я бы описала это как получение информации в виде мыслей, чувств, образов, идей и впечатлений и последующий их перевод в слова, в котором иногда нужно опираться на текущую жизнь для описания того, что было получено. Хотя клиенты получают доступ к своим прошлым жизням и жизни между жизнями с помощью знаний и опыта своего нынешнего «Я», это не «мыслительный» процесс. Информация *принимается*. Я всегда спрашиваю о первом полученном образе, поскольку последующие могут быть результатом работы аналитической части сознания.

Я помогаю клиентам достичь сосредоточенного и восприимчивого состояния присутствия с помощью гипноза. В этом расслабленном и безопасном состоянии их аналитическая часть становится наблюдателем, а более глубокая часть психики открыта для информации, которая появляется в спокойном, пронизательном сознании. Обычно вначале она приходит в ответ на вопросы. По мере того как клиент обретает уверенность, информация начинает поступать легко, чему способствует намерение клиента провести сессию и зародившееся у него любопытство.

Во время каждой сессии я выступаю в роли посредника. Духовные наставники и высшее «Я» клиента контролируют ситуацию, фокусируя его внимание и предоставляя ему необходимую информацию. Я возвращаю клиентам их слова, прежде чем задать уточняющие вопросы. Если человек чувствует какое-либо сопротивление, я использую свои навыки, знания и опыт, чтобы помочь ему противостоять темным сторонам самого себя, принять и интегрировать их. Тьма – это черты характера, поведение и знания, от которых мы мысленно отказываемся и отрицаем.

На протяжении всей регрессии клиенты остаются в состоянии восприимчивого осознания, то есть они сосредоточены на том, чтобы быть открытыми и принимать все, что они получают в настоящий момент. Если они погружаются в сценарий, развивающийся в другом времени и месте и где они воспринимают себя как совершенно другого человека, то мы называем это прошлой жизнью. Когда они посещают нефизические измерения, например группу родственных душ, мудрых старцев или хранилища информации, мы знаем, что это загробная жизнь, жизнь между жизнями.

Существуют ли прошлые жизни и загробная жизнь?

Когда люди регрессируют в прошлую жизнь, действительно ли они попадают в то время, в котором жили раньше? А когда они переходят к жизни между жизнями, действительно ли они посещают загробный мир?

Невозможно абсолютно точно быть в этом уверенным, но, если поискать, найдется множество доказательств этого в разных источниках. В этой книге я рассказываю о том, что я наблюдала, слышала и пережила. Я нахожусь в самом привилегированном положении, ведь я общаюсь с сотнями людей, проникая в глубины их психики. Мне кажется, что это мой долг – писать о знаниях и мудрости, которые я получаю. Похоже, мои клиенты согласны с этим, потому что все они с готовностью подписали разрешение на публикацию своих слов¹. Я смиренно благодарю их за это.

Во время регрессий клиенты по-своему интерпретируют то, с чем сталкиваются. Они приходят в мой офис с острым чувством любопытства. Одни верят в прошлые жизни и жизнь между жизнями, другие открыты для такой возможности. А некоторые клиенты надеются получить доказательства жизни после смерти. Однако я не советую использовать регрессии для этого.

Чтобы вспомнить что-либо, мы должны применить воображение. Духовные наставники и высшее «Я» человека используют нашу способность к воображению, чтобы создавать образы прошлых жизней и жизни между жизнями.

Некоторые люди сомневаются в том, что они получают, задаваясь вопросом, не выдумывают ли они все это. Кто-то опасается, что зря тратит время или деньги. Это беспокойство отражает их уязвимость и неуверенность в себе, но я прошу их отбросить эти опасения на время. При переходе в другие сферы нужно оставить позади физический мир и его страхи. Анализ происходящего во время регрессии блокирует процесс восприятия.

Каждый человек должен сам принимать решение о достоверности своей регрессии. Я предлагаю своим клиентам проанализировать полученную информацию позже, если им хочется убедиться в реальности этого опыта. Как и они, я предположила, что истории в этой книге достаточно реальны, чтобы быть ценными, и я постаралась сделать так, чтобы они были еще и полезными.

Я доверяю своим клиентам. Они любопытны и ищут истину. Они хотят найти смысл своей жизни и найти свое предназначение. Многие из моих клиентов – приземленные люди: инженеры, медики, ремесленники, IT-техники, ученые, руководители, юристы, учителя, менеджеры и бизнесмены. Большинство уже на пенсии. Некоторые – целители и творческие личности. Эти люди приходят с верой в то, что существует нечто большее, чем просто их физическое существование. Они осознают, что мы больше, чем наше физическое тело, и больше, чем нефизический дух, который в нем обитает. Этот дух – часть нашей души.

¹ Имена клиентов были изменены из соображений конфиденциальности.

Земная система

Куда уходит наш дух после того, как он покидает тело? Наши эмоции, отношение к жизни и личность излучают уникальную частоту. В момент этого разделения качество нашей частоты определяет, куда отправляется наш дух. Некоторые авторы считают, что дух воссоединяется с душой. Да, часто так и происходит, но только тогда, когда вибрации наших духа и души совпадают.

Представьте, что Земля – это центр концентрических кругов вибрационной энергии. Частоты, близкие к ней, – более низкие, это позволяет земным духам, которые запутались, потерялись или застряли, обитать здесь. Майкл Ньютон, психолог, который провел множество регрессий в прошлые жизни и жизнь между жизнями, упоминал уединенные уголки для некоторых заблудших душ. Он встретил всего несколько таких душ среди тысяч клиентов, которые были в его практике. Большинство же после смерти в прошлых жизнях возвращались в духовный дом². Я описываю это место как пространство с более высокой и светлой энергией вибраций. В приведенной аналогии духовный дом находится во внешних концентрических кругах. Здесь же мы можем найти места обучения: школы, мудрый Совет Старейшин, библиотеки и группы родственных душ.

В своих регрессиях мои клиенты нашли места, где духи могут отдохнуть или восстановиться. Это промежуточные уровни жизни между жизнями со средним диапазоном частот. Люди, чувствовавшие эти вибрации, говорили, что им необходимо восстановиться перед возвращением в духовный дом на более высокие уровни или отдохнуть перед возвращением в следующую жизнь на Земле. Наша планета и диапазоны этих вибраций образуют то, что я называю Земной системой. После смерти тела наш дух притягивается к соответствующей частоте, которая может находиться на любом уровне внутри этой системы.

Обычно наша душа занимает более высокие уровни нематериального мира, которые описал Майкл Ньютон. Но души, как и духи, могут останавливаться в своем развитии, что влияет на природу их вибраций. Качество нашей вибрационной «подписи» – это отражение нашего выбора, что подробно рассмотрено в этой книге.

Цикличность – часть Земной системы. Ведь наша душа множество раз наполняет физическую форму – рождение и смерть на Земле, а затем возвращение в жизнь между жизнями, снова и снова.

² Майкл Ньютон. Предназначение души. Жизнь между жизнями. СПб.: Будущее Земли, 2021.

Последовательность путешествия нашей души

Если мы отстранимся и посмотрим на последовательность нашего путешествия через земные воплощения, то увидим закономерность.

Наша светлая жизнь – обычная и приятная, с обычными жизненными трудностями. Но у нас есть и более темные жизни. Один или несколько раз на протяжении многих воплощений мы оказываемся в поворотной точке, приближаясь к перекрестку с двумя вариантами выбора: тьма или свет. Какое направление мы выберем сейчас?

Если мы выбираем разделение, становясь либо беззащитными жертвами, либо бессердечными злодеями, у нас может уйти много времени, чтобы найти обратный путь к воссоединению. Это черные страницы для души, отрыв от Источника и других людей. Даже когда мы начинаем путь к воссоединению, наша жизнь еще полна трудностей. Нам нужно стать лучше, заново научиться доверию, контакту и снова открыться для любви. Когда мы наконец достигнем просветления, у нас будет множество ресурсов: новая уверенность в себе, внутренняя сила, благодарность, знание, сострадание и мудрость.

Понимание темной стороны человеческого существования

Из этой книги вы узнаете, почему души выбирают путь разделения и его различные итерации, становятся заблудшими в некоторых жизнях. Увидите, как они формируются во время мощных переломных жизней и с какими трудностями сталкиваются на пути к свету. Самое главное, вы поймете эту удивительную Земную систему и смысл путешествия нашей души через нее. Осознаете, для чего нужны черные страницы, какова ценность как опыта единения, так и проблем разделения. Вы поймете, как важен контраст, который является неотъемлемой частью воплощений на этой удивительной планете.

Это не значит, что мы можем оправдывать себя за ужасные поступки, говоря, что это просто часть путешествия нашей души. Все действия имеют последствия. Вы узнаете, что страдать от последствий – это важная, но болезненная часть душевного пути.

В этом мире много ужаса, порока и разорения. Кто-то испытывает мрачное восхищение теми, кто совершает варварские поступки, другие же отворачиваются, предпочитая не смотреть на худшие порывы человеческой природы. И все же большинство не понимает, почему в нашем мире так много ужаса и почему некоторые люди так жестоки. Знакомясь со случаями из этой книги, вы увидите, какие темные наклонности могут проявляться в людях. Я надеюсь, что эти истории помогут вам лучше понять наш беспокойный мир.

Случаи, приведенные в книге, – это отважные путешествия моих клиентов, которые я опосредованно пережила вместе с ними. Я тщательно отбирала истории в надежде на то, что они смогут объяснить, для чего нам нужны такие сложные эмоции, как потеря, боль, изоляция и жестокость, и в то же время раскроют понятия любви, радости и признательности.

Несмотря на сотни проведенных регрессий, я не утверждаю, что мои выводы или опыт, полученный в них, универсальны. Я лишь делюсь мудростью, почерпнутой из многих источников, включая регрессии, информация в которых была достаточно четкой. Однако следует помнить, что это может не относиться непосредственно к вам. Я советую следовать вашему духовному пути и делать собственные выводы о том, что я рассказываю в этой книге.

План книги

После предисловия находится раздел «Примеры помогающих практик». Некоторые истории из этой книги могут показаться вам слишком страшными. В таком случае здесь вы найдете несколько советов, которые будут полезны при прочтении.

Книга состоит из четырех разделов. В первом, «До падения», рассматриваются наши ранние воплощения на Земле и то, как проблемы сбивают нас с пути. В первой главе «Начало путешествия» рассказывается о природе души, притяжении Земной системы и о том, как мы начинаем свои воплощения и приспособляемся к жизни на Земле. Вторая глава «Заблудшие» объясняет, как и почему мы сбиваемся с пути, показывает, как энергия прошлой жизни может переноситься и влиять на нашу нынешнюю жизнь, словно компьютерная программа, которая все еще активна и работает в фоновом режиме.

Затем мы переходим к следующему разделу, «В глубины», который состоит из четырех глав. В главах 3–5 («Принятие себя как преступника», «Спуск во тьму», «Темный путь вампиризма и власти») подробно описываются путешествия клиентов в жизни, полные аморальных или преступных действий. Мы исследуем причины падения каждой души в эти темные жизни и их постепенное возвращение к свету. В главе 6 «Трансформация заблудших душ» рассматривается, как души, запятнанные земной жизнью, начинают свой путь обратно к свету и как духовные наставники помогают им продвигаться вперед.

В третьем разделе, «Возрождение», показано, как души находят в себе мужество, чтобы открыться как эмоционально, так и духовно. В главе 7 «Смягчиться» обсуждаются плюсы проживания потерь и боли и то, как можно растопить застывшие эмоции. В главе 8 «Подняться к свету» мы исследуем нынешние и прошлые жизни двух клиентов, которые проходят путь от разлуки и отчаяния через смятение и уязвимость к большей силе и умиротворению. В главе 9 «Научиться любить» рассматриваются разные препятствия на пути к любви, которые преодолевают три клиента.

В последнем разделе, «Обретение равновесия», мы встречаем души, совершенствующие необходимые способности и качества по мере того, как они приближаются к концу своего воплощения на Земле. В главе 10 «Избегая глубин» рассказывается о том, как некоторым удается избежать пути преступника в своих земных воплощениях. В главе 11 «Внутренняя сила и равновесие» мы встречаем душу, которая использует свои способности и мудрость для того, чтобы достичь баланса в реальной жизни. В главе 12 «Духовное смирение» мы исследуем природу смирения человека по мере продвижения к заключительным стадиям воплощения.

Физические и эмоциональные реакции – ключ к разгадке истории нашей души. Читая случаи из этой книги, вы можете заметить, что некоторые из них вызывают у вас определенную реакцию. Возможно, какая-то ситуация или герой покажутся отталкивающим или притягательным. Что-то из прочитанной истории может запасть вам в душу. Если подобное произойдет, то я советую обратить на это внимание. Вполне вероятно, что с этой историей связано что-то, что вы могли бы исследовать. Уделив этому время, можно получить больше информации о своем истинном «Я» и опыте прошлых жизней.

По ходу книги мы узнаем, как души начинают свое путешествие, устанавливая связь с Источником, теряют эту связь и в конце концов снова обретают ее. На протяжении всех наших жизней мы развиваем свою интуитивную мудрость.

Со временем интуиция крепнет. Направляемые Источником, мы приобретаем разнообразный опыт, принимаем бесчисленные решения, пожинаем последствия, видим бесчисленные связи между всеми нами и постепенно обретаем понимание себя и нашего мира. Мы обретаем глубокую связь с высшей мудростью и духовной истиной, и каждый из нас живет уникальной, настоящей жизнью.

Итак, давайте начнем наше путешествие, полное открытий, узнаем, какую ответственность мы берем на себя, когда решаем воплотиться в Земной системе, и как мы проходим через жизненные испытания, пока наконец не достигнем состояния, в котором мы полны благодати, доверия и мудрости.

Примеры помогающих практик

Этот раздел был разработан как вариант помощи, если во время чтения книги вы почувствуете тревогу. Пожалуйста, имейте в виду, что эти практики не заменяют профессионального лечения у врачей, психологов или других специалистов в области здравоохранения. Обратившись к специалисту, вы получите персональные рекомендации, которые вам помогут.

Успокаивающее упражнение

Вы можете выполнить это простое упражнение прямо сейчас. Чем чаще вы его используете, тем легче и эффективнее оно становится.

1. Сделайте медленный глубокий вдох.
2. Задержите его на несколько секунд.
3. Теперь медленно выдохните.

Повторите все шаги с начала, но на этот раз обратите внимание на ощущения в теле.

1. Сделайте медленный глубокий вдох, замечая, как расширяются грудь и живот.
2. Замерьте в этом состоянии на пару секунд.
3. Теперь медленно выдохните, обращая внимание на ощущение разрядки.

Повторите в третий раз, подключив воображение.

1. Медленно, глубоко вдохните свежий воздух, представляя, как вас наполняет живой кислород, а вместе с ним новая энергия, освежающий, искрящийся и очищающий свет, который распространяется через вас.

2. Задержите дыхание на пару секунд – кислород и свет питают клетки вашего тела и расслабляют мышцы.

3. Медленно выдохните, освобождаясь от всего негатива и тяжести, которые покидают тело, исчезая вдали. Это может быть похоже на чувство освобождения, ощущение, что энергия вытекает из тела.

4. Повторяйте эти шаги, пока не почувствуете спокойствие. Но очень медленно, чтобы избежать гипервентиляции.

Выполняйте это упражнение в любое время, если почувствуете тревогу. Это отличная техника, которая часто бывает полезна. Когда вы ощутите душевное смятение или напряжение в теле, такое осознанное дыхание поможет вам восстановить равновесие.

Я использовала это успокаивающее упражнение за рулем, в компании других людей (незаметно для них), в кино, на собраниях и во многих других ситуациях.

Часто я более глубоко прорабатываю возникшую тревогу позже, обычно когда остаюсь одна в безопасном месте, размышляя над ключевыми событиями своего дня. Это помогает мне понять, есть ли в моей реакции что-то более глубокое. Я всегда стремлюсь распознать и принять любую проблему или эмоцию из прошлого, которая все еще оказывает влияние на мою психику. Для этого я обращаюсь за помощью к своим духовным наставникам. Сосредоточившись на тревожном ощущении, я спрашиваю себя: «Когда я чувствовала это раньше?» – отмечаю, что приходит на ум: возможно, воспоминания, образы, слова или ощущения.

Даже если я не понимаю логику ответов, все равно продолжаю исследовать, спрашиваю себя, почему эти воспоминания или образы важны и как они связаны с моим текущим состоянием.

Задавать вопросы полезно. Это помогает мне установить причины, понять, почему я отреагировала так, как отреагировала. Иногда связь между моей реакцией и прошлым найти легко, а иногда на получение ответов и установление причин могут уйти недели или даже месяцы. В одном случае мне потребовалось более двадцати лет, чтобы найти ответ. Я не была эмоционально готова справиться с ответом и изменить свою жизнь под влиянием нового знания.

Доверяйте тому, что вы получаете, и тому, что вы не получаете. Ваши духовные наставники знают, что вам нужно.

Связь с внутренним руководством и духовными наставниками

Для многих связь с внутренним руководством или духовными наставниками, которых я называю Источником, довольно проста. В сущности, она ничем не отличается от интуитивных мыслей, идей или посланий, которые время от времени появляются в вашем сознании, независимо от того, просили вы об этом или нет.

Нам бывает трудно получить руководство, когда эта связь блокируется. Источник никогда не блокирует нас; скорее, мы сами отрезаем себя от него. Причин может быть много. Скептическое отношение к существованию Источника – одна из возможных причин блокировки. Мы можем испытывать гнев как из-за конкретной обиды, так и из-за потери или множества трудностей, с которыми сталкиваемся в течение жизни в целом. Мы можем сомневаться в своей способности установить связь с Источником или считать себя недостойными какой-либо помощи или содействия со стороны высших сил. Мы можем бояться наказания (возможно, это связано с детским опытом или религиозной индоктринацией), собственной уязвимости, нас может тяготить чувство вины и гнева, или мы просто еще не готовы услышать правду.

Если вам трудно установить связь, первым делом нужно выявить любые блоки и найти способ их снятия, возможно, с помощью специалистов. Осознайте, что связь с Источником существует и доступна даже тогда, когда вы этого не осознаете.

Чтобы подключиться:

- Найдите тихое, безопасное, удобное место, где вас никто не потревожит.
- Попросите присутствия только тех мудрых сущностей, которые нацелены на ваше высшее благо и высшее благо всех.
- Расслабьте свое тело, сосредоточившись на дыхании, ощущая, как расширяется грудная клетка при вдохе. Выдыхая, сосредоточьтесь на том, как вы высвобождаете и отпускаете воздух и любое напряжение в вашем теле. Делайте медленные, глубокие вдохи, пока не почувствуете спокойствие и умиротворение.
- Напомните себе, что энергия Источника рядом и хочет соединиться с вами.
- Представьте, что вы открываете свое сердце, руки, все свое «Я», чтобы впустить эту энергию. Это всеобъемлющее чувство. Перед мысленным взором может предстать что-то или кто-то, например свет. А может, вы вообще ничего не увидите. Вы можете что-то почувствовать: изменение, тепло, покаяние или какую-то энергию. Доверяйте этому ощущению, даже если оно едва уловимо. Вы можете что-то услышать: голос, послание, музыку, какой-то звук. Опять же, доверяйте!
- Неважно, произошло что-то из этого или нет, вы можете предположить присутствие мудрой энергии или сущности и задать вопрос. Самая первая мысль или идея, образ или впечатление, чувство или ощущение, которое возникнет в вашем сознании или теле, является ответом или посланием для вас в данный момент времени. Сосредоточьтесь на этом! Обычно ответ сразу же обретает смысл. Вполне вероятно, что вы уже думали об этом раньше. Если послание кажется туманным, возможно, расшифровать его получится позже.

Несколько советов

- Чем чаще вы будете выполнять это упражнение, тем легче будет устанавливать связь. Даже если ничего не происходит, продолжайте просить о контакте. Некоторые из нас так долго пренебрегали этим каналом связи, что теперь потребуется время, терпение и доверие, чтобы вновь открыть его.

- Настрой должен быть позитивным и доверительным. Помните, что мы получаем то, что излучаем. Если вы не чувствуете себя открытыми и доверчивыми, стоит заранее развеять все сомнения.

- Вам нужно суметь задействовать свое воображения, ведь именно благодаря ему приходят эти послания. Это нефизическое, то есть подсознательное, общение.

- Самое важное – понять, что совет – это просто совет. Вы и только вы несете ответственность за действия, которые совершаете в жизни, независимо от того, были ли ваши действия направлены свыше или нет. Не делайте ничего, если вы не готовы взять на себя ответственность за результат своих действий.

Принятие независимости всех душ

Любящие и заботливые люди, естественно, сочувствуют другим и хотят облегчить их страдания. Но это не всегда возможно или целесообразно. В наши обязанности не входит брать на себя кармический груз другого человека, чтобы спасти его от последствий его действий. Каждая душа находится на пути познания. Мы должны очень четко осознавать свои мотивы, прежде чем вмешиваться в чужую жизнь.

Если мы хотим предотвратить или облегчить страдания других, потому что они сильно тревожат нас, то наши мотивы могут быть искажены. Нужно спросить себя, не бегу ли я от собственных эмоций? Иногда, видя чужие страдания, мы переживаем. Но часто это связано с тем, что эта ситуация затрагивает какую-то травму из прошлого, которая до сих пор не решена.

Я всегда внимательно изучаю собственные мотивы, чтобы убедиться, что мое желание помочь не продиктовано эго. Я должна быть уверена, что мои мотивы чисты, и, помогая, я следую мудрому внутреннему руководству. Оно может стать самым важным союзником при выработке подхода, направленного на всеобщее высшее благо.

Иногда тем, кто страдает, требуется практическая помощь, но есть и другие способы помочь им. Например, посылая свет и любовь:

- Закройте глаза и сделайте несколько глубоких, медленных вдохов.
- Призовите своих наставников, веря, что они существуют.
- Попросите их окружить человека или событие любящим светом.
- Представьте, что вы видите человека или событие, окруженных этим заботливым, мощным сиянием, как будто энергетическим шаром или столбом света, спускающимся сверху, обволакивающим человека, место или событие.
- Поверьте, что эта любящая энергия света облегчает любую боль и потрясение, согревая и успокаивая этого человека, людей или событие, давая им возможность видеть и ясно мыслить.

Духовные наставники часто говорили нам, что этот процесс, похожий на молитву, влияет на страдающих людей, а также энергию нашей планеты.

Шаг в радость

Благодаря этому упражнению вы научитесь, опираясь на ваше счастливое прошлое, чувствовать радость в любой момент, когда захотите. Чем чаще вы будете практиковаться, тем все легче и легче оно будет даваться, вплоть до того, что вам больше не понадобится выполнять каждый шаг. Ваша цель – уметь осознанно и быстро вызывать радость в разных ситуациях.

Чтобы освоить эту технику:

- Начните с того, что найдите удобное место, где вас никто не потревожит.
- Закройте глаза и сделайте несколько медленных, глубоких вдохов.
- Когда почувствуете себя комфортно и расслабитесь, вспомните на минуту один из самых светлых и радостных моментов в вашей жизни. Можете попросить своих наставников помочь вам в этом.

- Погрузитесь в этот радостный опыт, вспоминая все подробности. Потом вам потребуется лишь мгновение, чтобы ощутить влияние этого чувства счастья. Вдохните его. Позвольте ему пройти через все тело прямо в сердце.

- Сосредоточьтесь на сердце. Представьте, как оно увеличивается, вмещая всю ту любовь, радость и благодарность за все счастливые моменты в вашей жизни, которые вы испытывали, весь тот богатый жизненный опыт, который вы уже получили и еще получите.

- Знайте, что вы выполняете свое предназначение, независимо от того, что происходит на вашем пути. Чувствуете ли вы отчаяние или счастье, на самом деле вы не можете не выполнить свое предназначение. Хотя вы, возможно, считали иначе, любой опыт ценен. Все хорошо.

- По мере того как вам будет все легче и легче получать доступ к этому чувству счастья, вспомните, как вы ощущали его в других ситуациях. Возможно, вы будете и дальше прокачивать эту способность, применяя ее во всевозможных обстоятельствах, даже в самых сложных.

Примечание: вы можете записать эти упражнения на диктофон, чтобы использовать их в дальнейшем. Также ознакомьтесь с разделом рекомендуемых ресурсов в конце книги.

Глава 1

Начало путешествия

Представьте, что вы проснулись в незнакомой постели и не помните, что было прошлым вечером. Пытаетесь поднять руку, но она неподъемна. Постепенно вы понимаете, что рядом есть люди, чувствуете, что они пытаются помочь, но когда открываете рот, чтобы что-то сказать, у вас ничего не выходит. Ваше зрение затуманивается, сознание начинает мерцать. Наверное, проще будет вновь заснуть.

Амнезия ужасна. Неважно, почему вы в больнице – медицинская ошибка или физическая травма. Постепенно вы начнете сшивать кусочки своей жизни, но некоторые воспоминания могут оказаться потеряны навсегда.

С вами такое уже происходило. Вы помните, когда впервые осознали себя в детстве? Наши ранние воспоминания часто едва уловимы. Возможно, чувствовали себя потерянным и не знали, на своем ли вы месте. Может быть, спрашивали: «Кто я?», «Откуда я взялся?». Постепенно вы запомнили ответы. Вам дали имя, вам сказали, что вы родились. Но у вас оставалась тень сомнения. Не на все вопросы вы получили ответы. Чего избегали окружающие вас люди? Откуда вы взялись *на самом деле*? Может быть, вы действительно что-то потеряли навсегда?

Будучи ребенком, вы не осознавали, что вы – душа, воплотившаяся в человеческом теле. Возможно, у вас еще есть сомнения, но, скорее всего, вы уже родились на Земле раньше.

Даже если некоторые души испытывают радость и любопытство, возвращаясь на Землю, есть те, которые могут почувствовать тревогу. Для младенца, неспособного позаботиться о себе, мир может быть совершенно непонятным. Здесь есть необычные существа, издающие причудливые звуки, и незнакомые места, наполненные странным. Вновь воплощенные души в значительной степени забыли, кто они такие, и не знают, с чем они могут столкнуться на этот раз.

Если это сложно для душ, возвращающихся сюда после многих земных жизней, представьте себе опыт тех, которые никогда не воплощались здесь раньше. Они заключены в физические тела, которые ограничивают их движение. Их окружает какофония навязчивых звуков. Странные существа мелькают в их поле зрения, и каждый контакт кажется заряженным сильными эмоциями. Все новое и потенциально опасное. Можно предположить, что для них ранние воплощения кажутся одновременно сбивающими с толку и противостоящими друг другу.

Хоть вы и сами прошли этот путь, скорее всего, уже забыли, как это было.

Прежде чем мы начнем исследовать путешествие души через множество жизней, нам нужно ответить на несколько актуальных вопросов. Что такое душа? Что мы подразумеваем под нематериальным? Кем были до того, как пришли на Землю? Откуда мы пришли? Почему решили прийти сюда? Были ли мы готовы к этому путешествию и как его начали? Что ощущали, когда прибыли сюда и как справились с этим?

Чувствуете, что у вас перехватило дыхание? Отлично – давайте окунемся в работу!

Природа душ

Что такое душа? Практически все, что вы можете вообразить, в этом-то вся проблема. Многие люди представляют себе это, как нечто легкое и свободное, девственно чистое по своей сути. Но, как я обнаружила, души могут блуждать в течение многих жизней. Они могут возвращаться на Землю снова и снова, сея хаос и разрушение.

Если вы хотите понять, что на самом деле означает быть душой, оглянитесь на людей, которых вы знаете. Каждый из них – это душа, живущая в человеческом теле. И все те разнообразные качества, которые вы видите в других людях – будь то благие, дурные или нейтральные, – отражают состояние их душ.

До своего первого воплощения души не являются ни хорошими, ни плохими. Это просто вероятности – аспекты Источника, которые решили испытать жизнь на нашей планете. Поскольку души нематериальны, воплощение представляет собой сложную задачу. Им необходимо понижать частоту вибрации, пока они не войдут в резонанс с Земной системой. Души начинают меняться еще до того, как соединятся с человеческим телом. Они открыли себя для жизни в системе со множеством вариантов выбора – и все они имеют последствия.

Мы называем души нематериальными, потому что не можем воспринимать их своими физическими чувствами. У людей есть ограничения, которых нет у душ. Когда душа воплощается в человеке, она принимает на себя эти ограничения. Например, человеческий глаз может видеть только 0,0035 % электромагнитного спектра. Мы знаем, что наш слуховой диапазон ограничен – собаки и летучие мыши могут слышать частоты, которые не слышат люди. Существуют химические вещества и газы, которые человек не может почувствовать на вкус и запах. Наши чувства и эмоции подобны неисследованному континенту, и мы не знаем, как на нем ориентироваться.

Возможно, что души и нематериальный мир существуют на тонком уровне физического мира, который мы не можем обнаружить. Данные, собранные за годы исследований, свидетельствуют о том, что Вселенная в основном состоит из темной энергии (68 %) и темной материи (27 %)³. Физика говорит нам, что без темной материи Вселенная разлетелась бы на части, а темная энергия способствует ее расширению. На видимый космос приходится лишь 5 % от всей Вселенной.

Но ученые не могут увидеть, потрогать или идентифицировать ни темную материю, ни темную энергию. До сих пор ни один прибор не смог их обнаружить.

³ Dark Energy, Dark Matter. What We Study. NASA, accessed April 29, 2021. URL: <https://science.nasa.gov/astrophysics/focus-areas/what-is-dark-energy>.

Доступ к нематериальной Вселенной

Когда люди входят в гипнотический транс во время регрессий, у них появляется доступ к элементам этого невидимого космоса. Они посещают загробную жизнь и другие миры. Общаются с друзьями, родственниками и небесными сущностями. Пребывание в транс позволяет им выйти за пределы ощущения мира пятью органами чувств и получить доступ к шестому чувству, или третьему глазу. Я называю это интуитивным чувством.

В невидимом космосе есть измерение, близкое к Земле, которое душа называет своим домом. Майкл Ньютон назвал его «жизнь между жизнями»⁴. Это немного неверное название, потому что в дальнейшем он выяснил, что душа остается в этом измерении даже во время воплощения на Земле. Давайте на мгновение остановимся и вникнем в это. То, что на самом деле населяет и оживляет физическое тело, – всего лишь часть энергии, которую вложила в него наша большая душа. Пока мы живем здесь, на Земле, другой аспект высшего «Я» остается в другом измерении.

Это означает, что между нематериальным уровнем и физической Землей существует мощная взаимосвязь. В совокупности они образуют Земную систему. Душа, воплощающаяся на Земле, пришла из нематериальной части системы, которую мы называем загробной жизнью, духовным домом или жизнью между жизнями.

⁴ Майкл Ньютон. Путешествия души. Жизнь между жизнями. СПб.: Будущее Земли, 2021.

Двойственность

Для наших органов чувств физический мир кажется четким и осязаемым. И сколько бы красоты в нем ни было, он настолько же полон опасностей. Чтобы выжить, человек должен замечать и понимать, что происходит вокруг. Раз мы так сильно зависим от других людей, то нам необходимо знать, помогут они нам или навредят. Больные они или здоровые, счастливые или несчастные, добрые или злые? Поскольку наше тело уязвимо, мы должны проверять погоду, прежде чем выйти на улицу. Будет жарко или холодно, тихо или ветрено, сыро или солнечно? Когда мы переходим улицу, мы знаем, что нужно следить за машинами – движутся они или стоят на месте? Если они движутся, то быстро или медленно, вперед или назад? Так много всего нужно замечать, и это требует полной концентрации внимания.

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.