

Татяна Рыбакова

# Просветление



# Татьяна Рыбакова

# Просветление

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=41831339](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=41831339)*

*ISBN 9785449645616*

## Аннотация

Вторая часть трилогии повествует о дальнейшей дороге духовного пробуждения, его окончании и последовавшем просветлении. О нахождении истины и ответов на вопросы

# Содержание

|  |    |
|--|----|
| Вступление   | 5  |
| Глава 1. Начальный этап глубокой<br>трансформации сознания | 6  |
| Медитации  | 6  |
| Конец ознакомительного фрагмента.                          | 16 |

# **Просветление**

**Татьяна Рыбакова**

© Татьяна Рыбакова, 2019

ISBN 978-5-4496-4561-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Вступление

Вторая часть трилогии повествует о дальнейшем продвижении на пути света и любви, которое ознаменовалось постепенными переменами во мне. Я бы назвала его даже периодом интенсивного обучения и новых осознаний. Книга касается отрезка всего восьми месяцев, каждый день из которых был наполнен интенсивной работой над собой. Ее можно даже назвать курсом духовного развития и исцеления души. Я шла вперед, открывая новые горизонты. Я очень хотела исцелиться, наладить отношения со своим внутренним и внешним миром. Я начала с медитаций, потом я приступила к более глубокому обучению, нашла единомышленников, и наконец достигла истинного просветления. Я узнала, что такое настоящий духовный путь и где его конец. За недолгое время я сделала больше открытий, чем за всю свою жизнь.

# **Глава 1. Начальный этап глубокой трансформации сознания**

## **Медитации**

Прошел месяц с того времени, как я открыла для себя медитации. Я накапливала знания несколько лет, искала ответы. Все это продолжалось приблизительно десять лет. Крупицу за крупицей я выискивала бесценную информацию. У меня никогда не было учителя. Просто время от времени в жизни попадались люди, которые вели меня.

Что такое медитация? Медитация- техника, которая позволяет научиться управлять своим вниманием, техника успокоения ума. Медитативное состояние- это расслабленное, но в то же время очень ясное, бодрое состояние. Возможно в любом виде деятельности войти в это состояние. Главное-остановить ум. Ты можешь чем-то быть занят, но внутри себя ты находишься в глубокой тишине. Медитативные практики должны привести именно к такому состоянию, а также к повышению осознанности и концентрации. Для занятия медитацией необходимо сесть прямо и расслабить тело, чтобы облегчить процесс дыхания. Сосредоточьтесь на ощущении своего дыхания и наблюдайте за ним.

Вдох-выдох. Переключите внимание на дыхание. Во время практики постарайтесь не давать своим мыслям и чувствам никаких оценок. Просто наблюдайте за ними как они приходят и уходят.

В интернете я нашла медитации на самые разнообразные темы. Некоторые из них я практиковала неделями, бывало, пробовала пару раз. Когда эффект был достигнут, я чувствовала, что надо двигаться дальше. Первой была медитация, которая настолько зацепила меня, что я начала прослушивать ее ежедневно. Так продолжалось в течение месяца. Она была посвящена исцелению нервной системы. По времени занимала сорок восемь минут. Голос звучал минут тридцать. Остальное время просто играла музыка. Музыка оказалась удивительной.

Мне хотелось слушать ее снова и снова, как человек, страдающий от жажды, не может напиться водой. Медитация начиналась с дыхания. Голос предупреждал о возможных неприятных ощущениях в теле. Это просто застрявшие энергии, говорил он, которые мешают протекать потоку света в моем теле. Голос обещал замену старых структур и запуск новых программ. Болезней нет-это тоже программы. Это лишь мысли. Медитация позиционировалась как ченнелинг. Белый свет спускается в макушку головы и оmyвает все тело. Исцеление источником света. У меня появился зуд и мурашки, особенно в голове. Я содрогалась от рыданий несколько дней при прослушивании этой медитации и даже

после. Под видео я читала множество комментариев благодарных людей. Количество просмотров перевалило за миллион и это неудивительно при таком волшебном эффекте. Одна женщина стала чувствовать ноги после первого прослушивания, а до этого не чувствовала несколько лет.

Где-то через месяц я начала практиковать динамическую медитацию. Я впервые начала видеть цветные энергии. Особенно часто я наблюдала голубой цвет. В начале он был грязным, но со временем стал красивым и ярким. Потом я начала видеть огоньки. Эта медитация давала мне прилив энергии, убирала негативную энергию, блоки, зажимы, снижала стресс. Продолжалось это примерно три недели. Потом мне надоело. Суть состояла в том, чтобы интенсивно двигаться, не ограничивая себя в движениях- танец, прыжок, кружение, двигаться-махать руками, ногами. Я впервые почувствовала силу и могущество своей души. Нужно было одновременно танцевать и глубоко дышать, внести всю энергию в движения. Главное-естественность, двигаться быстро, но так как подсказывает тело. Должно было уйти много боли из сердца. Натанцевавшись- я ложилась закрывала глаза и видела цветные энергии. Со временем я видела цвета уже в процессе танца. Эта медитация была чудом для меня. Этот голос полный доброты и чистоты. Эти качества чувствуются и считываются мгновенно. А это значит добрый человек не может ощущаться как злой. В этой девочке чувствуется так много любви. Именно это привлекло меня. Она особен-



ная, не похожа на других. Она чудо. Если бы все люди могли быть такими, как легко, как хорошо все бы мы жили. Главная боль заключается в людской нелюбви, когда человек не живет с любовью, а наоборот. Этим он причиняет боль. Зло я воспринимаю болезненно. Но почему другие этого не видят? Только сейчас я поняла, что наделена даром видеть алмазы и кляксы. Раньше я думала, что со мной что-то не так: раз я слишком болезненно на все реагирую. Я чувственник и это дар мой. Видеть истину, видеть совершенство и стремиться к нему. Не принимать негатив, людей с их недостатками. Не говорить пусть. Надо улучшать мир. Мир должен и будет улучшаться. Так и должно быть. Иначе нельзя.

Следующей была медитация, которая очень почистила меня. Я ее проводила раз или два. Медитация очищения и защиты тела от болезней и старых программ, невыпущенных эмоций. Медитация обещала ключи к эмоциональной свободе от других людей. Она по максимуму помогает освободиться от глубоких эмоциональных ран и травм. Ставит мощную защиту. У меня перестала болеть голова, я ощутила сильные мурашки, особенно в голове. Еще в руках, пальцах, ногах. Я вытягивала серые провода из разных частей тела и наполняла эти места светом.

Слез уже не было. Слезы — это реакция организма на процесс освобождения энергии. Это воздействие на четвертую сердечную чакру. Душа радуется потокам энергии, которые обрушиваются на организм. Мурашки и зуд — это открытие

поверхностных каналов. Там, где сильно ощущается, значит каналы сильно спазмированы или забиты. Со временем медитации стали заходить быстрее и эффект был заметнее. Я ощутила мощное очищение и освобождение.

Также хочу отметить еще одну медитацию на выход из матрицы и снятие негативных программ. Она была очень короткая. Всего семнадцать минут, но с прекрасной музыкой. С ее помощью я начала открывать в себе подлинную свободу. Страдание – это отключение от поля божественного истока. Важно не забывать отслеживать негативные мысли и ощущения в течение дня. Фокус внимания может сдвигаться на негатив. Тогда человек выпадает из светового потока. Надо постоянно погружаться в себя, осознавать свое присутствие и как можно чаще отстраняться от ненужных мыслей. Чем меньше вы прокручиваете информационные потоки мыслей, и больше погружаетесь в телесные ощущения, тем проще вам становится управлять своим вниманием и всей своей жизнью. Через медитацию глубже подключаешься к божественному сознанию. При регулярном прослушивании вы все менее и менее подвержены негативной информационной сетке.

Сначала расслабление, отпускание мыслей. Со вдохом нужно представить, как вас омывает небесный голубой свет. Вдох и выдох. Вы попадаете в безграничное поле божественного сознания света и любви. Через него проходят импульсы. Вас окружает пространство из кристаллических струк-

тур и вас они пронизывают. Запускается программа возвращения в божественное сознание. Любовь переполняет вас. Очищается ваш ум. Вы осознаете свое расширение, безграничность и свободу. Вы отключаетесь от всего старого. Возвращается внутренний баланс. Формируется новое поле восприятия, новые возможности. На фоне этого светового порядка, все старое автоматически растворяется, и вы становитесь совершенной божественной формой. Не забывайте: источник света -ваш родной дом.

Я чувствовала расширение сознания. Кроме того, происходила интенсивная чистка моих энергий. Целый месяц я сильно болела. Глубинный кашель был очень близок к астматическому, он выворачивал меня наизнанку, доходил до рвоты, из организма выходило много слизи.

Я стала меньше испытывать боль от чужого негатива и критики окружающих. Возникло осознание того, что нужно немедленно уезжать из этого города и увольняться. Появилось желание меньше тратить денег, пришло осознание, что я уже давно живу в изобилии, а вовсе не в нехватке. Но отъезд так и не был осуществлен и с работы я уйти не решилась.

Питание вместе с медитациями помогают настроиться на Космос и Землю. Через дыхание идет активация клеток. Я узнала, что могу задать себе любую программу и даже менять физическое тело. Свет действует на материю. Растительная еда несет код жизни. Нужно стремиться всегда ощу-

щать себя в потоке.

Теперь целью своей жизни я вижу восхождение. Я пока еще засыпаю во время медитации, так как у меня мало энергии. Однако подсознание очищается все равно. Постепенно начал проходить мучительный кашель, и я продолжала писать книгу. Несколько месяцев до этого я была слишком занята своими страданиями, и у меня не было на это ни желания, ни энергии. Со временем я перестала кашлять по ночам, но днем кашель никак не проходил.

Я стала намного счастливее, но иногда негатив все-таки выкидывал меня из положительного поля. Я стала быстрее двигаться, так как почувствовала в себе больше энергии и вес мой снизился еще больше. Кажется, депрессия отступила. Вскоре случилось настоящее чудо. Мой бывший муж Глеб появился на пороге и от сердца попросил прощения. Вернул мне кармический долг, чтобы я могла спокойно жить дальше. Обида ушла, и я решила, что буду вспоминать о нем только хорошее.

Мне нестерпимо захотелось вернуться на Родину, но ради сына я продолжаю оставаться здесь. Хочу уйти от Паши, но жалко его. Хочу уйти с работы и найти на дому. Не мое там место, там много негативной энергии исходит от людей.

Спустя время я увидела, что медитации не помогают. С утра до вечера находясь на работе, я ощущаю негатив. Я не могу спокойно работать. Меня почему-то некоторые коллеги не любят в коллективе, пытаются задеть не напрямую,

а косвенно, внушить, что я заслуживаю плохого отношения. Я не даю для этого ни единого повода. За год работы вела себя сдержанно, корректно, соблюдала нейтралитет и не высказывала свое подлинное мнение. Чтобы я не делала мне хорошего отношения вовек не заслужить. Зря я вернулась. На любой работе я попадаю в подобную ситуацию, которая развивается по одному сценарию. Хочу найти работу на дому. Какой смысл медитировать, а потом целый день сидеть в негативе от чужих злых взглядов и выпадов. Я осознала: чтобы я ни делала, мне не дадут спокойно работать. В чем или в ком причина я так и не узнала. Знаю только, что нужно срочно уходить оттуда.

Надо вычистить свою жизнь. Завести любимого партнера, любимую работу, приятных людей рядом. Я не знаю, как еще мне себя защитить. Ничего не помогает. Я скитаюсь от работы к работе, но ничего не прекращается. Я не знаю, как это прекратить, потому что не знаю причину. Что я должна сделать, чтобы это прекратить? Это не моя иллюзия. Это идет извне.

Со временем появилось больше энергии, и я перестала засыпать во время медитации. Я стала выглядеть моложе. Во мне снова открылась способность радовать людей одним своим видом.

Еще два месяца после начала медитаций я открыла для себя Моцарта. Ученые доказали, что его музыка обладает лечебным эффектом. Именно его, а не других композиторов.

Она имеет высокую частоту. Я заинтересовалась его биографией. В процессе изучения я увидела, что этот человек был чист душой, словно ребенок. Ни одна музыка не может сравниться с его, не лечит, не улучшает умственную деятельность. Ученые доказали с помощью приборов, что при прослушивании музыки Моцарта у человека светится вся голова, точнее мозг.

Я пыталась исцелить себя разными способами от злобности окружающих, которую я воспринимала кожей. Я сначала пыталась найти другую работу. На какое-то время мне показалось, что я смогу все преодолеть и перестану обращать на это внимание. Некоторые люди не заслуживают хорошего отношения, поскольку сами относятся плохо. Несмотря на противоречия с окружающим миром, время от времени в моей жизни случались новые открытия и чудеса. В середине августа 2018 года мне позвонила Оля- подруга детства. Мы утратили связь четыре года назад и теперь она восстановилась. Я была очень рада. В жизни мы с ней не виделись десять лет. Она постарела немного, но выглядит хорошо. Они с мужем почти не изменились. Я впервые увидела их сына Артема.

Я начала практиковать новую медитацию на раскрытие любви. Она на меня пока не действует, но я работаю над собой ежедневно. Центр любви во мне заблокирован. Обострилась интуиция. Я начала считывать информацию с людей без слов. Моя жизнь наполнилась чудом и почти каждый день

нес новое открытие. Каждый день с слушала музыку Моцарта.

Неожиданно я почувствовала слабость, ведь я почти не употребляла в пищу белок. Чтобы пополнить свои силы, я начала есть гречку. За два месяца потеряла десять килограмм. Я не могу еще вырасти настолько, чтобы прощать других людей, не могу подавить желание отомстить за сына. Но я уже осознала, что нужно научиться прощению.

Однажды я чуть не умерла. Ночью мне приснился сон, в котором поезд неожиданно несется на встречу, так что я едва успела отбежать. Утром маленький глоток воды попал мне не в то горло. Я не могла дышать, говорить. Я пулей побежала к маме в комнату, чтобы показать, что меня надо по спине колотить. Мама растерялась и не понимала, что со мной и как помочь. Она в панике позвала Виталика, а между тем моя жизнь висела на волоске, время шло на секунды. Вместе они колотили меня по спине. Виталик стучал изо всех сил и наконец я смогла дышать и говорить.

# 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.