



Ольга Разгуляева

# ГрАБли сЧАСТЬЯ

Самокоучинг для сильных духом



**Ольга Разгуляева**  
**Грабли счастья. Самокоучинг**  
**для сильных духом**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=42673208](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42673208)*

*ISBN 9785449689696*

**Аннотация**

В эпоху тотальной информатизации так важно не захлебнуться. Берите важное для себя. Освобождайте сознание. Открывайте сердце. Крепите Дух. Эта книга станет вашим незаменимым помощником в знакомстве с собой. Вы найдете в ней главное – себя. Книга снимает вопросы по всем злободневным темам, собирая воедино Дух, Душу и Тело. «Дарят от достатка и изобилия. Дефицитные дарить не умеют».

# Содержание

От автора	5
Часть I.	12
Обретение с-часть-я, или человек как СО-у- част-ник судьбы	12
Зачем я вам пишу	23
Причины неудач в жизни и язык исполнения желаний	34
Конец ознакомительного фрагмента.	40

# Грабли счастья Самокоучинг для сильных духом

**Ольга Разгуляева**

*Посвящается сыну.*

*«Вселенская искренность в твоих желаниях.*

*Оставайся таким всегда».*

Охраняется законом РФ об авторском праве. Воспроизведение всей книги или любой ее части в любой форме запрещается без письменного разрешения автора.

© Ольга Разгуляева, 2019

ISBN 978-5-4496-8969-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# От автора

Здравия всем, друзья мои! Давайте поприветствуем друг друга и обменяемся зарядом позитива!

Именно так я *чаще всего* начинаю разговор со своими... нет, язык не повернется сказать «подписчиками» – друзьями, и только так! Ведь все мы, обменявшись энергией, станем ближе, и не важно, где происходит наше общение – в Инстаграме, на тренингах или, как сейчас, на страницах книги.

Обратите внимание: я пишу не привычное «Здравствуйте» – приветствие, истинный смысл которого ускользает от нашего внимания, а искренне желаю вам здоровья и долголетия. «Здравия всем вам», – говорю я. Чувствуете разницу?..

...Человеку свойственно не ошибаться, а получать опыт. Все мы время от времени совершаем промахи и попадаем в трудные ситуации. Однако неприятности формируют навык – если, конечно, мы сумеем проанализировать все и сделать правильный вывод. Но некоторые люди не умеют извлекать уроков из прошлого, и потому снова и снова делают те же самые глупые вещи.

Про таких говорят – они наступают на одни и те же грабли.

Это, конечно, грустно.

Но что, если бы существовали другие грабли – **Грабли Счастья?**.. Хотели бы вы на такие наступать?

Уже слышу ваш ответ: да, и почаще! Но... Конечно, всегда есть какое-то «Но»:

– *«Мама сказала, что мне надо на международные отношения поступать»;*

– *«Ой, да, но ведь у меня же двое детей, я и поесть-то толком не успеваю, не то что учиться!»;*

– *«Муж сказал, что ипотеку мы не потянем, надо сначала накопить, а вот потом...»;*

– *«Не возьмут меня на эту работу! Там же все свои, со связями».*

Или вот еще отрицание действительности и высокомерный уход от ответа:

– *«Да у меня и так все хорошо, заработаю я эти 200 тысяч рублей в следующем году!».*

И тут у меня возникает лишь одно желание – спросить:

«Кому ты врешь?».

Себе? И долго ты собираешься себя обманывать? А потом – здравствуйте, депрессия, онкология и прочие печальные последствия.

Личность, которая осознанно или бессознательно отрицает своё «хочу», становится *рассТРОЕнной*. Заметили, как здесь скрывается слово «ТРИ»?

Представьте, что происходит с человеком: его тело, сознание и бессознательное отказываются дружить между собой, теряют ориентиры и начинают паниковать – «Все кончено, все пропало, я так и знал!». И что-то с этим точно делать надо.

И делать это нужно непременно из **любви к себе!**

Только не позволяйте себе подменять понятия: съесть на ночь половину «Наполеона», зная, что это прибавит вам лишних килограммов, – это не Любовь к себе.

Это совсем другое – «хочу».

В этом случае ваше желание связано с потребностью в серотонине – так называемом «гормоне счастья», который можно получить в том числе и от сладкого. Можно заполнить нехватку этого гормона иначе, с любовью к себе: например, выбрать не вредный сахар, а полезные фрукты и шоколад, заняться спортом или хобби, погреться на солнышке! Вот вам и серотонин.

Любить себя – это быть честным с собой и менять уста-

новки с «надо» (кто так сказал?) и мнимого «хочу» (разрушающего ваше здоровье или мешающего жить) на истинный путь – **Грабли Счастья**.

А как у вас обстоит дело с вашими «хочу»? Всегда ли вы следуете указаниям «нужно», «делай так», «это обязательно»? Разрешаете ли себе радоваться?..

Мысль написать книгу «Грабли Счастья» появилась у меня уже давно. Я знала, что когда-нибудь момент придет, и идея воплотится в реальность, и не торопила события – копила опыт, знания, впечатления.

И вот этот день наступил.

Сегодня я знаю, чем хочу поделиться с читателями. Я собрала и адаптировала знания из самых разных дисциплин и создала из них стройную систему, главная цель которой – показать вариант, при котором можно и нужно быть счастливыми.

Я не могу дать вам счастье – это невозможно. Вы все делаете сами.

Кто я и почему готова с вами делиться тем, что знаю?

Обо мне: я не просто астролог, и уж точно не коуч – я практик.

Я делюсь своим личным опытом и тем, что сама применяю в жизни.

Все мои техники проверенные, а инструменты, которые я

использую, только рабочие. Если я учу вас чему-то – значит, сама это умею.

Не стоит думать, что я хочу вас изменить. Любые перемены в человеке должны проистекать из его искреннего желания стать свободным, спокойным, радостным.

На самом деле, человек не меняется – меняется только его отношение к себе.

Так что мне больше нравится слово **«трансформация»**.

Когда человек начинает воспринимать себя иначе, то постепенно меняется с минуса на плюс и буферная зона вокруг него.

Важно пребывать не в болоте сомнений, а в непоколебимой вере в свое право иметь все, потому что ты этого достоин.

Просто по праву своего рождения!

Работая с людьми с разным уровнем вовлечённости в переживания, я пришла к выводу, что совершенно не имеет значения, какой у тебя гороскоп. Важно – какое у тебя **состояние**.

При прочих равных условиях человек с напряженной натальной картой и человек с «гармоничным» гороскопом с одинаковой вероятностью могут либо жить в изобилии, либо пребывать на дне.

Астрология, бесспорно, помогает выбросить из фокуса внимания лишнее и сконцентрироваться на главном. Но она

ничего не диктует и не навязывает.

Человек сам выбирает, светить ему или отсвечивать...

Астрология поглотила меня давно.

Существует мнение, что любимое дело забирает не только твоё время, но и твои мысли. В переводе с русского на русский, если ты медик, то вокруг тебя сплошные симптомы и диагнозы. Пожалуй, так оно и есть. Часто ловлю себя на мысли, что сверяю поведение и характеры людей с их гороскопами.

Но могу вас уверить – меня не клинит на одной теме, я готова развиваться и в смежных направлениях.

Категоричность и догматизм не по мне.

А сколько радости мне даёт общение с клиентами! Когда я вижу их развитие, понимаю, что занимаюсь своим делом. Нужным, хорошим.

Сколько было случаев, когда люди приходили ко мне и говорили: «Мне сказали „специалисты“ работать в сфере торговли, а это вообще не мое. Я бы на Гоа улетела жить», или «Родители всегда мечтали, чтобы я стала врачом, и я уже пять лет врач, но ненавижу эту работу, мне бы цветы разводить».

Чувствуете накал противоречия?

Дело в том, что Человек состоит из субличностей.

Одна её часть отлично проявляется в коммерции, а другая – в эзотерических дисциплинах, например, или в искус-

стве.

И моя задача – соединить эти субличности воедино.

Я провожу разного рода практики, консультирую клиентов, занимаюсь тайнознанием. В общем и целом изучаю и транслирую всё то, что помогает людям обрести себя и стать счастливыми.

Начинала я, конечно, с себя: то, что раньше вызывало во мне гнев и заставляло подавлять волю других, теперь даёт возможность работать с группой разом и легко доносить свою мысль.

Радует, что люди сейчас голодные до знаний.

В первую очередь речь идет о женщинах – именно они жаждут истины и готовы идти до конца в поисках себя, с ними я и поведу откровенный и душевный разговор в своей книге.

Задача моя как Астролога и Тренера – научить моих прекрасных читательниц (и читателей!) пребывать в состоянии мира и дружбы между субликностями и показать им путь к своему истинному Я.

# Часть I.

## Женщина и желание

### Обретение с-часть-я, или человек как СО-у-част-ник судьбы

*«Большинство людей считает неразрешимыми те проблемы, решение которых мало их устраивает».*

*(Сергей Довлатов «Чемодан» (сборник))*

Наверняка вы не раз слышали – а может, и сами произносили! – слово «счастливчик» в адрес людей, чья судьба складывается удачно (то есть лучше, чем у других). «Повезло ему (ей)», – всегда звучит с легким оттенком восхищения и отчетливым привкусом зависти. Бывало такое?

А про вас когда-нибудь говорили, что вам повезло?..

Везение, как и мечта, – девка капризная.

Ты ее к себе зовешь – а она нос воротит, заставляя тебя терзаться горькою обидой на несуществующую несправедливость.

Почему «несуществующую»? Да потому, что нет ее на са-

мом деле, как нет и черной кошки в темной комнате, хотя люди упорно верят, что она там.

Я всего два раза в жизни слышала в свой адрес подобный «упрек» в везении.

Почему так мало?

Наверное, в моем ближнем кругу нет любителей судить по одежке, отвергая суть. Никто из моих друзей не станет обесценивать мои достижения и приписывать мои успехи случайному стечению обстоятельств.

А те, кто считает, что мне исключительно «повезло», не относятся к числу близких мне людей. Их мнение не имеет для меня никакого значения.

Но если посмотреть на меня их глазами – я выгляжу «везунчиком». Человеком, кому судьба дает все и щедрой ложкой.

Ну что ж – разве это и правда не везение?..

...Повезло ли мне, когда в семнадцать лет меня котёнком кинули в самостоятельную жизнь, отправив одну в большой город?

Помню, как ехала с вокзала вечером, проводив маму, и плакала. Так было плохо и тоскливо на душе, хотелось, чтобы прямо в трамвае пошёл дождь, тогда бы он смешался с моими слезами, и никто бы не видел, как я грущу.

Повезло ли мне получать опыт на своих ямках и кочках, испытывая все на собственной шкуре, без руководства и на-

ставлений со стороны?

Таким был мой выбор. Но кому-то видится это везением.

В тот вечер, кстати, я кинула пельмени в холодную воду...

Просто потому, что не умела готовить.

Повезло.

Повезло ли мне уже в юном возрасте брать на себя ответственность за свою жизнь, рассчитывать месячный бюджет и вместо гулянок в мегаполисе сидеть в своей комнате в коммуналке и планомерно ставить перед собой цели и задачи?

Через несколько лет я получила красный диплом одного из крупнейших финансовых университетов страны.

Потому что я сделала свой выбор.

Но кто-то привычно посчитал, что мне повезло.

Повезло ли, что я всегда ценила и ценю целомудренность в отношениях, и потому вверила свое будущее одному мужчине?

Повезло ли нести веру в любовь через жизнь, доверять любимому и не утратить это чувство за долгие годы?..

Уметь восхищаться мужчиной даже спустя десятилетие отношений.

Это тоже мой выбор...

Да, конечно же, повезло!

Считать ли везением то, что вместо губительного самоби-

чевания я сумела прислушаться к себе и пойти навстречу себе и своим талантам?

Разглядеть в астрологии своё будущее и настоящее, когда все вокруг, даже самые близкие люди, не поддерживали меня, считали мою идею безумной и пытались направить меня в сторону «более перспективных занятий».

А потом они же – когда география моих консультаций перевалила через Атлантику (США, Канада, привет вам!) – хлопали от восторга и радовались за меня!

Да, и это мой выбор.

Наверное, повезло...

Повезло ли мне, с Луной в Овне, соединение Марс и квадрат Нептун, научиться управлять своими состояниями так, что теперь мои Намерения свершаются экологично, и психоэмоциональный фон находится под постоянным Вниманием (вместо прежнего истеричного раздражения)?!

Это тоже мой выбор, за который я несу ответственность каждый день.

Но, разумеется, в чем-то и повезло...

Люди склонны объяснять «везением» чужой успех и собственную неспособность выбрать свое направление в жизни. Им проще сказать, что другие поймали удачу за хвост, чем признать, что они сами до сих пор не поняли, чего им хочется на самом деле.

А многие до сих пор не знают, «кем они станут, когда вырастут».

Как можно сделать выбор, если ты не осознаешь себя в этом мире, не понимаешь своей ценности, не веришь в себя?

Так что, прежде чем мы продолжим разговор, задайте себе вопрос: кто вы?

Могу предположить ваши ответы:

– «Я Оля»;

– «Я человек»;

– «Я мама».

Это правда, но не вся – только фрагменты мозаики. Этих сведений недостаточно, чтобы я хорошо вас себе представила..., и чтобы вы сами могли себя идентифицировать.

Что вообще такое Человек?

Это существо с мыслительной деятельностью, обусловленной нейронными соединениями мозга.

**Однако ты ведь не только то, что ты думаешь.**

**В первую очередь, ты есть то, что ты чувствуешь.**

И если мысли можно услышать и проанализировать, то истинные чувства выявить и понять намного сложнее.

Объяснение этому есть в учении о реинкарнации: попадая в тело, душа теряет память о своих прошлых воплощениях на земле и о жизни между ними. Только совсем маленькие дети, еще не владеющие даром речи, помнят об этом. Их ду-

ша еще не обросла субличностями и не потеряла связи с прошлым.

Вы когда-нибудь заглядывали в глаза новорожденным? Они бездонны! Как будто весь мир отражается в них.

И это правда.

**Душа детей все помнит, и на этом этапе человек – настоящий**, такой, какой он есть. Но слишком маленький, нейронных связей ещё так мало, что он ничего не может выразить. Он не способен сказать вам, кто он и что он, он даже осознать этого не может, но все чувствует.

С возрастом количество нейронных соединений увеличивается, мозг человека развивается, зато память о себе в прошлых воплощениях угасает.

К тому же люди постоянно «наращивают» субличности, из которых одна жаждет БОГатства, другая – любви, третья – авторитета в коллективе, власти или победы на соревнованиях, и в этом постоянном шуме и гаме постепенно теряется истинное человеческое Я, прячется глубоко внутри.

Но ведь именно оно, наше настоящее Я, знает, чего именно мы хотим, к чему стремимся, в чем нам нужно искать свое с-часть-е.

Не эти субличности, которые мы привычно принимаем за самих себя. Они – это не мы. В их хоре очень трудно слышать себя истинного.

Но надо учиться это делать.

Попробуйте для начала выписать на листок все свои же-

лания.

Много получилось или мало?

Подумайте – а действительно ли это желания вашего Я, а не субличностей?

Понять это, конечно, не так просто, но можно.

А если, скажем, вы в затмение выполните ритуал на Намерения, то результат, возможно, удивит вас: исполнятся только истинные желания вашего глубинного Я. Хотя это время волшебное, и, казалось бы, даже при небольших ваших силах способствует запуску и реализации намерений.

**Но только в том случае, если они настоящие.**

Будем учиться слышать своё Я?

В этой связи у меня к вам вопрос – так чего же вы хотите на самом деле?

Конечно, счастья. Но что это означает для вашего внутреннего Я?..

Посмотрите на слово «с-часть-е». Оно говорит нам, что счастливое состояние – это часть нашей жизни, оно не возникает из ниоткуда и не вспыхивает внезапно, как молния. Оно приходит к нам тогда, когда мы готовы его обрести.

**Стать СО-участником судьбы, действовать, а не ждать.**

Везение – это когда судьба помогает вам делать то, что вы хотите.

«Хотите», а не «нуждаетесь» в этом!

Разница принципиальна.

## **Есть две категории людей на Земле:**

### **• Категория «Я Должен».**

Эти люди изо дня в день живут по закону долга (на 80% обязанностей – 20% «хотелок»).

В их жизни главенствует 3-й закон Ньютона, смысл которого в том, что сила действия всегда равна силе противодействия.

Базовая настройка явственно нуждается в корректировке.

В самом деле, их существование всегда сопряжено с проблемами: чем они больше стараются, тем больше трудностей возникает на их пути к цели (то время не то, то гены подкачали, то кризис начался в мире, ниша на рынке труда занята или мама ругается, и т.д.).

### **• Категория «Я Хочу».**

У людей, относящихся к этой категории, вся реальность формируется под запрос их «хочу».

Разумеется, речь идет не о примитивных слоях пирамиды Маслоу (поесть повкуснее, да поспать послаще), а об их истинных желаниях, которые дают им ощущение себя в том качестве, в каком они будут эффективнее на единицу времени.

Очень важно иметь желания. Не важно, сколько вам лет –

15 или 56.

В любом возрасте человек как волевое существо должен постоянно чего-то хотеть.

Наше с вами «ХОЧУ» – это проявление функции Солнца.

Когда ничего не хочется, нет четких целей и теряется уверенность в себе, и если о себе в третьем лице, а о мире как о сборище посторонних и неважных людей – «у них там, да пусть говорят», – то это тревожный признак. Значит, лошадь под вами сдохла.

Пора ее менять.

Вы готовы?

Но мало просто хотеть – важно делать это по правилам. Есть определенные законы, которые следует соблюдать и уважать:

1. Энергия во Вселенной проявляется по принципу **синхронизма и гравитации**. Это когда подобное притягивается к подобному. Например, вы восклицаете: «Не хочу болеть, не хочу бедности!». Вам кажется, что вы четко заявляете о своем желании, а на самом деле поднимаете целый тематический пласт. И к вам тут же начинает притягиваться все, что связано с сюжетом нищеты и болезней. Какие слова вы произнесли? «Болеть», «бедность»..., а надо хотеть прямо противоположное! Здоровье и богатство.

2. Допустим, вы все осознали и сменили установку, и теперь не бежите от бедности, а рысью движетесь к богатству.

Хорошо. Но вы по-прежнему этого только хотите, не более того: «Хочу-хочу-хочу богатства». Таким образом, вы прозрачно намекаете вселенной, что у вас этого нет. И здесь срабатывает **отзеркаливание**. Нет у вас богатства? Ну и ловите свое «нет», если просили.

3. Представьте, что **желание уже осуществилось**. Сместите фокус внимания с простого «хочу» на «есть/делаю/буду». Констатируйте факт – все исполнилось, у меня уже все есть. Но чувствами. Чувствуйте обладание!

Согласитесь, не новая для вас информация – вы уже столько раз слышали, что желания нужно загадывать в утвердительной форме.

Что ж, теперь вы понимаете **ПОЧЕМУ**

И прежде чем я закончу наш разговор, попрошу вас выполнить **маленькое задание**.

Возьмите лист и напишите, что вам нравится делать и чем заниматься.

Всего пять действий или вещей. Сделали?

А теперь Волевым Вниманием – прямо здесь и сейчас – выполните какой-то один пункт из вашего списка, тот, что вы можете реализовать без посторонней помощи.

Допустим, вы давно хотели (но почему-то не сделали) приобрести курс Таро.

Идите к компьютеру и купите его!

Этим простым действием **вы транслируете свои желания в Реальность**, и она становится податливой к вашим запросам.

**Маятник запущен.**

Дальше – больше.

# Зачем я вам пишу

Наверное, самое время рассказать вам немного обо мне: кто я, откуда и почему решила написать книгу.

Итак, разрешите представиться – Ольга.

Практикующий Астролог, гипнолог, увлекаюсь тайнознанием.

Я человек Солнца, очень его люблю, как и его основную функцию – давать.

Постоянно учусь и развиваюсь. Каждый день для меня – это возможность обрести новый опыт и поделиться им с другими.

Безусловно, в своё развитие я вкладываю много средств и времени, это по-настоящему важно для меня. Так проявляет себя мой Юпитер в доме знаний. Но дело, конечно, не только в нём.

Я чувствую, что правильно выбрала свою дорогу. Я говорю даже не о конечной цели, хотя, разумеется, знаю, чего хочу и к чему стремлюсь. Но все же главное для меня – это радость от возможности делать то, что я люблю и умею, и каждый шаг на этом пути наполняет меня уверенностью и придает сил.

А вы знаете, как определить сферу, в которой вам будет сопутствовать удача?..

(Что вы скажете на то, чтобы получить от меня помощь

в виде ясных подсказок, как это сделать?..).

Астрология, как яркий прожектор, освещает все, не оставляя ни тени, ни сомнения.

То, что годами исследуется психологами и обсуждается педагогами, открывается за пару сеансов со звездами.

Но, конечно, одной «постановкой диагноза» дело не заканчивается: дальше идет работа с состояниями человека, их трансформация, и моя задача как специалиста – указать выход из тупика.

Я хочу делиться с людьми своими знаниями и опытом, я могу дать им то, что поможет им найти себя в этом мире. Мне есть что рассказать и чему научить тех, кто доверяет мне, чей разум и душа открыты новой информации. Помощь другим для меня – это не долг и добровольная обязанность, а огромное счастье, мотивирующее на дальнейший личностный рост и достижения.

...Как и многие из вас, после школы я вполне ожидаемо поступила в вуз, окончила его с отличием, получив профессию, которая «всегда прокормит» (так уверяла система), и двинулась проторённой дорогой в социум.

Жизнь складывалась удачно, но было ощущение, что все «как у всех». Правда, еще в старших классах я начала подозревать, что занимаюсь не тем, что мне близко. В студенческие годы это чувство обострилось.

Где-то во мне активно бунтовала субличность, имеющая

склонность ко всему тайному, магическому и необычному. Ей хотелось большего, чем то, что я имела. Она жаждала духовного развития, тонко чувствовала настроения людей и при этом, как я сейчас понимаю, обладала некоторым даром прогнозирования событий.

С профессией, а особенно с должностью, это не вязалось от слова «совсем». Но я упорно старалась все совмещать, спаривала, так сказать, слона с тушканчиком.

В конечном итоге, вовремя осознав свой путь, я избавилась от ненужного балласта нелюбимой работы и сейчас занимаюсь тем, что приносит мне большое удовольствие!

Развиваюсь в режиме нон-стоп и это меня радует.

А самое главное – я делюсь своими знаниями с теми, кто хочет их обрести.

Никакой пустой теории, упор я делаю на практику.

У меня часто спрашивают, как я пришла в Астрологию. Был ли мой выбор связан с неким особенным событием, предопределен звездами?

На самом деле все было просто и даже, можно сказать, обыденно.

Темой звёзд и созвездий я увлеклась очень давно, в раннем детстве.

Как-то нашла на верхней полке под книгами (еще вопрос – зачем я там рылась?) листы А4 с распечатками гороскопов на всю семью.

Мы жили в Москве, и мама заказала натальные карты на всю семью у Пал Палыча Глобы.

Прочитала, ничего не поняла и забыла.

Однако в память врезались пророческие фразы: «Чем тише в детстве, тем ярче во взрослой жизни», «Смена деятельности», «Выступления».

А вот про мужа там ни словечка не было, что моей романтически настроенной душе не понравилось. Девочки меня поймут.

...Шли годы, я с интересом почитывала гороскопы, потихоньку занималась нумерологией, отслеживала на себе лунный календарь.

Не помню, когда точно, но однажды меня вдруг осенило: «Дорогая, мы много времени спустили в унитаз!».

Сколько всего уже упустила, и что – дальше будет так же?

Надо было срочно разбираться в себе, чтобы понять, из-за чего меня так вштырило.

Страшно хотелось перемен, осознанной активности и что самое важное – самореализации в любимом деле.

Хотелось собой по-настоящему гордиться.

Вот тут я и вспомнила те распечатки.

«Совпадение? – спросила себя. – Не думаю!». Обратилась к Астрологу.

Послушала, заинтересовалась. Но в душе осталось смутное ощущение, что искусство астрологии старательно загоняют в рамки математики.

Мне это, конечно, не понравилось, и я решила разобраться во всем сама.

Но так как я человек Солнца и все привыкла делать ярко и на широкую ногу, то и мой подход к обучению был далек от традиционного. Я не стала читать длинные и нудные статьи с астрологическими интерпретациями в интернете и слушать скучные рассуждения диванных аналитиков.

Я промониторила мировой рынок школ Астрологии и интуитивно выбрала объективно лучшую. За обучение я взялась серьезно. Жадно впитывала все знания, которые только могла получить. Очень много мне дала профессиональная школа, но и самостоятельные занятия принесли свои плоды – я постоянно ночами находилась в интернете, в круглосуточном режиме проходя вебинары, семинары и лекции он-лайн. Оглядываясь назад, понимаю, что информация неспроста так легко усваивалась и принималась мной: просто я вспоминала то, что когда-то уже знала и умела. Знания ложились на подготовленную почву и сразу превращались в систему.

И до сих пор так происходит во всем, чем я занимаюсь.

А когда понимаешь свой вектор и ценность, то и суесться не хочется. Многое радует.

Мне кажется, я всегда мечтала найти дело всей жизни – то, которое будет по сердцу.

Я взрослела и развивалась в атмосфере постоянной конкуренции, для меня было привычным состоянием борьба

за внимание – стремилась что-то сделать лучше других, проявить себя ярче всех.

Даже изучая основы Астрологии, я думала не только о ее таинствах, но и о том, как с этими знаниями я смогу заявить о себе. Хотелось стать первой во всем, что я делаю, самой компетентной и профессиональной. Чем бы я ни занималась.

Был момент, я сказала себе: «Я думаю, что могу помогать людям». Но мысли у меня быстрые, проносятся в голове с огромной скоростью, и я тут же осадила себя: «Так ты это думаешь или точно знаешь? Или ты думаешь, что знаешь?».

Действительно, ведь так просто: выбор стоит между «думать и знать» и «знать и делать». И пока ты не примешь решение, ничего не изменится!

И я выбрала единственно правильную схему реализации себя: «знать – значит делать».

Руководствуюсь ею и поныне.

А что касается конкуренции, то с годами пришло понимание, что лично Я формируюсь эффективнее (прежде всего как Женщина) в условиях сотрудничества.

Конкуренцию я оставила мужчинам – это их игры.

Многим кажется, что я очень спокойная. Нередко меня спрашивают, всегда ли я такой была?

Да, сейчас меня трудно вывести из себя. Но возможно – я же Человек, следовательно, и слабости у меня есть. Бывает, переживаю, злюсь и расстраиваюсь.

Но разница со мною прежней в том, что теперь я отслеживаю все эти состояния. Не позволяю себе окунаться в эмоции с головой.

Получается так: прочувствовала состояние, поняла – да, мне в нем плохо. Задаю себе вопрос: выгодно ли мне находиться в таком состоянии? Однозначно ответ «нет».

После ответа и осознания, что мне от этих эмоций никакой пользы, происходит замещение негативных мыслеформ на нейтральные, а затем и на положительные.

А еще у меня есть несколько правил с «Не», которые помогают мне сохранять душевное равновесие. Может быть, и вам они пригодятся?

Итак, **я давно:**

- **Не обижаюсь.** Совсем. Ни на кого. Задеть меня, конечно, можно – как любого человека, но создавать из этого обиду, а тем более хранить ее, я не буду.

- **Не ищу оправданий поведению человека.** Каждый поступает так, как поступает. Мотивы у всех разные, но судить нужно по конечному результату действий, а искать оправдания тому, что не сделано или выполнено плохо, бессмысленно.

- **Не драматизирую.** Желание пострадать и пожалеть себя время от времени появляется, но я постоянно веду работу в этом направлении.

- **Ничего уже не ожидаю.** Поверьте, это труднее всего! Жму руку каждому, кто научился этому нелегкому искус-

ству!

Я могла бы продолжить этот список, но куда приятнее говорить о том, что я люблю и делаю всегда.

Например, я всегда рада тем, кто хочет узнать о себе больше и научиться быть счастливым здесь и сейчас. Ведь я – еще раз скажу это слово! – ВСЕГДА стремлюсь помогать людям, и в ответ получаю от них теплую энергию благодарности! Мое предназначение, если хотите, миссия – донести до каждого простую и естественную мысль: Ты и только ты – как осознанное существо с Волей и Намерением —можешь влиять на свою реальность.

А что вы думаете о своем предназначении?

Жизнь человеческую часто сравнивают с дорогой. Такой понятный и близкий образ.

И по сути, **самое важное в пути – это идти по нему и испытывать радость от самого процесса.**

Далеко не всегда путь бывает ровным и прямым.

Часто на нем ухабы и овраги, и прочие жизненные неурядицы. Но ты идёшь по этому пути и свято веришь, что взял правильный курс.

И ты не в одиночестве проходишь этот маршрут – ты отдаешь части своей души миру, множа себя через творчество, дело, слово, мысль, а иногда и через детей.

А есть такие, что прилипли к экранам смартфонов и жаж-

дут «пива и зрелищ». У них только запросы – «покажи видео!», «расскажи, как заработать побольше денег за месяц», и никакой отдачи.

### **Творцы и потребители.**

Между ними – пропасть.

Когда вы радуетесь своему пути – то есть делаете то, что доставляет вам истинное удовольствие: реализуете себя в профессии; занимаетесь дизайном ногтей; печете печенье; работаете в поле, на заводе или в офисе; красите людей или решаете их психологические проблемы; коров доите; участвуете в спасательных операциях и т. д. – вот тогда вы и идёте по пути своего Духа!

Не всем это дается легко и просто.

Реальность у всех разная.

**Но чувство радости на жизненном пути – это и есть то самое счастье, которое мы ищем.**

Если в интернете задать в поисковике значение слова «предназначение», то ответов будет столько, что вы потеряетесь в море ссылок. Бесконечное количество определений и описаний, но мало того, что нужно именно вам.

Информации ровно столько, сколько и ищущих ее, то есть очень много.

Это логично, ведь годам к 28—30 человеку уже хочется узнать не только кто он, но и зачем появился на этой земле.

Критерием оценки «своего» или «не своего» пути абсо-

лютно для всех людей является СЧАСТЬЕ.

**Счастье – как способность быть сопричастным с миром.**

Не в конфликте, а именно со-при-частно.

Это как Я с вами, но Я же в себе.

Но что считать счастьем?

Гладкая дорожка нередко ведет к пропасти, а тернистый путь – к вершине горы.

Иному в жизни все дается в руки само, а кому-то приходится каждый день преодолевать препятствия. И все же если путь был выбран верно, именно через эти невзгоды человек обретет свое счастье, научится стойкости, откроет в себе силу.

**Счастьем может быть и победа, и не сломивший вас опыт поражения.**

Попав в темноту, можно найти свет в себе самом.

Бывает везение и в потерях: ушел любимый – научишься любить себя, уволили с работы, украли деньги – по-другому воспримешь изобилие, когда вновь обретешь его.

Пройдя через испытания, люди становятся внимательнее к себе и миру.

Со-причастными.

**Путь – это не точка в конце тоннеля.**

Это результат ваших действий и то, как именно вы

по нему идете. Надо иметь смелость признать свою ответственность за происходящее в вашей жизни.

Все, что у вас есть, притянуто вашей внутренней потребностью, даже если вы сами этого пока не понимаете. Когда вы осознаете свои желания – изменится и мир вокруг вас.

Так чего вы хотите?

# **Причины неудач в жизни и язык исполнения желаний**

Люди любят мечтать о том, что будет завтра, о мире вокруг них и о себе в этом мире. Они строят планы на будущее, опираясь на свои желания. Но далеко не всегда мы способны отличить одно от другого, принимая желаемое за действительное, идею – за план, Мечту – за Намерение. И в результате теряем время, **ожида**я того, что в принципе не может реализоваться.

Вот почему так важно определиться в терминах.

**Мечта и Намерение – это разные понятия.**

Когда человек мечтает, у него появляется надежда. Он верит, что все его желания исполнятся. Ему нравится плыть по течению своей фантазии.

Мечтайте. Это вселяет оптимизм и рождает хорошее настроение.

Но если вы хотите получить результат – Намеревайтесь. Ведь Миром правит мысль.

Кого угодно спросите: «Что заставляет тебя жить?».

Скорее всего, вам ответят: «Желание жить».

Но если попробовать уточнить, что же это такое – «желание жить», – то поначалу четкого ответа не будет. Люди начнут вспоминать о своих главных жизненных ценностях

и потребностях, но лишь перебрав все это, возможно, придут к одной чистой мысли..., которая и есть, собственно, суть сказанного.

Эти мысли проще всего описать эмоционально, они отражают наше представление о Море.

И задача каждого Человека – расширять свой кругозор. В этом, на мой взгляд, заключается его духовное развитие, без которого не создается ни одно Намерение.

### **Что же такое НАМЕРЕНИЕ и что оно в себе несет?**

Термином слово «намерение» стало благодаря американскому писателю, антропологу и мистика Карлосу Кастанеде и его учителю дону Хуану Матусу, мексиканскому шаману.

Разумеется, само понятие существовало и раньше, но только в книгах Кастанеды оно приобрело другой оттенок. Говоря современным языком, оно стало означать некую силу, лежащую в основе всех чувств человека, которая одновременно является и причиной его действий и движущим механизмом.

Став учеником дона Хуана, Карлос Кастанеда мог наблюдать, как его наставник общается с высшим планом.

Скрытое от обычных людей доступно магическому зору; любой шаман видит и чувствует, как течёт энергия Вселенной.

Законы жизни кажутся шаману простыми и понятными. Но не всякому дано постичь это знание.

У Карлоса ушли годы на осознание тайной силы Намерения.

Так что же это такое?..

Итак, намерение – это **НЕПОКОЛЕБИМАЯ** воля и непреклонная направленность ума.

Намереваться – это **не мечтать**.

Намереваться – это **не думать**.

**Намереваться** – это завершающий этап в процессе решения, **итоговое состояние вашего разума по отношению к чему-либо**.

Поясню на обыденном примере.

Допустим, в свой день рождения вы пожелали себе приобрести какие-то блага в этом году. Нормальное такое желание.

Однако надо не просто мечтать и хотеть. Недостаточно даже представлять себя с этими благами в руках. Надо быть твердо уверенными в том, что у вас все это есть. Не будет, а уже реально.

Но и это еще не все. Вот вы рисуете себе прекрасную картинку: вы богаты, окружены роскошью и красотой, сидите в Порше... Ключевой момент заключается в том, что вы все время повторяете – я богат, я успешен, у меня все отлично... Что ж, это хорошо, что фантазия помогает вам создавать образ новой счастливой жизни.

Только это не намерение.

Это **визуализация**.

**Намерением** она станет в тот момент, когда уйдет в **ФОНОВЫЙ** режим.

Это значит, что вас уже не будут задевать и волновать ни мысли, ни эмоции, рожденные визуализацией, – она станет для вас такой же привычной, как и все остальные факты вашей жизни. В этом состоянии вы будете чувствовать себя в Порше естественно, так, словно давно уже им владеете.

Люди часто спрашивают меня, почему же их Намерения никак не реализуются? Они же так стараются – кто-то делает Карту Желаний, кто-то привязывает красную ниточку на запястье. Все это, по их мнению, должно давать быстрый положительный результат. Но почему-то ничего не выходит.

Так в чем же дело? Что не так с этими людьми и их Намерениями?

Вообще, я заметила, что всех интересуют в первую очередь технические моменты – когда и как сделать ритуал, что надеть, чтобы наверняка сработало.

И никто почему-то не хочет знать, что он сам должен собой представлять!..

А ведь если размышлять логически, то какой толк в той же красной нити? Зачем вы ее вяжете? Какой смысл вы вкладываете в это действие?

Разве вы накопили уже потенциал, сформировали Намерение, набрали состояние?..

Нить – это всего лишь **якорь**, необходимый для ритуала.

ла, – он только помогает мысли обрести форму. Вот и все! Магия ее проста.

И никаких символических значений типа «ой, нитка порвалась, значит желание не исполнится...». Это во-первых.

А во-вторых (и в-главных!), в каком состоянии вы пребываете во время вашего «хочу и буду».

Намерение без Воли не осуществимо.

А мы помним, что **Воля – это непоколебимая вера**.

Задумайтесь: ведь большинство наших «намерений» (я не случайно взяла это слово в кавычки!) создается на базе одного «хочу» – без «буду».

То есть получается, что хочу, но не верю.

Надо учиться поднимать сексуальную или потенциальную энергию «Хочу» (чакра Свадхистана) до уверенного «Делаю и Верю» (чакра Манипура).

У большинства же на этом пути энергия растрачивается так называемыми маятниками, вытягивающими силу из наших Намерений.

Это и излишки в еде, и бездарно потраченное время (на социальные сети, телевизор и т. д.) и прочие вредные привычки.

Что же делать, чтобы энергия не терялась, а наоборот, накапливалась, подпитывая Намерения?

Ну, конечно, не надо переедать и засиживаться в интернете, желательно следить за своим физическим состоянием и вести здоровый образ жизни. Рекомендации не новые,

но вполне объяснимые: невозможно изменить Мир к лучшему, не изменившись самому.

«Хочу красоты и радости», – говорит Человек. А потом идет и напивается.

Это лицемерие. Намерение не осуществится – оно не подкреплено действием.

«Хочу быть сильным, буду тренироваться, чтобы все меня уважали и желали», – и этому намерению не суждено сбыться, потому что оно сформировано внутренним страхом «... а если у меня не получится, то на меня никто не посмотрит!»).

# 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.