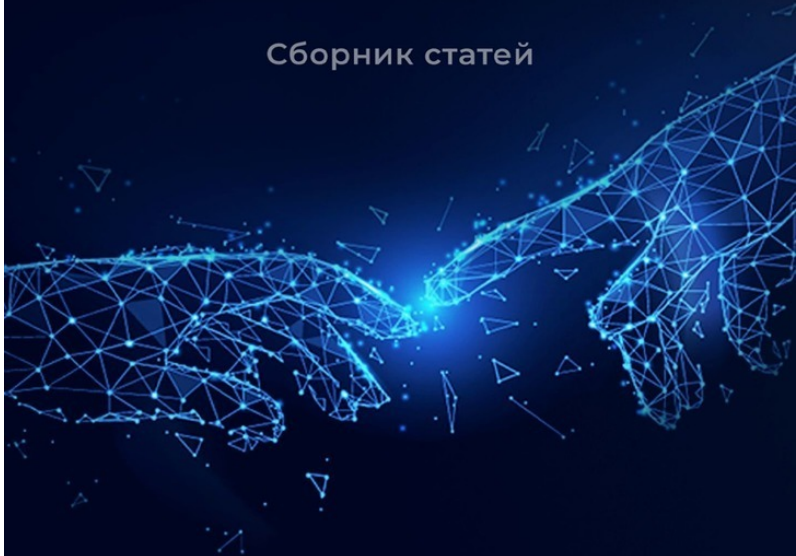


**АЛЕКСЕЙ КРОЙТОР**

# **РЕГРЕССИИ В ПРОШЛЫЕ ЖИЗНИ**

Сборник статей



# **Алексей Кройтор**

# **Регрессии в прошлые**

# **жизни. Сборник статей**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=67714155](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67714155)*

*ISBN 9785005655400*

## **Аннотация**

Книга – сборник самых интересных статей о регрессиях, написанных мной с 2011 по 2022 год. Эти статьи публиковались в социальных сетях и рассказывали о том, что такое регрессия и зачем она нужна. Я решил собрать их в единый сборник для удобства изучения. Все статьи в этом сборнике вычитаны и отредактированы в 2022 году, с учётом всех исследований за 10 лет.

# Содержание

Введение. От автора	5
Что такое регрессия и для чего она нужна?	8
Есть ли вообще смысл копаться в прошлом?	8
Прошлые жизни: будущее давно случилось	11
Почему мы забываем прошлые жизни?	15
6 сфер жизни, в которых вам могут помочь регрессии	18
Можно ли опираться на теорию?	23
Современные технологии и доказательство существования Прошлых Жизней	26
Сработает ли регрессия, если я в неё не верю?	31
Инструменты регрессолога	34
Пять способов отличить прошлые жизни от фантазий	34
Конец ознакомительного фрагмента.	39

**Регрессии  
в прошлые жизни  
Сборник статей**

**Алексей Кройтор**

© Алексей Кройтор, 2022

ISBN 978-5-0056-5540-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Введение. От автора

Приветствую тебя, дорогой читатель!

Книга, которую ты держишь в руках – это сборник самых интересных статей о регрессиях, написанных мной с 2011 по 2022 год. Эти статьи публиковались в социальных сетях и рассказывали о том, что такое регрессия и зачем она нужна. Я решил собрать их в единый сборник для удобства изучения. Все статьи в этом сборнике вычитаны и отредактированы в 2022 году, с учётом всех исследований за 10 лет.

Это не самоучитель по регрессиям! Описание регрессии как технологии есть в другой моей книге «Путешествие души в прошлые жизни», которая была написана в соавторстве с Алисой Курамшиной и вышла в издательстве АСТ в 2021 году. В книге есть масса практики и упражнений, приобрести её можно тут: <https://www.litres.ru/aleksey-kroytor/>. Мои бесплатные видеоуроки о регрессиях можно получить здесь: <https://regressii.com/uroki>

Сборник статей, что вы держите в руках, будет в первую очередь интересен тем, кто впервые столкнулся с этой темой и хотел бы получить краткий обзор основных идей.

Так как это именно сборник статей, то вы можете читать книгу с любой главы, открывая именно интересующие вас главы. Иллюстрации к статьям частично взяты из открытых источников Интернета, частично придуманы автором.

Желаю вам приятного прочтения!



С уважением к вам и к вашему пути,

Алексей Кройтор  
апрель 2022

# **Что такое регрессия и для чего она нужна?**

**Есть ли вообще смысл  
копаться в прошлом?**

**А спонсор  
моей жизни —  
кармический долг.  
Кармический долг —  
что же я натворил  
в прошлой жизни?**

Среди некоторых коллег (преимущественно коучей) есть точка зрения, что прошлым заниматься вообще не нужно. Они говорят приблизительно так:

– Если у человека есть цель, то самое важное – это фокус

внимания на ней.

– Все копания в прошлом – это попытка снять с себя ответственность за будущее.

– Чтобы достигнуть цель нужно видеть цель и идти к ней.

Соглашусь я с ними только частично, так как это лишь часть картины мира, тогда как сама картина сильно объемнее.

Представьте, что вы идёте к своей цели. Её образ и способ достижения вы формируете «сегодня». Те решения, которые вы приняли «сегодня» создадут ваше «завтра». Но откуда взялось ваше «сегодня»? Оно создано из тех решений, которые вы приняли «вчера»! Таким образом «вчера», «сегодня», которое в свою очередь создаёт «завтра».

Будущее всегда вероятно. Есть события, которые произойдут с вами с такой же вероятностью, как солнце встанет на востоке. Но есть и события, которые в вашей текущей реальности практически невозможны.

Ярко это ощущают бизнесмены, которые упёрлись в «стеклянный потолок». Они начинают работать больше, но случаются финансовые потери. Человек чувствует, что упёрся в какую-то «стену», но не понимает в какую!

В таких случаях необходимо смотреть на установки в бессознательном. Когда-то вы эти установки туда положили, чтобы выжить. Чем их меньше, тем больше вы находитесь в заветном «здесь и сейчас». Напротив, чем их больше, тем меньше вы за ними видите реальный мир.

Самые глубокие установки находятся далеко за пределами нашего рождения. Мы пришли в этот мир во многом уже готовыми. И чтобы изменить своё будущее вам придётся изучить своё прошлое. В том числе опыт прошлых воплощений.

В этом смысле самый большой результат на программах по Прошлым Жизням получают... психологи! У них настолько проработанное детство этой жизни, что при наличии проблем, единственное место их возникновения может быть только в прошлых жизнях.

# Прошлые жизни: будущее давно случилось



Много лет назад, начав своё изучение вопросов внутреннего мира и психологии, двигаясь от теории к теории, я стал замечать, что в каждой из них чего-то не хватает.

Последовательно вбирая в себя техники от НЛП до расстановок по Хеллинегру, от кундалини йоги до сефиротической магии, мне всё время не было достаточно информации для того, чтобы самому помогать людям.

И понятно, что всего знать невозможно, но было какое-то пустое пятно, без осознания которого невозможно проводить с человеком глубокой внутренней работы. В картине мира был выделен обширный участок под что-то, чего я не видел. И вот несколько лет назад я с этим столкнулся.

## **Прошлые жизни**

Впервые я четко осознал существование прошлых жизней во время очень-очень глубокой регрессии на сеансе ре-бёфинга (вид дыхательной практики). Психологи и духовные учителя однозначно правы: будущее растёт из того, что у тебя есть в настоящем, а настоящее уже построено на прошлом. Меняя прошлое – меняешь будущее. И очень многие специалисты преуспели в разрешении проблем, погружая человека в детство, вызывая болезненные воспоминания о травмирующих ситуациях и решая проблему там, где она возникла. Тонкостей там тоже немало, но в целом направление понятно.

Но я всегда был абсолютно убеждён, что мы приходим в эту жизнь готовыми. Практически все люди обладают какими-то навыками, умениями и чертами характера, которые невозможно объяснить воспитанием. Если в семье, где практиковались физические наказания, будут расти три ребёнка,

то один из них станет таким же жестким, второй окажется подавленным и безынициативным, а третий вообще не заметит какого-то влияния.

В этом плане влияние родителей на ребёнка не так значимо, как принято об этом говорить в психологии. Мама и папа лишь подсвечивают то, что в нём уже есть. Как тальк подсвечивает отпечатки пальцев на мебели – они там были и до него, но, лишь посыпав белым порошком, мы видим их причудливые узоры.

## **Откуда мы приходим?**

Во время регрессии в прошлое выяснилось, что у меня за всё время «этой» жизни не было таких травмирующих ситуаций, которые привели бы к таким психологическим трудностям. И тогда, освободившись в процессе от оценок эго, в голове стали возникать вполне конкретные и чёткие образы. Их было легко отличить от фантазий, ведь, фантазируя, можно вызвать любую картинку и изменять её просто желанием. Также в фантазии всегда низкая эмоциональная привязанность к образу. С этими же образами всё было иначе: они были цельны, объёмны и неделимы.

Шла вторая мировая война. Я сражался на стороне Красной Армии, но сам не был из страны советов (был то ли серб,

то ли югослав). Имея определённый опыт ведения сражений в первой мировой, мне приходилось командовать людьми. И... люди гибли. Долгое время я закрывал глаза на это, старался не думать об этом, но сердце точила боль. И в какой-то момент был дан приказ, который должен был погубить всех. И я не послушался сердца, исполнил приказ. И мои люди гибли. Погибли все, а я выжил. Я обвинил в их смерти себя, что не послушался приказа, что вообще ввязался в войну. **ЧТО ПО МОЕЙ ВИНЕ ГИБЛИ ЛЮДИ!** Таким было мое первое воспоминание о прошлой инкарнации.

Чудесным образом, мучавшее меня всю жизнь чувство вины прошло. Но тема захватила и я стал копать.

Главный контекст изучения прошлых жизней – это излечение. Сознание устроено так, что оно способно решить любую проблему. Как только мы вытаскиваем что-то из глубины и смотрим на это, то сознание само начинает разбираться с ситуацией. Оно просто так устроено. И проблемы чаще всего исходят из тех областей, которые мы не осознаём. Осознав свои прошлые жизни, вытащив из них опыт проживания травмирующих ситуаций, можно исцелиться.

# Почему мы забываем прошлые жизни?



...и надо ли их вспоминать?

Давайте ответу на это рядом тезисов, из которых в конце сделаем вывод.

1. Мы существуем как Душа и как Личность. Душа всегда была и всегда будет. Личность формируется с момента появ-

ления первой клетки вашего и умирает в момент смерти.

2. У личности НЕТ памяти о прошлых жизнях. Память о прошлых жизнях есть у души.

3. Сама память не находится в теле человека. Она находится за пределами тела. Можно сравнить мозг с телевизором, который принимает сигналы из Останкино.

4. Умение пользоваться памятью (в том числе и глубоинной) – это навык.

5. Как любой навык, он требует времени для формирования. Очень многие из них формируются в детстве: умение говорить, ходить, читать и так далее. Если до 5 лет человека не научить говорить, то он уже никогда не заговорит.

6. Навык слышать свою душу и общаться с тонким миром – такой же навык, как думать на русском языке или навык делать мебель.

7. В процессе социализации какие-то навыки развиваются, а какие-то нет. Во много это зависит от социума, где растёт личность.

Исходя из вышесказанного:

1. Мы НЕ забываем прошлые жизни, мы как личность их никогда и не помнили

2. В процессе социализации мы забываем как взаимодействовать с душой

3. Забыть о душе – это интересный опыт, через который проходят многие, но не все. Зачем? Например, мы любим

забыть о себе и своих проблемах, когда идём в кино. И очень не любим вспоминать о себе в кинозале (это называется «смотрел скучный фильм»)

4. Вспоминать кто ты есть – естественный процесс. Как засыпание и просыпание. Как сесть обедать и после встать из-за стола.

До тех пор, пока вы голодны – вставать из-за стола рано. Сложно объяснить голодному человеку, что есть мир за пределами кухни.

Точно так же часто бессмысленно говорить о душе с тем, кто не решил обычные земные задачи.

Как правило не верите в опыт души те, у кого лично не было опыта общения с душой, и значит разговаривать не о чем. Те же, у кого мистический опыт был, в верене не нуждаются: они на своём опыте знают, что это есть.

## 6 сфер жизни, в которых вам могут помочь регрессии

---

- Учитель, как мне очистить свою карму, выйти из колеса перерождений и увидеть мир без покрова иллюзий?

- Отправляйся в Тибет, поднимись на гору Кайлас, найди цепочку пещер, отсчитай третью к югу от храма, войди в неё, второй проход направо от большого сталактита. Встань посередине и громко скажи: "Настройки!.. Отключить историю запросов, кастомизацию результатов, удалить профиль!" На стене появятся непонятные огненные письма. Скажи: "Да!" Всё.

Очень часто можно услышать вопрос: а зачем мне вспоминать свои прошлые жизни?

Действительно. Тема регрессий в последнее время набирает все большую популярность. Для людей открылась удивительная возможность совершить путешествие в свои предыдущие воплощения.

Но, к сожалению, многие люди воспринимают регрессии, как некий аттракцион, где можно неплохо развлечься. Посмотреть занимательные картинки. Не более.

На самом деле, погружения в прошлые жизни, могут изменить многое в Вашей судьбе. Ведь именно в них возникли первоисточники Ваших сегодняшних проблем.

Давайте рассмотрим сферы жизни, где Вам могут помочь регрессии.

## **1. Самореализация**

Если Вы мучаетесь вопросом «В чем смысл жизни?» и жаждете узнать свое предназначение, то регрессии ответят Вам на этот вопрос.

С их помощью Вы сможете четко осознать для чего Вы здесь. Чем должны заниматься и какие задачи решать.

## **2. Отношения**

Вы не можете найти свою вторую половинку? Вам все время попадаются любовные партнеры, которые не устраивают Вас? Вы находитесь в отношениях, которые давно себя изжили, но не находите в себе силы их прекратить?

Скорее всего причины стоит искать в Ваших прошлых жизнях. Возможно, в одном из предыдущих воплощений,

Вы запретили себе любить раз и навсегда.

Либо Вы сами пренебрежительно относились к своим партнерам, за что расплачиваетесь в этой жизни.

С помощью регрессий можно найти причину Вашего сегодняшнего положения и устранить ее. После чего в Вашу жизнь придут любовь и счастливые отношения.

### **3. Деньги**

Негативные программы из прошлого могут влиять на Ваше текущее финансовое положение.

Возможно, в одной из прошлых жизней Вас убили завистливые родственники, чтобы завладеть Вашим имуществом. Или Вы имели свое предприятие, но Вас предал партнер по бизнесу Вы и решили, что деньги приносят только несчастья.

Все это запрограммировало Ваше подсознание на то, что деньги – это опасно. И их нельзя впускать в свою жизнь, иначе жди беды.

Погружаясь в предыдущие воплощения, Вы можете исправить свои негативные денежные программы, с помощью

особой технологии. И это приведет к росту Ваших доходов.

#### **4. Повторяющиеся ситуации**

Вас преследуют повторяющиеся ситуации, люди, неприятности?

Возможно, Вам постоянно попадаются люди, которые Вас постоянно предают. Или Вы устраиваетесь на новую работу, но как и на предыдущем месте начальник начинает Вас терроризировать, необоснованно к Вам придираясь. Либо Вы все время попадаете в небольшие автоаварии.

Скорее всего, Вам необходимо усвоить некий урок, либо выработать в себе определенное качество. Что именно Вам необходимо сделать и почему Вас преследуют неприятности, Вы сможете понять, погрузившись в свои прошлые жизни.

#### **5. Чувства и эмоции, неврозы**

Эмоциональные травмы. Гнев, стыд, зависть, чувство вины.

Все это имеет свои глубокие корни в прошлых жизнях. Когда-то эти чувства возникли в одной из Ваших предыдущих жизней. Их сила оказалась настолько велика, что они,

преследуют Вас из воплощения в воплощение.

С помощью регрессий Вы сможете устранить эти переживания и обрести внутреннюю гармонию.

## **6. Фобии и панические страхи**

Боязнь замкнутого пространства, авиаперелетов, темноты, страх физической боли и т. д.

Причины всего этого также кроются в прошлых жизнях. Например, Вы утонули и теперь панически боитесь воды. Либо упали с горы и это тоже наложило свой отпечаток, в виде боязни высоты. Перечислять можно долго.

Естественно, от этого необходимо избавляться, ведь эти страхи очень сильно отравляют Вашу жизнь, заставляя страдать, вместо того, чтобы жить полной жизнью.

Со всем этим успешно работает метод регрессии!

# Можно ли опираться на теорию?

Критерий истинности любой теории – практика. По мере накопления опыта, мы можем видоизменять теорию. Теория о том, что мы приходим чистыми листами в этот мир не совпадает с массой практических наблюдений.

Возможно, вас тянет в определённые места, где вы не были, увлекают исторические эпохи или во сне приходят образы одних и тех же событий прошлого. А, может быть, вы просто ощущаете, что пришли в этот мир готовыми и лишь постепенно узнаете себя.

Никто не может достоверно сказать, жили вы лично прежде или нет: учений и гипотез на этот счёт есть множество, а вот физических доказательств всё ещё нет. Однако это никак не мешает уже сейчас (без доказательств) начать использовать феномены изучения Глубинной Памяти для изменения себя и своего будущего.

Наше будущее основано на тех решениях, что мы принимаем сегодня. Но наше «сегодня», оно не само по себе: оно плод событий и решений, принятых в прошлом. И чем глубже в прошлое мы можем заглянуть, тем сильнее мы можем изменить наше будущее.

Приведу несколько примеров из личной практики.

У одной моей клиентки была болезнь по гинекологии (подробная статья о ней будет дальше), причины которой врачи не могли установить. А значит не могли и назначить лечение. Сеанс регрессивного гипноза показал, что в одной из прошлых жизней она была монахом, который очень плохо заботился о своих причинных местах, считая их греховными. Результатом сессии стало полное физическое исцеление в этой жизни.

У другого клиента был страх создавать новое, и он вспомнил себя военным инженером, изобретающим оружие, от которого погибло множество людей. Перед смертью в той жизни он зарёкся что-либо создавать! Разобравшись с этим и оставив прошлое прошлому, теперь он пишет очень интересные программы для развития детей.

Третья клиентка в этой жизни имела много опыта, когда её использовали против её воли, обманывали и предавали. В ходе сеанса регрессии, мы увидели, что в прошлом она сама много раз поступала именно так, и вот к ней вернулась её «карма». Теперь такие ситуации практически перестали с ней происходить, так как она осознала и приняла урок.

Это три пример работы теории, дающие практический результат. Значит можно на неё опираться.

# Современные технологии и доказательство существования Прошлых Жизней

Монолог во время практики путешествия по прошлым  
жизням:

- Что же происходит, что это?
- ЧТО??? Это сделал я??? Где были мои мозги?
- А, у меня их тогда ещё не было...

Не так давно мне написал хороший знакомый, Андрей  
Высоцкий. Написал, дословно следующее:

– Посмотрел ваш вебинар на тему «как отличить воображение от прошлых жизней». Хороший материал! Готов поделится с Вами своей наработкой, если интересно.

Конечно, мне интересны любые наработки в этой теме!  
Дальше Андрей пишет:

– Я регрессией занимался для себя и постоянно «копал». И, есть такой нейробиолог, Иван Мысин, он делал доклад на научной конференции и показал, что тета-нейроны и тета ритм отвечают строго за «Запись» и за «Воспроизведение»

информации. Этакие кнопки плеера....

Интересно, подумал я, ведь именно в тету мы и погружаем человека в трансе для воспоминания прошлых жизней. Именно поэтому у регрессологов так популярны для самообучения методики углубления транса.

– И вот, – продолжает Андрей, – я купил прибор (стоящий больше 20 000 рублей) для измерения активности волн головного мозга и проверил, что происходит во время сеансов на фазе просмотра прошлых жизней. И, вуаля, ритм держится по нижней границы теты, приближаясь к альфе! А о чем это говорит? Что мы имеем дело с воспроизведением информации а не с творчеством!

Учитывая, что прибор физически сейчас у него, он будет продолжать исследования разных техник медитаций, шаманских практик, гипнотических погружений, чтобы сравнить полученные данные со знаниями учёных о ритмах мозга!

Так что, мои поздравления всем, кто нашёл для себя ещё одно подтверждение!

А если прошлых жизней нет?

Уже доказанный факт, что люди могут вспомнить жизнеописания уже умерших людей. Ян Стивенсон провёл огромное количество исследований, когда тем, кто якобы пом-

нит свою прошлую жизнь, устраивались очные ставки с родственниками умершего, предлагали рассказать о неизвестных фактах биографии или даже показать расположение тайников в доме.

Доктор Стивенсон использовал различные методики: перекрёстный допрос, намеренную подтасовку фактов, отправку человеку в похожее, но не то место и прочее. Но в почти в трёхстах случаях из подлога ничего не вышло, и человек (часто ребёнок, который в силу устройства мозга не смог бы противостоять манипуляциям) безошибочно узнавал обман и выдавал точнейшие сведения.

Но допустим, что прошлых жизней нет, и это какой-то особый случай телепатии (благо этому уже начали обучать компьютеры). Тогда возникает другой вопрос: за счёт чего случаются изменения, о которых можно прочесть у всех прошедших регрессию?

Секрет заключается в том, что все наши действия чем-то определены.

Почему-то нам в голову приходят те или иные мысли, почему-то мы из них выбираем те или иные для выражения, а из выраженных какая-то часть переходит в действие. Всё это обусловлено некими внутренними установками. Доказанный факт: приборы способны воспринять наши ответы

за 3 секунды до того, как мы вообще начали думать о том, что ответить. Более того, даже в устной речи мы только через четыре секунды осознаём, что же именно только что сказали.

Таким образом, есть некие внутренние системы, которые полностью влияют на наше сознание и на наши решения. Чем лучше мы их осознаём – тем меньше неосознанных решений принимаем и тем больше можем сознательно управлять нашей жизнью. Вероятно, полное осознание себя и есть то, что называют просветлением (осознанностью).

В сеансе регрессии мы можем опуститься на тот уровень, где эти решения принимаются. Если регрессия идёт в детство, то можно увидеть, как ребёнок выбирает не чувствовать обиду на невнимательных родителей, в результате чего появляется подавленная обида. Или принимает решение, что жизнь несправедлива, получив чрезмерное наказание за проступок.

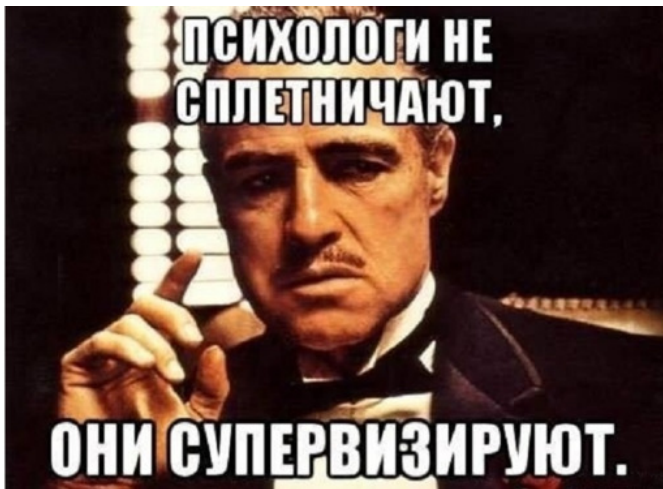
Если не ограничивать себя детством, то можно выйти на причинный уровень любого события. Мы можем называть это прошлые жизни, целительные картинки, работа с бессознательным – как угодно. Факт в том, что это работает и даёт результат. Теория инкарнаций выглядит наиболее убедительной.

Отдельно скажу ещё про перезапись, реимпринт и одитинг. В этих системах человеку предлагают не только вспомнить и увидеть убеждение, но и заменить его на правильное. Ошибка заключается в том, что в этом случае мы также становимся заложниками убеждения, и следовательно станем дальше от осознанности.

Например, убеждение «я неудачник» предлагается перезаписать на «я фантастически удачлив». Не смотря на кажущуюся позитивность нового убеждения, оно также сильно ограничивает. Ведь объективно могут существовать сферы, в которых человеку стоит быть бдительным. Или быть бдительным какой-то отрезок времени.

Поэтому наиболее интересным вариантом является осознание наличия обеих стратегий и осознанное же управление ими. И тогда вместо замены крестовой отвёртки на плоскую вы получаете целый набор инструментов на все случаи жизни.

## Сработает ли регрессия, если я в неё не верю?



Часто студенты на программе переживают: а не фантазирую ли я? Найди 10 отличий фантазии от реальности не так уж и сложно. Об этом есть много статей, в том числе и моих, а также ряд упражнений (в том числе и моих).

Однако, я позволю себе вообще усомниться:  
– А важно ли фантазируете вы или нет?

С терапевтической точки зрения важен не столько событийный ряд в вашей голове, сколько ваши реакции. Если вас начинает трясти от образов насилия в прошлой жизни, то не важно было это или нет, однако «тряска» есть здесь и сейчас. С ней можно работать.

Если вы видите образ потерянного одинокого мальчика, и от этого образа у вас наступает тоска, то не важно были вы этим мальчиком или не было. Однако тоска есть, с ней можно работать.

Если при регрессии в кармические связи вы видите, что муж вас не любил много жизней назад и от этого испытываете нежелание жить, то не важно любил вас он на самом деле или нет. Есть нежелание жить, и уже с ним можно работать.

По большому счёту важно не то, что происходит вокруг вас, важна ваша реакция на происходящее. На текущие отношения, на фантазии, на воспоминания, на фильмы и книги.

Мозгу по большому счёту всё равно играете ли вы в симулятор или сидите в реальной машине. Спокойный человек спокоен в стрессовой ситуации как в игре, так и в жизни. Беспокойный будет беспокоиться и там и там.

Тем не менее, погружаться в образы своего бессознательного, где содержится информация о ваших прошлых жизнях – крайне важно для успешной терапии! Иногда мы смотрим до десятка образов за сессию, чтобы найти корень. И когда он найден – происходит чудо исцеления!

# Инструменты регрессолога

## Пять способов отличить прошлые жизни от фантазий



Самый частый вопрос, который мне приходится слышать при работе с прошлыми жизнями, – вовсе не «кем я был в прошлой жизни» или «действительно ли я была жрицей в племени майя в пятнадцатом веке». Нет, самый частый вопрос – это «как отличить, видел ли я прошлую жизнь или нафантазировал?». Этот вопрос, как правило, отпадает после первого же сеанса регрессии, хотя и тут бывают свои за-

морочки.

Можно привести несколько основных способов отличить прошлую жизнь от фантазии.

### **№1. На уровне ощущений**

Первый способ – самый простой. Поочерёдно начните фантазировать и вспоминать реально произошедшие с вами вещи. Сперва представьте, как летите на розовом драконе над прекрасной планетой с двумя солнцами и астероидным поясом на встречу с черепашками ниндзя спасать Ктулху от эпилептического мишки. Посмотрите на свои ощущения в теле. А теперь вспомните что-то яркое из детства: как первый раз увидели море, или как отличились в школе, и родители гордились вами. Посмотрите на свои ощущения. Теперь снова переключитесь на фантазию и потом опять на воспоминание. После трёх-четырёх попыток вы сможете однозначно сказать на уровне ощущений, что является воспоминанием, а что – фантазией.

### **№2. Измените это**

Второй способ – продолжение первого. Любая фантазия легко меняется в процессе, тогда как при попытке изменить воспоминание будет возникать внутренний диском-

форт. Вернёмся к предыдущему примеру. Давайте представим, что дракон не розовый, да и вообще, это не дракон, а увеличенный в размерах покемон, и вы не летите, а плывёте под водой за сокровищами третьего Рейха. Легко получилось? А теперь вспомните ситуацию, когда вы нашкодили что-то, но родители не наказали вас, а похвалили. Или что вместо конфет на день рождения в пятом классе вам подарили ключи от жигулей. Как ощущения?

### **№3. Возьму с собой**

Третий способ – это интеграция опыта после просмотра прошлой жизни. Вы вряд ли научитесь управлять покемоном, но если в прошлой жизни вы были пианистом или управленцем, то эти навыки будут ощущаться как свои, но как будто слегка забытые. Как будто не ходил лет десять на обычных лыжах, а сейчас пытаешься встать на горные. Ощущение из серии: и вроде и умею, и вроде подзабыл, но вроде и немножко по-другому. Неудивительно, ведь тело и обстоятельства в этой жизни другие. Но само ощущение, что «этот опыт мой» никуда не проходит после вспоминания.

### **№4. Исцеление**

Четвёртый способ и не способ даже, а признак, проявляющийся после сеанса, спустя пару недель максимум. Если вы

ходили на какое-то травмирующее событие, которое вас беспокоит и сейчас, то после сеанса вы заметите, что в этой жизни вас это беспокоит всё меньше, или даже беспокойство вообще прошло. Это могут быть как какие-то психические исцеления, например, прошёл панический страх летать на самолётах или страх большой воды, так и вполне физический, когда заживают не проходившие годами врождённые травмы.

Одна из исследовательниц прошлых жизней делала сеансы групповых регрессий по 10—12 человек. Людей погружали в транс прошлой жизни и даже не беседовали с ними, а просто просили обратить внимание на то или иное воплощение, а после сеанса записать впечатления. Конечно, при таком подходе получилось не у всех, но где-то восемьдесят процентов смогли что-то увидеть. Она не исследовала целебный эффект, и тем более интересно оказалось тогда, когда участники эксперимента через несколько недель стали приходить со словами о том, что у них прошли те или иные хронические болезни (не только тела), которые их давно беспокоили.

Сложно представить подобный эффект от езды на покемонах к лекарю. Кстати, касаясь случая, что я описывал несколько постов назад: у мужчины, спустя много лет, начали сами собой налаживаться отношения с матерью, хотя он ничего кроме в похода в ПЖ не делал. Сейчас он пребывает

в состоянии лёгкого шока, т.к. ходили мы смотреть карьеру, а мать там оказалась просто потому, что оказалась.

## **№5. Для фантазёра**

У меня была клиентка, которой в жизни свойственно много и легко фантазировать. После сеанса у неё были некоторые сомнения, но потом она увидела интересный момент, связанный с тем, что фантазии часто растворяются в памяти, и многих деталей не помнишь. А опыт путешествия в ПЖ, как и любое воспоминание, остается с тобой полностью, целостной картинкой, в деталях.

## **Итого**

Отдельно ещё можно сказать о категории людей, которые с сеанса выходят полностью шокированными, но постепенно «забывают» об опыте. Это вполне нормально для человеческого ума, и все люди так или иначе сталкиваются с этим. Это можно или просто иметь в виду и не обращать внимание, или же есть специальные техники памятования в йоге, помогающие вспомнить и пережить опыт ещё раз.

# 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.