

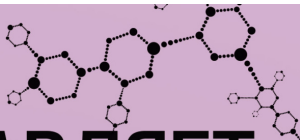
ИКБОЛ **ТУРДИКУЛОВА**

МНОЙ УПРАВЛЯЕТ

ДНК

КАК ПРОЖИВАТЬ
СВОЮ ЖИЗНЬ,

А НЕ ПОВТОРЯТЬ
СЦЕНАРИИ
ПРЕДКОВ



**КЛЮЧ
К ТАЙНАМ**

Икбол Турдикулова
Мной управляет ДНК. Как
проживать свою жизнь, а не
повторять сценарии предков
Серия «Ключ к тайнам»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69412717

И. Турдикулова. Мной управляет ДНК. Как проживать свою жизнь, а не повторять сценарии предков: ООО «Издательство АСТ»; Москва; 2023

ISBN 978-5-17-153801-9

Аннотация

Икбол Турдикулова – дипломированный консультант-психогенетик с тринадцатилетним стажем. Ее путь в науке начался с коллапса: после того как из-за острой сердечной недостаточности Икбол побывала на том свете, она «пробудилась» и пересмотрела свой взгляд на мир. В дальнейшем с помощью интуиции, веры в Бога и инструментов психогенетики она нашла причины многих своих болезней и неудач.

У любой ситуации есть причина. То, где вы находитесь сейчас, неслучайно. В книге автор объясняет, как с помощью закрытия родовых задач, выявления глубоких причин, повторяющихся

нежелательных ситуаций можно наладить жизнь, справиться с болезнями и решить любую проблему – даже, на первый взгляд, непоправимую.

В формате a4.pdf сохранен издательский макет.

Содержание

Введение	6
Часть I. Основы психогенетики и метода Икбол	13
Глава 1. Что такое психогенетика и какую роль в ней играет наследственность?	13
Конец ознакомительного фрагмента.	36

Икбол Турдикулова
Мной управляет ДНК.
Как проживать свою
жизнь, а не повторять
сценарии предков

© Турдикулова И. Э., текст, 2023

© ООО «Издательство АСТ», 2023

* * *

Введение

О чем эта книга

Вряд ли кого-то удивит утверждение, что генетика определяет то, что мы наследуем от наших родителей, бабушек и дедушек: внешность, здоровье и даже интеллектуальные способности. Сейчас подобная информация – общеизвестный факт. Однако что вы подумаете, если я скажу, что, помимо внешности и здоровья, мы также наследуем у наших предков их страдания, неосуществленные желания и большие потрясения? Есть даже отдельная наука, которая изучает наследственность и изменчивость психологических свойств человека, и это психогенетика.

Как человек, который занимается психогенетикой двенадцать лет и проконсультировал более тысячи человек на тему их «наследства», я могу с уверенностью сказать, что каждый из нас приходит в этот мир с «багажом» – нерешенными родовыми задачами близких. Под родовой задачей в психогенетике понимают урок, который не был пройден в предыдущем поколении, а значит – обязательно повторится в следующем. Все, что наши мамы, папы, бабушки и дедушки не сделали из-за страха, что их мучило и тревожило, что они

терпели, остается нам в качестве наследства.

Интересно, что события из жизни родственников не повторяются в нашей точь-в-точь — обязательно изменится форма, но вот суть переживаемого останется той же. Например, у женщины муж ушел на войну и там погиб. В экстремальной ситуации она осталась одна с детьми, но приспособилась и выжила. Ее сознание запомнило чрезвычайные обстоятельства и из-за стресса «запечатало» модель поведения как ключевую в сфере отношений.

Дальше, через гены, эта модель передалась следующим поколениям: дочери и внучке. В мирное время «привычка» терять мужа трансформировалась в то, что обе девушки притянули к себе неблагонадежных супругов. Дочь — алкоголика, а внучка — неверного. В итоге обе развелись (новая форма «смерти»), повторив паттерн бабушки.

Приведенный пример — лишь одна из тысячи возможных программ. История и род каждого человека уникальны. Кому-то придется «закрывать» негативные задачи во всех проявлениях жизни: любовь, здоровье и финансы, а кому-то повезет больше — и его родственники решат все свои уроки сами.

Конечно, повторить отведенный вам сценарий всегда легче, чем изменить его. Но поймите, как это опасно: когда вы живете по инерции, затыкаете все свои потенциалы и ресурсы, угождаете авторитетам против своей воли и желания ради чего-то, чего сами пока не знаете, доказываете что-то об-

ществу – вы проживаете не свою жизнь. Если душа живет не так, как хочет, и не реализует себя, она посылает вам «сигналы бедствия» – болезни, страшные события, – делает все, лишь бы вы поняли, что стоите на неверном пути.

Книга, которую вы держите в руках, – руководство по тому, как наконец решить родовые задачи в разных сферах и вернуться к пониманию и проживанию только собственной жизни. Я дам вам теорию и через свой путь покажу, как переложить эту теорию на практику, отделиться от проблем рода и раскрыть внутренний потенциал.

Почему я пишу эту книгу

До тридцати лет и моей душе не нравилось, как она живет. Я работала в банке (потому что так хотел мой папа), сидела дома с детьми (потому что таковы традиции моей родной страны). Была удобной, послушной, покорной – какой угодно, но только не собой.

Держалась долго: игнорировала все «тревожные звонки» от организма и натягивала улыбку. До тех пор, пока тело не начало «мигать» беспрерывно. Хронические обмороки и аллергии, постоянное низкое давление и высокая температура, а потом... Коллапс! Острая сосудистая недостаточность, больничная койка и недолгое путешествие на тот свет.

Вернулась. Выжила. После выписки из больницы посмотрела на мир совершенно иным взглядом. Интуитивно потя-

нулась к психогенетике и заново, на генетическом уровне, пересмотрела всю свою жизнь: отношения с мужем, детьми, профессией, деньгами и – наконец – самой собой.

Я захотела любви со своей душой и окружающим миром – безусловной и абсолютной, без груза чужих задач и нереализованных мечт. С того момента все свои действия и силы я направила на то, чтобы узнать и полюбить себя, переписать судьбу и избавиться от оков рода. Удивительно было осмысливать, что все материальное, что мы привыкли считать ценным наследством – недвижимость, деньги, – еще не гарантия счастливой и безопасной жизни.

Я поставила себе цель – осознать и решить все передающиеся из поколения в поколение задачи. Дать моим детям и их детям возможность не отвлекаться на нежелательное «наследство», а спокойно исполнять главную цель их жизней – поиск предназначения (подробнее об этом расскажу во второй части книги).

Со временем я почувствовала, что могу помочь в этом трудном процессе и другим. Пройдя и переосмыслив десятки практик и подходов, я сформировала свой метод – метод Икбол, о котором расскажу в этой книге. Одной ногой метод стоит на психогенетике, а другой – на базовых духовных принципах (законах Вселенной, Бога – называйте как вам угодно, а я буду называть так и опираться буду на Бога, Он же Творец!).

Я не навязываю вам представления о Боге. Чтобы про-

честь книгу, получить новые знания о своей жизни и начать их применять, они не обязательны. Я просто говорю о том, что в мире существуют безусловные духовные законы и их легче принимать на веру, как данность. Так проще идти по своему пути.

Встретив слово «Бог» на страницах, замените его тем, что подходит вам: «Вселенной» или «энергией». Бог – лишь краткое обозначение силы, нам не подвластной. Назовите это так, как комфортно для вашей системы веры: Разум, Творец, Мироздание – как вам ближе.

Книга покажет, как жить иначе

Решение родовых задач – процесс небыстрый, нелегкий и неединоразовый. Благодаря своему методу я победила бесплодие, порок сердца, затрудненное дыхание и еще десяток болячек. Получила образование, стала профессиональным консультантом и помогла тысячам людей жить в гармонии со своей душой.

Эта книга – не грустный рассказ, а увлекательное приключение. Я дам знания и через свой путь покажу, как их применять. Вы научитесь отделяться от проблем рода и возвращаться к самим себе: принимать вызовы судьбы и превращать нежелательные ситуации в великие возможности, меняя не только свою жизнь, но и жизнь будущих поколений.

Мы пошагово разберем каждую сферу: здоровье, брак,

личность, материнство, страх, финансы и предназначение. Узнаем, кто заложил в вас те или иные родовые сценарии, как они проявляются в вашем пути и что с этим можно сделать. Я также поделюсь базовыми инструментами самопомощи, которые помогут вам начать путь к себе настоящему уже во время чтения этой книги.

Кроме всего прочего: до этого я не встречала ни одного издания, которое бы рассказывало, как вскрыть и «перезаписать» родовые программы, основываясь не только на науке, но и на интуиции. Я делюсь историей своего пути на страницах как раз для этого: я не всегда делала так, как того хочет психогенетика, – иногда шла ей наперекор, использовала другие инструменты (прощение, принятие, веру – атрибуты духовности) и все равно добивалась нужных результатов.

Теперь – хочу поделиться своими открытиями с вами. Неважно, сколько вам лет и чем вы занимаетесь в жизни, – эта книга поможет взглянуть на любую проблему через призму вашего рода: отследить закономерности и разобраться в них.

12 лет я изучала психогенетику и духовность, собирала и модернизировала знания, чтобы сформировать свой подход и передать знания дальше. Сотни клиентов подтвердили, что метод работает, – их истории-кейсы вы также сможете прочесть в книге. Здесь я детально рассказываю, как именно им удалось добиться изменений в разных сферах жизни.

У любой ситуации есть своя причина. То, где вы находи-

тесь сейчас, неслучайно. Обнаружив источник, вы сможете повлиять на него и изменить свое будущее. Давайте приступать: скорее закрывать нерешенные задачи рода и проживать собственную жизнь.

Часть I. Основы психогенетики и метода Икбол

Глава 1. Что такое психогенетика и какую роль в ней играет наследственность?

Случайностей не бывает – за двенадцать лет работы психогенетиком я поняла это наверняка. Мы не просто так болеем, не просто так теряем работу, не просто так встречаемся не с «теми» мужчинами или женщинами – всему есть причина. Мы ищем ее во внешнем мире: виним семью, воспитание, социум, злой рок и даже не подозреваем, что все это время причина таилась внутри нас.

Болезни, предательства, желания и искушения – все это записано на нашем внутреннем «жестком диске». В психогенетике его называют «генокодом» – набором желательной и нежелательной информации о человеке, которую ему оставили предки. Все, о чем люди в нашем роду переживали, что пытались, но не могли преодолеть, что делали неправильно, передалось нам по наследству.

Их уроки будут повторяться в течение нашей жизни, и,

пока не решим их, мы не сможем двигаться к своим целям. Груз родовых задач будет давить, препятствовать поиску себя и своего предназначения, да и в целом свободной и счастливой жизни.

На групповых обучениях я люблю объяснять нашу зависимость от рода и его непройденных уроков на метафоре (а иногда и показательно – проделывая со студентами все, что буду описывать далее).

Представьте, что на вас надето тридцать шуб, руки заняты сумками, к ногам прицеплены гири, а сверху к тому же нахлобучена шапка. Свободно ли вы себя ощущаете? Легко ли передвигаетесь? Маловероятно. Скорее всего, под грузом тяжеловесных одежд и гирь вы не можете сделать и шажка.

Вы удивитесь, но большинство из нас тащит на себе тридцать таких ментальных шуб, при этом не ощущая их физически. Неподъемная ноша останавливает нас на пути к целям, не дает развиваться. Мы вроде чувствуем дискомфорт, понимаем, что что-то не так, но, не видя проблему физически, продолжаем и дальше бессознательно волочить багаж предков за собой.

Метафора про шубы точно передает суть психогенетики как науки. Эта дисциплина изучает нашу наследственность – не только физическую, но и ментальную, поведенческую – и объясняет, как эту наследственность изменить.

Шубы и гири – это многочисленные уроки и задачи, оставленные нам предками. Те не решили их в свое время и «за-

вещали» нам. И вот мы оказались перед двойственным выбором: найти в себе силы и скинуть ношу со своих плеч раз и навсегда или тащить ее дальше и передавать уже своим детям, как наследство.

Навязчивая или тревожная мысль, любая боль в теле, неудовлетворительные и болезненные отношения с окружающим миром – все это сигналы о «проснувшейся» родовой задаче. Команда к действию: «Реши проблему сейчас и скинь с себя хотя бы одну шубу». Если бы каждый из нас осознавал это, то уже давно приступил бы к закрытию родовых уроков один за другим и так постепенно сбросил бы с себя все одежды, чтобы наконец стать счастливым.

Действовать всегда сложнее, чем игнорировать. Но только этот выбор ведет к свободе и легкости, к настоящему себе. Если вы твердо решили освободиться и стать счастливыми – вы найдете в себе силы закрыть все отведенные вам уроки и изменить свою жизнь.

Пока вы укутаны в многочисленные шубы, вы не можете сдвинуться, не можете сделать шаг в своей судьбе, потому что вся энергия уходит на удержание непосильного груза. Все внутри вас – желания, потенциал, возможности, цели – «запечатано».

«Распечатать» и «запечатать» – это мои авторские термины, я буду часто использовать их в книге. Сейчас объясню. Когда мы рождаемся, наши первоначальные состояния – это абсолютная любовь, вера, безопасность, мы ощущаем

их всем телом. Но с годами эти состояния цементируются, запечатываются бетоном: страхом, невежеством, сплетнями, осуждениями, критикой, задачами предков и новыми навязанными убеждениями из текущей жизни.

Где-то внутри мы все так же идеальны, как младенцы, но эта огромная сила больше никак себя не проявляет, потому что запрятана слишком глубоко.

«Распечататься», скинуть шубы – это как раз о том, чтобы разбить бетон генетической «закодированности»: снова научиться беспрекословно любить, верить, доверять Богу и без страхов проживать свою жизнь. Освободиться от груза предков и вновь вернуться к первоначальному состоянию: стать большими, идеальными, настоящими. Раскрыть душу через работу над собой.

Словарик психогенетика

Вероятно, многие из вас до чтения моей книги не только не слышали понятий «родовая задача» и «модель поведения», но и не знали о науке психогенетике в целом.

Большинство терминов внутри этой дисциплины становятся понятными лишь на личных примерах, которых будет много в последующих главах. Чтобы внести некоторую ясность уже сейчас, ниже я приведу словарь самых распространенных слов, которые повстречаются вам на страницах этой книги.

Не переживайте, если смысл понятий не сразу уложится в голову: к этому словарику всегда можно будет вернуться.

Психогенетика – наука о наследственности. Изучает, как работает ментальная и поведенческая наследственность и как ее можно изменить.

Генетический код – то, на что человек «закодирован». Набор желательной и нежелательной информации о человеке, которую ему оставили предки.

Пример:

Моя мама и свекровь обе потеряли второго сына, а у меня со вторым мальчиком также был выкидыш, то есть я была на это генетически «закодирована». Как только я отработала свои уроки, Бог дал мне второго сына.

Генокод в психогенетике = судьба в духовности.

Родовая программа – записанные модели поведения, что мы переняли от предков.

Модель поведения – паттерн, шаблон поведения, который мы унаследовали от предков.

Паттерн – повторение, привычки.

Родовая задача – задача, которая не решена в предыдущем поколении и чаще всего повторяется в следующем. Духовные учения называют это уроком.

ВІD – базовое внутреннее желание и базовая внутренняя направленность.

Перезаписать ДНК – изменить судьбу на удовлетворяющую вас.

Очистить ДНК – убрать невежества, повторения. ДНК никогда не пустеет – она заменяется, «перезаписывается», это и означает очищение.

Очищенная ДНК – удовлетворяющая вас судьба.

Значение наследственности: родовая программа, родовая задача и модель поведения

Задумайтесь над тем, как составлено слово «семья». «Семья» – это семь «я». Это мои родители, бабушки и дедушки с обеих сторон и вот он я, седьмой. Во мне семь меня. Получается, что все отношения семи меня – «мама – ее мама», «мама – папа», «папа – его мама» и так далее – живы и записаны где-то внутри.

В каждого из нас вставлен информационный чип со всеми чувствами, болезнями и переживаниями близких родственников – прописан тот самый генетический код. Мы наследуем родовые задачи и модели поведения в пределах *четырех-семи* поколений и реализуем их на себе – так работает родовая программа.

Родовая программа – это не только негативные записи о болезнях, преградах и трагедиях. Это еще и записи о неосуществленных стремлениях и мечтах наших предков, которые могут помочь нам на пути, но об этом позже.

Обобщенно можно сказать, что родовая программа состоит из родовых задач (уроков) и моделей поведения.

Модель поведения – это паттерн, шаблон поведения, который мы также унаследовали от предков. В разных жизненных ситуациях мы повторяем модель поведения, на которую были «закодированы».

Сначала термин «модель поведения» может прозвучать тяжело, но, поверьте, с его проявлениями в жизни сталкивался каждый из нас.

Например: «Не знаю почему, но я все время матерюсь! Не знаю почему, но я все время теряю деньги!» Вот это «не знаю почему» указывает на то, что будто бы без вашего контроля происходит некое повторение и вы не можете дать ему объяснения.

В разных жизненных ситуациях мы неосознанно повторяем модель поведения, на которую были «закодированы». Привычки предков могут разниться – от банальной и бытовой любви пить сладкий чай с батоном до привычки терять мужчин. Например, бабушка потеряла мужа на войне, у ее дочери муж умер от болезни, а у внучки на пустом месте случился развод.

Меняется форма, но сама наследственная модель «терять любимого мужчину» прослеживается. Самое страшное, что эту модель потери мужчины в следующих поколениях можно перенести не только на мужа, но и на сына. Наука психогенетика в общем и мой метод в частности как раз учат выявлять эти модели поведения и перелаивать их, «перезаписывать».

Моделей поведения сотни – у каждого найдется своя. Из самых частых: модель быть униженной, модель быть заточенной, модель потери детей.

Родовая задача – это как раз тот урок, который не реши-ли в предыдущем поколении (или еще раньше), и теперь он проявился в следующем, в нашем, повис и ждет разрешения. Все, что наши прабабушки, дедушки, родители или другие родственники не сделали из-за страха, внешних обстоятельств, что их мучило и тревожило, по наследству передалось нам.

Возвращаясь к метафоре про шубы, повторю: у нас, как у наследников родовых задач, есть только два варианта взаимодействия с ними – продолжить тащить их на себе дальше, зарабатывая новые неприятности и безвольно «скидыва-я» их впоследствии на своих детей, или же, решив эти задачи прямо сейчас и очистив путь дальнейшим поколениям, начать наконец жить свою жизнь.

Конечно, повторить отведенный сценарий гораздо проще. Вот только стоит ли эта простота того? Стоят ли того наши страдания, болезни или трагедии? Сомневаюсь. Многие надеются на удачу, наивно полагая, что нежелательные родовые уроки обойдут их стороной. Так не случится – удачи в этом процессе не существует. Если родовая задача заложена в тебе, она обязательно проявится. Это лишь вопрос времени.

Родовая задача заявляет о себе по нарастающей. Сначала приходит в виде несвойственных и тревожных мыслей (мен-

тально), потом – в виде боли в теле (физически) и потом, после долгих лет игнорирования, заявляет о себе трагедией. Важно научиться замечать крошечные проявления, подлавливать болезнь на стадии зарождения – и тогда вы сможете поменять свою жизнь экологично.

Меня часто спрашивают, не понимая смысла процессов: «Почему же родовая задача ведет себя так? Почему если мы игнорируем ее, то начинаем болеть ментально и физически?» Отвечаю: так дает о себе знать наша душа. Когда мы живем по инерции, затыкаем свои потенциалы, ресурсы, угождаем близким (не полюбовно, а по ложным привычкам), доказываем что-то обществу, мы проживаем не свою жизнь.

Моя философия – проверенная годами на своем и клиентском опыте, отточенная психогенетикой, другими подходами, а также подкрепленная религиозно – такова: мы сотворены, чтобы каждый следующий день быть лучше, чем вчера. Потребность нашей души – находиться в счастье и здравии. Когда мы не достигаем этого состояния и даже не стремимся к нему, предупредительно начинает мигать лампочка. И вот ваш выбор: либо вы с этой мигающей лампочкой двигаетесь дальше (навстречу к полной поломке), либо меняете свой курс. В книге на своем примере я рассказываю и показываю, как и в каких сферах поменяла свой жизненный курс и что при этом изменилось.

Менять или не менять?

Важная пометка: понимание счастья у всех свое. Если прямо сейчас вы можете посмотреть в зеркало и искренне признаться себе в абсолютном счастье, отличном самочувствии и прекрасном душевном состоянии – закройте эту книгу и живите. Но если где-то вы видите звоночки, мигания, ощущаете дискомфорт, пусть даже и периодический, значит пора что-то менять. Когда-то я точно так же сделала выбор в сторону изменений.

Меня не оставляла мысль о том, что все мы родились чистыми и идеальными и к этому состоянию можно вернуться. Мне не нравилось постоянно болеть и страдать, тащить на себе загрязненную ДНК, эти самые генетические шубы, которые исчислялись десятками.

Дело в том, что генетическая программа определяет наш уровень сознания. И пока сознание твоих предков живо внутри вас, вы живете и ведете себя, как они.

Приведу пример из личного опыта: моя бабушка всю жизнь ощущала себя подавленной, и это проявилось в ее дочках. Они урок не решили и переложили его на меня, внучку. Физически генетическая подавленность проявилась у меня в виде проблем с щитовидной железой, а ментально – в слишком низкой самооценке. Я позволяла ездить на мне, издеваться, сама не верила в себя. Худшее место? Конечно, у ме-

ня. Низкий доход? Тоже у меня. Все время казалось, что я не так выгляжу в глазах мужа, что он якобы меня не понимает и только давит, – так выражалась моя подавленность.

Я решила это изменить – и изменила. Но повторю: я не могу дать каждому из вас директивный совет, вроде «изучайте психогенетику, мой метод и меняйте свою жизнь!». Нет. Бог наделил нас правом выбора: если вам нормально, вам нравится быть «терпилами» – продолжайте. Творец не будет противоречить – просто в конце концов даст соответствующие результаты, и они вряд ли порадуют.

Если же вы начнете искать причины своих состояний и честно скажете себе: «Мне не нравится так жить, я устала», вам откроется много нового и интересного. Через осознание фактов о себе и предках получится выйти на новый уровень, избавиться от чужих грузов и наконец по-настоящему зажить.

Искать причины – значит идти навстречу правде, какой бы травмирующей она ни была. Не убегать в развод, а задаваться вопросом: «Почему со мной так обращаются?», исследовать, размышлять и, наконец, приходить к генетической причине: «А ведь вашу бабушку били и ущемляли! Теперь и вас муж бьет: только не кулаками, а словами». Вот так физическая травма трансформируется через поколения в травму ментальную.

Генетические задачи есть у всех, и это нормально. Я пока не встречала ни одного взрослого человека, которому бы не

нужно было что-то решать, – говорю по опыту нескольких тысяч клиентов. Просто одни люди осознают проблемы и качественно улучшают свою жизнь, а другие – игнорируют. Воля Творца в этом вопросе проста: ему угодно, чтобы мы каждый день становились лучше, счастливее и вернулись к нашему первоначальному райскому состоянию, но этого нельзя добиться без изменений.

Если вам некомфортно жить, как вы живете, – измените это. Если нормально – ничего страшного, переложите на детей и закройте книгу.:)

Для изучения генетических причин своих состояний есть много логических и выверенных техник: аффирмации, генограмма, «перезаписывание» – о всех них я расскажу подробно далее в этой книге.

Самое главное на начальном этапе – осознать, что все, что с вами происходит, не просто так. Вы – наследник или наследница чувств, переживаний и моделей поведения ваших бабушки или дедушки. Момент, когда вы «вскрываете» проблему и обнаруживаете тенденцию ее повторения, очень важен. Это осознание – пятьдесят процентов от решения родовой задачи.

Повторю: ситуация, в который вы сейчас оказались, неслучайна. У нее есть своя причина. Только поняв причину, вы сможете ее изменить и повлиять на будущее.

Нарисуйте знак бесконечности. Одна сторона, левая, – наши предки. Там, где пересечение, находимся мы. А вторая

часть, справа, – это будущее. По такому быстрому и схематическому рисунку становится очевидно, насколько циклическа жизнь. Мои предки, мои будущие дети и внуки – это все я: я в прошлом, я в настоящем, я в будущем.



Никто не виноват

Итак, мы проследили и поняли один неоспоримый факт: все, что было в судьбе и жизни наших предков, желательное и не очень, передается по наследству. Эта истина не так проста для принятия и осознания, поэтому я хочу предостеречь вас в одном моменте. Самое важное – ни в чем не обвинять предков. Не сваливать на род все свои беды и не прикрываться им при проблемах.

Никто ни в чем не виноват. Перечитайте эту фразу и

запомните ее – в ней таится весьма глубокий смысл.

Превратите в силу все то, что произошло с вашими предками. Сделайте этот опыт своим активом. И с этого момента скажите себе: «Не бывает “нежелательного”, все было во благо, по воле Творца и ради моего же улучшения». Убедив себя в этом, вы научитесь любую болезненную ситуацию превращать в великую возможность.

Непросто двигаться по своему пути, если все нежелательные ситуации вы воспринимаете как потери, преграды и проблемы. В жизни из-за этого постоянно присутствует фоновый шум: «А почему папа со мной так поступил?», «А почему подружки меня предали?» Начиная новый день с такими мыслями, мы убиваем его на корню.

Выходит, что наша задача – принять опыт рода и свой собственный не через сожаление, а через любопытство. Никто не виноват – просто вот так случилось. Не жалейте себя и своих предков, лучше спросите: «Что я теперь могу сделать, чтобы изменить ситуацию и помочь себе и будущим поколениям?»

IDEAL-метод

Психогенетика – мой инструмент для работы. Двенадцать лет назад я увидела в этой науке спасение и исцеление – можно сказать, универсальный способ разобраться с проблемами в жизни. Со временем я осознала, что психогенетика –

это также мой путь к Творцу и моему методу Икбол. К слову, мой метод – это смесь психогенетики, IDEAL-метода, священных писаний и интуиции, но об этом позже.

IDEAL-метод – метод в психогенетике для совершенствования личности и изменения собственного поведения, который был создан в начале 1960-х годов американской семьей Тойчей (Куртом и Джоэл Мари Ноэл).

Аббревиатура IDEAL собирается из пяти английских слов: individualized – «индивидуализированный», directive – «конкретно направленный», explanatory – «объясняющий», action – «работающий», log – «логический».

Постулат своего учения семья Тойчей сформулировала так: все, что происходит в жизни человека, не случайно, а предсказуемо. Все это предписано в генетическом коде и может быть изменено для улучшения жизни.

В теории IDEAL-метод помогает осознать нежелательные, неэффективные модели поведения и изменить их. Единственное отличие от психогенетики состоит в том, что Тойчи в своем методе объединили духовность, физику и генетику, а психогенетика – это только физика и генетика.

Я также придерживаюсь мнения, что от духовности отходить нельзя: IDEAL-метод как раз трактует жизнь человека и события в ней через Библию – этим он ближе к моему методу Икбол. Правда, в своем варианте я использую не только Библию, но и Коран – эти тексты для меня равны как инструменты интерпретации законов Бога.

Итак, IDEAL-метод – это совмещение духовности, генетики и физики. Представьте, что наша жизнь и мы, как люди, стоим на трех ножках, трех столпах. Первый – это духовность: вера, любовь, умение прощать, понимание, что есть некая сила мощнее нас.

Вторая ножка – ментальная генетика. Она делает человека способным мыслить, наделяет его разумом, а также сознанием (предков и своим). Сознание прописано в нашем генокоде, мы ощущаем его душой – это не мозг, как думают многие. Если сознание низкое, то и уровень жизни ниже плинтуса – поднять его можно через переобучение.

Третья ножка – физика человека. Физика – экран нашей ментальности и состояния души. Например, если сознание пребывает в болезненных состояниях (допустим, у человека низкая самооценка), то это обязательно экранизируется в теле. Тело «замигает» и покажет, что где-то есть сбой.

Закономерен вопрос: «А почему деформации, “мигания” в теле и ментальности вообще происходят?» Я трактую это так: человек отошел от Бога и нарушает его законы. Именно этот сдвиг, переход «не туда», и экранизируется сначала на нашем ментальном состоянии, а потом еще четче становится виден в физике.

Законы Земли и Бога

По замыслу Творца в жизни человека все должно быть

легко: захотел – получил. Вот только наша Земля существует тысячи веков, и за это время человечество из-за генетической наследственности, невежества и грехов сильно отдалилось от Бога. Мы запутались. Отсюда и постоянное самообразование, поиск себя: мы не понимаем, для чего появились на свет, где наше место, и всю жизнь мы отчаянно бежим, стремясь скорее его найти.

Наш путь к цели похож на извилины мозга, хотя при рождении в каждого из нас заложен конкретный потенциал и к нему предусмотрена прямая дорога. Изначально нам дается все, чтобы мы сделали этот мир лучше.

Запутались мы от неследования законам Бога. А не следовали мы им, потому что в принципе не знали, что они существуют и установлены. Здесь работает известная фраза «незнание законов не освобождает от ответственности». Мы просто жили как живется – где-то слушали плохие советы родственников, что-то брали из книжек (теперь – из Интернета), где-то поддавались искушениям – и искренне верили, что так правильно.

Я часто слышу: «В мире царит хаос», но это не так. В мире есть логика, а вот хаоса нет. Логика – это те самые законы Бога.

Каждый из нас ежедневно следует многочисленным земным правилам. Одно из таких: «На красный свет движение запрещено». Поедешь – вылетишь на встречу и разобьешься. Мы соблюдаем правила дорожного движения, потому что

хотим жить. А ведь точно такие же принципы есть и у жизни, у Вселенной, у Бога! Но нас не учили им, мы им не следовали, и вот один автомобиль врежется в другой: сталкиваются вы и ваш муж. Происходит ДТП – развод. Навигатором на сложном пути могут стать священные писания, наставник или даже книга, которую вы держите в руках.

Интересно, что при всей противоречивости процесса потребность жить по законам вшита в человеческую сущность. Мы постоянно ищем шаблоны и отчаянно стараемся им соответствовать. Загвоздка в том, что мы ошибочно берем за пример правила жизни наших предков, думая, что они образцовые. В итоге повторяем их под копирку, а потом удивляемся, почему же эти правила привели нас к болезненным разрушениям.

Все то, что отстрадали предки, следующее поколение принимает как данность, как закон – именно поэтому зачастую люди проживают свою жизнь как роботы. Думают, что двигаются по многокилометровому шоссе, а оно оказывается тупиковой дорожкой. Все потому, что за основу они берут чужой закон жизни.

Все валится из рук, не получается, начинаются проблемы. Мы искренне не видим причинно-следственной связи и часто в сердцах кричим: «Слушай, Бог! Если ты любовь, то почему я нахожусь на дне?!» Ответ, оказывается, очень прост: именно через эти болезненные ситуации Бог пытается вернуть нас на правильные рельсы, сократить наш путь к истин-

ным себе.

Творцу неуютно, чтобы человек уничтожал сам себя. Его воля – чтобы мы каждый день были лучше, чем вчера. Вчерашний я умер, сегодняшний я родился заново и с новыми целями. Чтобы этот акт произошел, мы каждый день должны «пробуждаться» – переосознавать себя и делать шаг к своему улучшению. Но человек из-за привычки находится в сожалении и страдании живет в инерции. Это застойная вода – со временем она начинает дурно пахнуть, и жизнь приобретает фоновый запах. Богу это не угодно.

Вот и получается: мы живем и нарушаем законы Творца, так как не «пробуждаемся» – не знаем как или не хотим из-за комфорта, страха, лени, «закодированности». И тогда Бог «пробуждает» нас сам: пощечинами, подзатыльниками, пинками.

Обычно он делает это тремя способами.

1. Через болезнь, болезненные ситуации, разочарования.
2. Через потери раньше времени, зачастую близких.
3. Дает возможность «пробудиться» экологично: через знания и осознания.

Стало быть, положение, в котором вы оказались сейчас, – это не наказание. Это пинок любви от Бога: он подталкивает вас к осознанию и еще раз напоминает, что нельзя засиживаться. Пора выключать «спящий режим» и пробуждаться. Лучше делать это самим, «по-хорошему», а не платить слишком высокую цену в виде болезней, потери близких и

других трагедий.

Я не ставлю своей целью напугать вас, поэтому хочу пояснить: большие потери – это всегда самые последние и громкие звонки от Бога. Возможно, для вашего «пробуждения» произойдет что-то не столь серьезное по форме, но такое же серьезное по значимости. Главное, что общим будет вывод: экологичнее и правильнее «пробуждаться» каждый день. Только так удастся не сойти с верного пути.

«Пробуждение» через детей

В момент, когда вы читаете эти строчки, вы уже узнали, что такое генокод, поняли, что все проблемы и сложности в вашей жизни – всего лишь родовые задачи от предков, и теперь, скорее всего, задаетесь вопросом: «Как же все это изменить?» На этом моменте на очных уроках я обычно рисую модель ДНК, зачеркиваю ее и говорю, что все в своем генокоде можно «перезаписать» при помощи обучения.

Расскажу распространенную среди моих студенток ситуацию. Ко мне на семинары и консультации часто приходят женщины, у которых постоянно что-то случается с детьми: то под машину попадут, то ногу сломают. Ситуация обостряется из-за страхов и мыслей самих мам: «Я так боюсь за него, когда отпускаю одного. Представляю, как он переходит дорогу и его сбивает автомобиль или он идет в темноте и на него нападает маньяк». Получается замкнутый круг: страх –

подтверждение страха – еще больший страх.

Подсознательно, еще даже не будучи знакомыми с термином «психогенетика», эти женщины чувствуют, что с их мыслями и постоянными инцидентами с детьми что-то не так. Приходят ко мне, а я объясняю: «У вас в генокоде записан страх смерти ребенка. Каждое происшествие – для того, чтобы этот страх подтвердить и еще на шаг приблизить его к смерти». Студентки очень удивляются.

Конечно, с первой секунды в такой факт сложно поверить и осознать его трудно. Вот как запись о страхе смерти ребенка работает в генокоде: вам кажется, что вы постоянно думаете о смерти ребенка как о «не дай Бог», но на самом деле совершаете негативную молитву и только приближаете свой страх. Это закон. *Далее в книге мы подробнее рассмотрим этот кейс на примере меня и мамы – из-за ее страха я также постоянно попадала в ситуации на грани жизни и смерти.*

Главное, что важно сказать сейчас: все записи в генокоде можно выявить, предотвратить и изменить. Я указываю на повторяющиеся тенденции, и мы начинаем работать. В ситуации выше оказалось, что женщина жила по законам потери детей: у кого-то из рода умер ребенок, и эта нежелательная запись, этот страх передавался от поколения к поколению.

Я объяснила ей, что с духовной точки зрения у Бога нет потерь – он не забирает просто так. Да, видимо, в роду кто-то нарушал законы и довел ситуацию до трагедии, но прошлое

нужно оставить в прошлом, его больше не нужно бояться.

После определенных техник и рекомендаций мы переписали закон в голове женщины и установили новый – теперь она будет функционировать по нему. Таким перепрограммированием я занимаюсь на консультациях. И это – пример лишь одного запроса, каких бывают тысячи.

К сожалению, не все люди выбирают каждодневное «пробуждение» и «перезапись» ДНК изнутри – многие пытаются работать с нежелательной записью лишь внешне: ходят в храм, молятся, читают намаз. Это важно, но этого мало. Так вы полируете внешний вид ваших страхов, невежеств и нежелательных записей, пока они тихо делают свое дело внутри, – такая вот нестыковка.

Ситуации с детьми в принципе очень сложные и многогранные. На своем опыте и опыте тысячи консультаций я вижу, что именно на детях заметнее всего проявляются неотработанные уроки рода, о которых, возможно, вы даже не подозревали. Дети – некая проекция, копирочка, шпаргалка. Их болезни и боли гораздо сильнее мотивируют нас «перезаписывать» нежелательные чипы предков.

Допустим, я «терпила» (я имею в виду человека, который терпит до невозможности, во вред себе). Скорее всего, я смогу перетерпеть последствия жертвенности в течение жизни (заработаю себе опухоль или еще какую болезнь) и смиренно дождусь конца своих дней, но если из-за моих нерешенных задач заболеет ребенок – этого я выдержать не смогу.

Поэтому именно когда плохо нашим детям, мы резко «пробуждаемся» и начинаем что-то делать, чтобы им помочь. Так Творец помогает нам увидеть родовую линию, программу – Любовь Бога еще и в том, что Он через детей показывает нам наше отклонение от Законов Бога, Жизни.

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.