

Елена Журавлева



# Дом души и счастья :

терапевтические тексты от А до Я



**Елена Журавлева**  
**Дом души и счастья:**  
**терапевтические**  
**тексты от А до Я**  
**Серия «Новые авторы»**  
**Серия «Счастье в себе», книга 1**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=70099447](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70099447)*

*SelfPub; 2024*

**Аннотация**

Если понять ту простую истину, что всё, что происходит с нами, уже заложено в детстве или в жизни родителей, и транслируется теперь в нашу взрослую жизнь, то можно повышать осознанность, находить и менять алгоритмы, тем самым улучшая её. Эта книга поможет наполниться радостью и любовью, обрести новые смыслы и даже крылья. В книге 33 текста-рассуждения про 33 слова к каждой букве алфавита, которые человек использует для своего личного счастья. Здесь рассуждения и практики, притчи и упражнения, рекомендации и другие полезности. Ведь каждый человек может отыскивать новые зёрна в обычных словах так же, как и находить новые смыслы в каждодневных действиях. Тексты написаны просто и понятно, но глубоко,

полезно и имеют терапевтическое действие. Книга зовёт в счастье и дарит крылья. Книга поможет продвинуться в понимании и чувствовании себя. Она для каждого человека, кто проявляет интерес к психологии. И даже если вы счастливый человек, то ещё одна капелька счастья вам точно пригодится.

# **Елена Журавлева**

## **Дом души и счастья: терапевтические тексты от А до Я**

"А ведь из маленьких радостей можно сколотить вполне приличное счастье!"

Олег Рой

Если понять ту простую истину, что всё, что происходит с нами, уже заложено в детстве или в жизни родителей и транслируется теперь в нашу взрослую жизнь, то можно находить и менять алгоритмы, и тем самым улучшать её.

Эта книга будет азбукой простых, но очень полезных слов, которые знает и использует каждый человек для своего личного счастья. Все эти ценные слова на 33 буквы алфавита и рассуждения про них, наполнены особым смыслом, который обладает эффектом, оживляющим душу. Эффектом, который сделает человека цельным и целостным, и поднимет над пучиной проблем и решения жизненных вопросов, наполнит вдохновением и расправит крылья!

Книга подойдёт каждому человеку, каждой женщине, которая хочет жить счастливо.

Вы найдёте и небольшие задания. Такие лёгкие и изящные, такие мягкие и добрые, иногда почти незаметные из-за мягкой подачи в тексте.

Прочтёте притчи, ведь это искусство сохранения и передачи вечных истин. Вот почему мы так их любим. И поэтому они обязательно будут здесь, в этой книге.

А ещё есть терапевтические тексты и стихотворения, созданные с любовью. Все они непременно светлые и красивые, или мечтательные и задумчивые, весёлые и счастливые, и обязательно наполняющие душу приятным послевкусием света и любви.

В книге даже будут красивые истории про Него и про Неё – обязательно немного личные, чтобы мы чувствовали друг друга и обязательно немного вымышленные, чтобы вы заглянули в своё сердце, нашли там свои тёплые сюжеты и наполнились творчеством.

Каждый же может нарисовать в своём воображении свой дождь! Свою личную весну или лето, осень и даже зиму. Можно нарисовать себя, поэтому герои сюжетов не имеют имени. Имя может быть совершенно любое! Где правда, а где нет, здесь совсем неважно, решать вам – отдаю это всё вашему воображению. Но одно будет правдой, что здесь везде радостные смыслы, красивое наполнение и доброе завершение с продолжением.

А вместо предисловия давайте познакомимся. Волшебники и волшебницы – это обычные люди. Они просто много

учились.

На планете Земля есть город, в котором живёт автор этой книги. Если вы вдруг совсем случайно читаете эту книгу, то вспомните фразу: всё случайное неслучайно!

Может быть, вам нужны крылья?

– Вы можете обрести их здесь!

А может, вы готовы освободиться от ненужного: боли, обиды, разочарования?

– Тоже можно! Причём бережно и с любовью!

Изучить, что же такое Предназначение или получить ключи от своего личного счастья?

– О! Тоже легко!

А улучшить здоровье, наполнившись красотой, понять то, что именно сейчас вам надо понять. И всё это также для счастья в жизни?

– Можно! Точно можно!

Знаете, приходит момент, когда, изучая себя, людей, жизнь, мы наполняемся:

Свежими мыслями,

Учителями,

Новыми идеями,

Книгами,

Тренингами,

Музыкой,

Знаниями,

Красотой людей,

Пониманием жизни.

И вдруг осознаём, что это нужно отдать, поделиться, наполнить других. Разбудить их. Иначе для чего всё?!

Теперь обо всём по порядку!

Я Елена Журавлева. И родилась я в древнем и красивом городе, имя которому Елец. Находится он в Липецкой области и старше Москвы на целый год.

Я очень люблю путешествовать, и у меня много друзей в разных уголках России. В Санкт-Петербурге и его окрестностях, в Москве и Подмосковье, Липецке, Курске, Костроме, Калининграде, Екатеринбурге, Бухаре, Омске и даже в Кабардино-Балкарии.

С детства мой второй язык – язык жестов. Вижу, наблюдаю, читаю людей и их настроения по жестам, взглядам, текстам, даже между строк. Чувствование людей у меня на кончиках пальцев.

С юности я изучала здоровье человека и вопросы его личных отношений. Может кто-то и не догадывается, но одно с другим очень связано. Я задавала себе и миру вопросы: для чего люди болеют? И для чего они не живут счастливо? И нашла их, но об этом позже.

Имея 25 лет опыта и более 10 000 часов практики массажа, совершенствуя его, изучая новые и новые техники и методики, появилось желание создать такой метод, чтобы перемены в жизни людей были уже после одной встречи. А пять встреч давали бы результат крыльев!

Изучая возможности менять жизнь человека через внешнее (создание красивых образов, уход за собой, правильный выбор макияжа согласно индивидуальным особенностям), приходила к выводу, что это процесс долгий и не всегда успешный.

Здорово, когда всё можно сделать быстрее, а результат получить более яркий и полезный для жизни. Поиск успеха через внешнее повёл меня ещё глубже – к внутреннему содержанию каждого человека. Знание Предназначения, изучение законов Мироздания, Жизни, Вселенной; медицина, здоровье, знание психосоматики, педагогика, коучинг, психология успеха, Духовная психология, – всё это вместе стало давать быстрые результаты и ощущение счастья... и в теле тоже.

Дар, который у меня есть, плюс опыт, который я нарабатывала более чем за 25 лет, плюс знания Духовной психологии, которые имеют невероятную ценность и 4 года моей личной сильной трансформации (моей и моей семьи) являются подарком Небес! Они помогают находить истинные блоки, которые мешают людям расправить крылья и жить счастливо.

Особая моя любовь с недавнего времени – писательство! А ещё в более узком смысле – создание терапевтических текстов. Сила слов, которую я собираю добрую часть жизни, поможет раскрыть новые смыслы в каждом сердце, поможет чувствовать глубже её события, наполнить и подарить крылья через прикосновение слов и образов. Вы найдёте здесь то, что лечит душу благодаря силе и глубине слова. Правиль-



ного слова. Живого слова. Слова из сердца и глубины души. Из души для души! Вот и для этого тоже я здесь, в этой книге! Вот вы и узнали обо мне главное!

Немного из всего этого будет про Неё. Она – героиня этой книги. Образ собирательный. И что здесь будет правда, а что вымысел – решать вам.

А сегодня же воскресенье, – подумала Она. Совсем не хочется говорить о серьёзных книгах, хотя их было прочитано много. И не хочется говорить о любовных романах. Теперь ни к чему, когда Она определённо знала, что надо сочинять свою жизнь! Жить её! Проживать! Чувствовать кончиками пальцев и всей женской или мужской сутью! Недавно Она узнала, что книгу может написать каждый! А почему бы и да?!

Но про Него тоже абсолютно точно будет в этой книге. Ведь что делается без мужчин? Они вектор! И решено было добавить романтики, лёгкости и этого самого вектора в книгу. Оживляющие истории про Него и про Неё будут вдохновлять и точно сделают книгу для вас более вкусной и яркой.

Он писал смс-ки стихами, приносил цветы и конфеты. Он был добрым. Смотрел много фильмов, знал актёров и про актёров, мечтал снять что-то значимое или значительное, слышал и чувствовал музыку, делал уникальные подборки, знал

фразы из фильмов и кому они принадлежали, узнавал музыку и песни.

Она обожала его юмор, который был не часто, но в точку и в тему. А удивлял Он её сердце своими клипами. Клипы могли быть из фотографий, или фрагментов любительской видеосъёмки, но они всё равно были красивыми, а порой глубокими! С его уникальным чувствованием сюжета и музыки! Семейные просмотры сближали, скрепляли, создавали традиции и правильный настрой! В этом был глубокий смысл! Родился и девиз про связь поколений. Ведь люди из будущего могли знать свой род, ловить настроение, удивляться и радоваться своим предкам! И это было его целью, творчеством, наполнением – донести эти смыслы до каждой семьи! Подарить ценность – иметь семейный любительский видеоархив в клипах!

Когда Они стали Духовными психологами, то начали создавать терапевтические клипы-практики. Совсем уникальные, которые попадали в самое сердце человека, освобождая от груза тяжёлых непрожитых эмоций, от обиды и разочарования. И создавая на этом освободившемся месте иное наполнение радости и счастья! Это помимо того, что практики были и онлайн, и офлайн индивидуальные. Но клипы... Это было и есть Её вдохновение!

А почему ДУХОВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ? И почему Духовные психологи?

Психология – это знание о душе (в переводе с греческо-

го). И уже в древности люди понимали, что все неприятности материального плана, болезни и прочее являются внешними, а причины этого в глубине нас, в нашей душе. Внешнее является отражением внутреннего, а если не учитывать этот факт, то в жизни будут происходить неприятности из раза в раз до тех пор, пока человек не направит своё внимание на причины, вызвавшие негативный сценарий.

Даже врачи говорят о том, что существует связь болезней с характером человека и его мыслями, реакциями на события и установками.

Причина головной боли, например, это недостаток внимания и любви к себе и запрет на чувствование, когда человек хочет всё решить и просчитать умом! Вопросов здоровья в книге тоже немного коснёмся. Чтобы было стойкое понимание, откуда они всё-таки возникают.

Духовная психология и Духовные психологи показывают человеку мир через призму любви к себе, осознанности, доброты, принятия и новых возможностей, и ресурсов, которые есть внутри человека.

А упражнения, психотерапевтические практики (очень мягкие и эффективные), использование законов Мироздания, всё это направлено на расширение сознания, решение внутренних проблем, оздоровление, исцеление, на личностный и духовный рост.

Они помогают увидеть любую негативную ситуацию по-иному, меняя отношение к ситуации. А, следовательно, к из-

менению ситуации и в целом окружения, и положительному решению задач, вопросов здоровья и отношений.

Практики визуализации.

Стихотерапия.

Текстотерапия.

Знание о лучшем в человеке и его ресурсах.

Воспитание и лечение музыкой и словом.

Живая и полезная речь через тексты и общение.

Телесные практики.

Прощение и принятие.

Всё это направлено на развитие сознания, расширение осознанности, работу с мышлением, телом и душой. Простые, безопасные, экологичные, но в то же время эффективные техники и практики помогают трансформировать в человеке боль, неприятие, страх, чувство вины, обиды, злости, агрессии и другие негативные чувства и сценарии, заменив их на благодарность, счастье, радость, вдохновение, свет и любовь. Используются давно, работают мощно (проверили и на себе). Это точечно заход в проблему или ситуацию, поэтому воздействие мягкое. А результаты вдохновляют больше и больше. Это развитие сознания человека, и здесь открывается миллион позитивных сценариев.

Вот эта книга именно такая! Прочитав её до конца, вы точно станете другими, более наполненными счастьем и любовью. Вы уловите новые смыслы и настроения. Я хочу пред-

ложить жить на Земле так, как можно парить в Небе!  
Верьте – это возможно!

## **Глава 1.**

И ещё немного про ДЕЛО МОЕЙ ЖИЗНИ

Вот стихотворение Ивана Бунина.

Вечер.

О счастье мы всегда лишь вспоминаем.

А счастье всюду. Может быть, оно —

Вот этот сад осенний за сараем

И чистый воздух, льющийся в окно.

В бездонном небе лёгким белым краем

Встаёт, сияет облако. Давно

Слежу за ним... Мы мало видим, знаем,

А счастье только знающим дано.

Окно открыто. Пискнула и села

На подоконник птичка. И от книг

Усталый взгляд я отвожу на миг.

День вечереет, небо опустело.

Гул молотилки слышен на гумне...

Я вижу, слышу, счастлив. Всё во мне.

Я обожаю звать всех в Счастье. Оно такое невероятно красивое, когда все части души вместе.

Путей и способов добраться до Счастья много. И у меня тоже немного есть. И Счастья, и способов. И Консультацию проведу, и поиск через тело организую, а могу и просто поговорив, найти блоки. Ведь прийти к Счастью и обнять Счастье может каждый.

А что? Живёт человек, живёт... А что-то ему мешает жить счастливо. И совсем никак он не поймёт, что ему мешает быть счастливым, жить в радости и призвании, иметь семью, мечту исполнить. Что мешает? Что ему делать? Как жить? Про себя-то всегда не видно. Вот здесь Дело моей жизни и пригодится! Поправил, направил, поговорил, и дело решается, да счастья прибавляется.

Добрую часть своей жизни я сама осваивала путь к Счастью. На этом пути я получала образование в разных учреждениях, изучала на практике много разных профессий (например, массажист и визажист, консультант и стилист, учитель и воспитатель), применяла разные методики, читала, проходила курсы и тренинги, даже стала успешным бизнесменом и предпринимателем (но это в прошлом). Да много чего в жизни было, сейчас о главном! А главным оказалось то, что я всю сознательную жизнь изучала психологию и разные методики и практики, с ней связанные. Думала, что для себя, а оказалось, для всех.

Дело моей жизни – это Счастье и путь к нему. Свой и тех, у кого отзывается. А сообщество, которое я создала, тоже так и называется: Предназначение I Счастье в себе. Ведь если сам лично человек счастлив, то и все вокруг него тоже становятся счастливыми. А создала я его, потому что очень люблю писать. Писать, делиться знаниями и дарить крылья! Все знают, что когда делишься чем-то – то это и умножается? Попробуйте проверить.

А ещё моя авторская методика массажа называется Распаковка Счастья (название пришло в Костроме, как подарок небес, всегда буду помнить это и благодарить). Кстати, там я и горшочек Счастья из глины создавала. Творила! Получается, всё про Счастье. А про горшочек напишу обязательно в книге – история увлекательная. Если не в этой книге, то во второй точно.

Так вот Дело моей жизни – Счастье! А задача – приводить туда всех, кому тоже его захочется!

Она перебирала свои мысли.

– Это так восхитительно – понимать и знать, как устроена жизнь, и для чего происходят определённые события в ней.

– Классно развиваться. Ведь к новому витку жизни, переменам, новому уровню мы приходим только благодаря развитию!

– Удивительно познать духовные законы жизни и видеть ежеминутно, как они работают и проявляются в событийном

ряду у окружающих.

– Просто здорово светить и помогать тем, кто ищет ответа.

– Прекрасно осознавать. И наблюдать, как меняется жизнь тех, кто попадает в наше (семейное) поле. Или давно находится в нём!

– Так хочется делиться возможностями роста и развития, своим опытом, показывать путь.

И так прекрасно чувствовать личную ответственность за рост женщин, развитие их внутреннего потенциала и их талантов!

– Здорово любить жизнь! По-особенному. Полнее, гармоничнее, глубже! Жить более умиротворённо, но при этом более интересно и осознанно!

– Интересно видеть путь. И свой и близких! Поддерживать правильно. Относиться бережно! Любить! Любить!

– Жить и любить!

– Светить, направлять, согревать!

## **Глава 2**

**Б**

**Благодарность**

Первое, что необходимо принять и отблагодарить – это Результат. Это как точка отсчёта.

Новая точка отсчёта. От этого момента зависит дальнейшее развитие и получение новых, ценных возможностей и



ресурсов!

Можно благодарить мысленно, можно вслух, можно письменно. Можно даже заводить тетрадь благодарностей и ежедневно писать туда, за что мы благодарны этому дню! Кто-то говорит, что уже на третий день случаются чудеса. У кого-то они случаются на 10-й.

Может, чуть дольше, главное писать и чувствовать, писать и чувствовать.

Благодарность – это легко! Но не всегда! И не для всех! Когда сердце закрыто от боли, обид, непонимания, страха. То нет места и благодарности.

**А ВЫ ОСВОБОДИТЕ МЕСТО! А ВЫ ВПУСТИТЕ ЕЁ! БЛАГОДАРНОСТЬ!**

Благодарность Богу за место и время рождения, за родителей, за самый лучший опыт в жизни, за семью и силу рода, когда от корней к листьям и плодам идёт поток. Когда от силы и мощи опыта Предков, их талантов и мудрости к новому опыту своей жизни, к поиску радости и счастья в каждой минуте СВОЕЙ ЖИЗНИ! БЛАГОДАРНОСТЬ!

Благодарность за учителей и наставников! Они масштабны! И свободны! Благодарность за знание жизни, опыт, традиции, радость хоть в одном дне, но зато каком – самый яркий день в жизни тоже необходимо вспомнить и отблагодарить. Он был! А могло бы его и не быть.

Благодарность за детей, а может, и внуков! Они показы-

вают зоны нашего личного роста.

Можно даже благодарить за будущих детей и внуков! Не пробовали? А это так здорово!

Благодарность за друзей, которые поддерживают идеи и душой рядом даже за тысячи километров!

Благодарность мужу или тому самому мужчине, который сказал те самые важные слова в жизни, и было ощущение крыльев! За полноту жизни.

Благодарность за всё, что окружает, за тех, кого сегодня встретили, увидели, слышали. И кого не встретили – тоже благодарность.

Благодарность! В одно, два или три касания – это то, что всегда вернётся.

Благодарность за каждого человека в жизни, как за опыт и рост души! За негативный особенно! Какая жизнь была бы без этого? Кто знает?! Кто знает?!

## БЛАГОДАРНОСТЬ!

Эта Практика – основа основ всей жизни человека! Её значение трудно переоценить. Она будет прорастать всё глубже и глубже. И будет происходить волшебство в жизни каждого, кто коснётся благодарности, а не пройдёт мимо этой главы и мимо этого знания.

Знание законов Мироздания, духовная психология, да и в целом психология и опыт встреч и консультаций только помогли сильнее и глубже прочувствовать эту Практику благо-

дарности. Это дверь в СЧАСТЬЕ!

Благодарить нужно всегда! Особенно, когда у вас что-то не получается, или вы хотите достичь большего успеха в жизни, начните благодарить. Будьте благодарны за то место, где вы сейчас находитесь, и за то, сколько всего вам удалось сделать. Благодарите ситуации, людей, помощь, подсказки, улыбки близких, свою смелость, настойчивость. Свои глаза и руки! День, ночь, утро. Прошрое и будущее! Особенно прошрое! И особенно будущее. Как будто уже всё сбылось! Столько всего благодарить можно. И после этого открывается большее, появляется радость и лёгкость, силы, энергия, крылья!

Она благодарила мысленно, вслух, на бумаге за красивые рябиновые бусины эту осень. Друзей за теплоту слов и объятий, которые разливались теплом по телу и проникали глубоко в Подсознание.

А осень была хороша!

Интересно, а у осени было Предназначение? Наверное, да, ответила она сама себе. Стоя у окна, она любовалась гроздьями рябин, которые были густо окрашены спелым пурпуром и полны сока и жизни! А ещё Она наполнялась цветами и листьями, которые дарили букеты эмоций и разноцветные настроения полноты, зрелости, глубины. Вот оно!

Предназначение! Она пила облепиховый чай без сахара маленькими глотками, прям вот так, стоя, созерцая спелый

бархат осени, чувствуя, как тепло разливалось неким новым смыслом, горячего кисло-сладкого напитка!

– Спасибо! Спасибо! Спасибо! – Шептала она всем и всему вокруг, в надежде и своём внутреннем знании, что эти её слова разнесутся по всей Вселенной! Благодарить! Всех благодарить! Сегодня это было особенно ценно, потому что именно сегодня, и именно сейчас этого так сильно желало Её сердце!

## Глава 3

### В

### Варенье

Варенье из ягод знакомо каждому в жизни, но у каждого свои ассоциации с ним. И, конечно, всё зависит от ягод. Разные ягоды – разные смыслы. Интересно, про какое же вам варенье рассказать? Про абрикосовое или из чёрной смородины?

Абрикосовое, например, про радость встреч и исполнение желаний. Ну, вот такая ассоциация. Оно для особенных случаев. Почему? А как вы думаете? Ходить по абрикосовому саду или сидеть у куста смородины. Где романтики больше?

Нет, я, конечно, всё понимаю, потому как работа у меня такая – радость и счастье отыскивать, можно и кусты смородины иметь рядом с самыми романтическими воспоминаниями в памяти и опыте своей жизни.

Она ходила по абрикосовому саду, вдыхала тонкий аромат ещё созревающих розовых плодов и мечтала о Нём. Точнее, мечтала о его руках, которые несколько дней назад перебирали пряди её волос. Его руки нежно проводили по ним, то накручивая длинные локоны, то приглаживая шелковистый гладкий блеск, то шепча о любви громче всяких признаний.

Абрикосы созреют, напившись соком, солнцем, радостью и любовью. И из них получится красивое варенье. Каждая половинка абрикоса будет искать свою другую половинку в банке. Люди, конечно же, не половинки, они цельные и целые сами по себе, но только с Ним или с Ней получается гармония, которой надо научиться и которую необходимо обрести!

Такое вот варенье она приготовит, вложив туда радость и счастье их отношений, и они будут пить чай, возможно, у камина, делясь друг с другом мыслями и воспоминаниями. Яркое абрикосовое варенье объединит их в прошлых воспоминаниях, в настоящем у камина, и в будущем. Например, в новой уютной беседке, которая очень просится в это невероятное по ощущениям пространство, в этот сад, наполненный звуками и вкусами любви.

Смородиновое варенье другое. Она любила его таким – с насыщенным вкусом, и воспоминаниями. С целыми плотными ягодами, которые, как опыт прошлого и его сюжетов, как

мягкие сладкие бусины жизни и можно вспомнить, и можно извлечь ценное, и потом даже применить. А можно даже сделать Практику, схожую с Калейдоскопом воспоминаний.

Это очень здорово – погружать себя в счастливые воспоминания. Их можно даже забирать из подсознания в сердце, из себя в себя, но осознанно с наполнением. Вот такая Практика Воспоминаний, когда с глубоким вдохом, поблагодарив, забираете воспоминание в сердце. И дышите – медленный вдох и выдох, размеренно. Эффективно очень! И быстро. В этом огромный ресурс. И счастье.

Она несколькими часами ранее собрала в саду ягоды смородины. Чёрные круглые и такие невообразимо ароматные. Внешне как бусины, ну ничем не отличить. Вкусные бусины.

Собрать смородину, промыть, засыпать сахаром, добавить воды и проварить 5 минут. Оставить на вторую варку. Она это знала назубок! Она готовила его для Него. И всегда любовалась, как он накладывает его толстым слоем, размазывает и ягодки перекатываются на хлебе, обозначая воспоминания. Может быть, воспоминания летних поцелуев, может быть, моментов любования звёздами и Млечным путём, может быть, долгими тихими чаепитиями или просмотрами фильмов в полные умиротворения ночные часы.

Плотные ягоды смородины. Мммм. Особенно сочные в этом году из-за дождей и приятно невероятно сладкие из-за поцелуев! Она оставила варенье, которое ждало ещё одной варки и отправилась в сад взглянуть на фронт работы. Ку-

стов смородины было несколько и ягоды изобильно осыпали их и подмигивали Ей своей спелостью, сочностью, вкусом и радостью. Он точно будет доволен. Солнце светило ласково, но было душно. Трава щекотала голые щиколотки и звала её тихим шёпотом прилечь. А может и "Да" – подумала Она и легла на траву. Прямо под куст смородины. Ягоды манили её губы и обещали напоить счастьем. Она выжидала.

Ей сейчас очень хотелось верить в то, что к этому приходят все люди! К себе! И к сердцу!

Из этого всегда получается что-то невероятное и прекрасное! Сердце и душа знают Предназначение, знают путь и выстраивают его порой так неожиданно и, казалось бы, так неопределённо. Но это только на первый взгляд. Всё выстраивается красивой чередой событий, если позволить. Если принять всё! Она принимала. Нет, точнее, училась принимать.

"Это такая наука, которой надо учиться всю жизнь и даже больше" – она улыбнулась. Она лежала, смотрела на крупные манящие ягоды чёрной смородины. Пора! И она взяла их губами, мягко и плавно, придавила языком и.... Сок брызнул, растёкся и заполнил собой все вкусовые сосочки и это был почти поцелуй!

Вишнёвое варенье – это её детство! Это лазанье по деревьям, вкуснящая вишневая смола, испачканный рот и запах свободы! Этот запах был прописан, совершенно точно

и плотно прописан в подсознании и всё время куда-то звал Её! Звал каждую клеточку её тела, звал всю её женскую суть и сущность. Даже теперь, когда она была с Ним, Она была свободна.

Она шла в своё расширение, зная Предназначение, и помогала вместе с Ним узнать его многим, у кого откликалось сердце, кому нужна была свобода и кто хотел послужить миру. Всем тем, кто хотел оставить память, добро, счастье и наследие.

Вишнёвое варенье любила и её мама. А это несло особый смысл, и было особой силой. Мама! Всё в нас вторит этому слову и смыслу от взгляда, движения, принятия себя и Жизни, и вишни, и варенья в том числе. Ценно! Всё невероятно ценно!

Вишнёвое варенье! Она вздохнула полной грудью свободу. Вдохнула аромат детства и себя. Она понимала всю свою ответственность за своё личное счастье, за радость бытия, за красоту женщин и их новое наполнение, за любовь к себе, за обожание всего и всех.

## **Глава 4.**

Г

Год рождения

Год, когда рождается человек – самый лучший в его жизни. Ведь тогда у человека есть всё остальное. Всё то, что он



видит, чувствует, трогает и чем думает и дышит. Казалось бы, простая истина?

Каждый год мы празднуем год рождения и день. Мы должны быть искренне благодарны за него. А чтобы каждый год был новым и особенным и приносил много новых смыслов, нам надо отвечать себе на некоторые вопросы:

- Чем он лучше предыдущих?
- В чём вы стали счастливее?
- Что вы запланировали?
- А что планировали и намечали, и желали, ранее сбылось?
- А для чего или для кого вы это хотели?
- Сбываются ли ваши желания?
- Почему?
- Какие события вас порадовали?
- Что нового узнали?
- Какой новый фильм об успехе и счастье посмотрели?
- Какой опыт приобрели?
- Скольких людей поблагодарили за эту крайнюю неделю?
- А сколько поблагодарите сегодня, ложась спать?

Берите ручку и бумагу и отвечайте на эти вопросы честно. Это занятие даст много осознаний (инсайтов) и расширения!

"Год моего рождения был самым лучшим" – подумала Она, глядя на бирюзовую гладь моря, вкусно волнующего и зовущего, а вместе с тем наполняющего всю человеческую

природу новыми смыслами.

Море сегодня было особенно тёплым. А значит, оно дарило тёплые воспоминания и тёплые новые выводы, которые выводились целой тёплой стаей из воспоминаний и ежедневности, смысла жизни, задач и, конечно, Предназначения. Её Предназначения.

Тёплое море продолжало дарить тёплые мысли об этом.

– Интересно, а в год рождения уже известно было моё Предназначение?

– Скорее всего, да, иначе всё, совсем всё не имело бы смысла.

– Вся целая жизнь наполнена разными процессами, стремлениями, встречами, знаниями и практиками. Благодаря этому самому году рождения!

– Да! Точно! А иначе, как бы тогда у всех в целом мире происходила Распаковка счастья?

– И что бы тогда делали люди, если бы совсем ничего не знали о себе?

– Так год моего рождения был создателем моего смысла, как и смысла и пути всех людей на Планете?!

Это было самое Невероятное Тёплое осознание здесь и сейчас! И это был её путь для себя, а значит, и для других людей, открытие им их собственного великого Предназначения и Распаковка их личного Счастья. На этом месте тёплая стая мыслей вспорхнула.

Год рождения – это очень глубокие смыслы. Это встреча

яйцеклетки мамы со сперматозоидом папы задолго до рождения, но эта встреча имела тот самый смысл рождения. Это тот самый смысл рождения важного и невероятно ценного человека на Земле – каждого человека в свой год рождения. Чтобы потом каждый год праздновать эту дату, доставать из уголков души те самые главные и правильные смыслы, и наполнять свою душу радостью.

Здесь принятие себя. Здесь ценность себя. Здесь позволение. Ведь, не празднуя каждый год рождения, эти смыслы теряются.

А море плескалось и тепло шептало воспоминания...

– А какой Год рождения Роналдо?

Так, зачем ты об этом, море?

А всё потому, что она играла в футбол. Увлекательно и по-настоящему сражаясь за мяч! Есть ли в этом какое-то совпадение или Предназначение. Предназначение её или его – Роналдо. Факт остаётся фактом! И имеет запах, тёплый и согревающий душу обнимательный запах мяча, запах пыли и травы на футбольном поле из детства.

"Тёплое волнующее море, что же ты делаешь со мной", – не удержавшись, произнесла она вслух эту, выбивающуюся из общей тёплой стаи мыслей, фразу. Да! Год рождения.

– Что же со всем этим делать?!

Молодая женщина улыбнулась своим тёплым мыслям, по-

грузилась в них, наполняясь счастливыми воспоминаниями из детства. Что-что, а счастливые воспоминания детства есть у каждого. И море тоже...

## Глава 5

Д

### Дом души

Дом души – сила, это когда границы, энергия, свежесть кругом, чистота, окна вымыты, чтобы на мир чистым взглядом смотреть!

Она знала, что каждый Дом души мог быть силой, где радость и счастье живут. Она знала, что когда выбрасываешь боль и переживания, обиды и огорчения, чувство вины и печаль, то приходят ресурсы. Дом крепче становится, счастья в нём больше, и никакие ветры осенние и непогода не страшны! Всё прочь! Тепло там и уютно! И с любовью!

Вечная тема для изучения. Душа человека. Можно прикоснуться на расстоянии и почувствовать, а можно через тело слегка поговорить. Можно через текст что-то прочитать, а можно через песни и рисунки, то есть через творчество точку увидеть.

Душа! Она прекрасна! Всегда и у всех прекрасна. Много наносного, много чужого бывает, на ней лежит слоями. Иногда под пылью, иногда под обломками. Бывает, что и кусочки отколоты, и собрать их и склеить нужно. И потом всё как

сказке, счастливый результат, а наяву будет лучше прежнего! Заиграет она светом, и миру явится. Как новорождённая.

Вот собралась об одном писать, а написался этот текст! Не иначе как потоком он шёл. Так часто бывает, когда душой слышишь, внимаешь да записываешь. Порой не успеваешь даже поворачиваться, чтобы урожай собрать.

Она размышляла о душе. Слезы скатились по щеке. Снова она касалась её нежно и бережно, снова происходило её освобождение от чего-то.

Как-то однажды Она озвучила свою просьбу. Вслух или тихо душой – это она уже не помнила. Но процесс был запущен. Бог всегда слышит. Особенно такое.

И она начала заниматься собой и своей душой. Всегда занималась, но теперь всё было по-иному. Тренинги, Мастер-а, обучения, терапии, новые мысли, пространства, люди, знания... Она была счастлива от всего этого, душа звала и освобождалась. И она чувствовала! Чувствовала Жизнь ещё сильнее и ещё красочнее! Предназначение помогало дом укрепить, от ветров холодных защитить, а ещё каждый дом души как вектор держать!

Дом с крепким фундаментом выходил. Кто за Предназначением заходил, тот знает! Если все грани этого самого Предназначения как ключики собрать, то и смысл жизни понять и раскрыть можно. Вот оно как! А ключей-то семь всего! Кажется, что немного, а на самом деле... Попробуй со-

братъ! Да когда не знаешь, то, как соберёшь?! Вот она и рассказывала. Осенними и зимними вечерами. Или по утрам, когда Дом души готов встречать, принимать, наполняться! Всё это к Счастью! Она точно знала!

...Она лежала на земле, напитанной Солнцем, среди трав и цветов. Лицо её щекотали мелкие травинки, ароматные и чуть пожелтевшие от беспокойного ветра и щедрого Солнца. Рядом с ней лежал маленький сынишка, засунув руки под голову и задрав маленький нос вверх к небу, также вдыхал счастье.

# 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.