

ПСИХОМАГИЯ

КАРМИЧЕСКИЕ ОТНОШЕНИЯ



Как найти партнера
по судьбе

ИСКАНДЕР ДЖИН

Искандер Джин
Кармические отношения.
Психомагия. Как найти
партнера по судьбе
Серия «Драйверы счастья»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70051165

Кармические отношения. Психомагия. Как найти партнера по судьбе:

Эксмо; Москва; 2024

ISBN 978-5-04-196021-6

Аннотация

Что значит любить человека? Как построить отношения, о которых вы всегда мечтали? Как почувствовать себя настоящим счастливым со своим партнером? Книга Искандера Джина «Кармические отношения. Психомагия. Как найти партнера по судьбе» открывает новую философию и психологию отношений в паре, когда понятия гармонии и осознанности становятся центральными темами в жизни людей.

Психомагия Искандера Джина – это уникальная система, которая просто и в то же время глубоко объясняет законы реальности – в отношениях и любви.

В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

Содержание

Введение	6
Нужен ли вам любовный партнер?	10
Нужно ли готовиться к любовным отношениям?	13
Три ошибки на этапе подготовки	13
В режиме ожидания	14
Партнер как цель	16
Тело – не лучший советчик	19
Глава 1	25
Самоидентификация	25
Источники служения, развития и удовольствия	25
Конец ознакомительного фрагмента.	29

Искандер Джин
Кармические отношения.
Психомагия. Как найти
партнера по судьбе

© Джин Искандер, текст, 2023

© ООО «Издательство «Эксмо», 2024

Осознающей
себя Душе
во благо наслаждений
в отношениях
От Автора



Введение

Вы стоите на пороге освоения технологии и приобретения навыков, которые позволят вам всегда пребывать в отличном расположении духа, в гармонии с самими собой и в любой момент строить отношения, о которых вы всегда мечтали, а также завершать те, что вас больше не устраивают, без каких-либо проблем и ограничений.

Любовные отношения – это самая большая боль моего детства. Очень долгое время я продумывал и по крупицам создавал алгоритм действий для построения классных отношений. Поэтому можете не сомневаться во мне как в эксперте в этой области. Психомagia процентов на 70 состоит из чувственных знаний о гармоничном взаимодействии с внешним миром.

Я прошел через все возможные сложности на этапе построения отношений с противоположным полом и имею полное представление о том, как себя ощущает женщина в этом процессе. Весь этот спектр переживаний помог мне достичь абсолютного согласия с самим собой, определить для себя идеальный образ жизни, а также обрести гармонию в общении с родными, близкими, друзьями, знакомыми и, конечно же, со своим партнером.

В Психомагии процесс формирования отношений, как и кристаллизация, состоит из определенных шагов. Бывает,

что человек умеет строить близкие и доверительные отношения с людьми, но этап знакомства игнорирует. Не обладая необходимыми знаниями для удачного прохождения этого уровня, такой человек, даже если у него идеальный характер и чистая карма, будет буксовать, потому что в его жизни нет места для новых знакомств. Речь не о том, что нужно непременно зарегистрироваться в приложении Tinder или вести социальные сети. Я говорю об огромном пласте навыков, не овладев которыми в полной мере, вы не сможете двигаться дальше в развитии гармоничных отношений с окружающими, совершенно не понимая при этом, почему судьба не благоволит вам.

Если же у человека все прекрасно обстоит со знакомствами, он регулярно и много общается с разными людьми, но при этом не может выстроить треугольник понимания и глубокую коммуникацию с тем, кто предназначен ему судьбой, то у него будет проседать уже этот, следующий, этап.

В прошлом я часто делился информацией, которая вызывала инсайты, озарения, была очень интересной, но не обещала достижения гармонии во взаимодействии с внешним миром. Теперь же могу утверждать, что применение технологии построения отношений Психомагии гарантирует результат.

Если вы поэтапно проработаете, осознаете и прочувствуете каждый из элементов, описанных в этой книге, а также прямо в процессе знакомства с материалом, не откладывая,

выполните несложные задания, то непременно в результате придете к идеальным отношениям с самим собой, а также с родными, близкими и со своим партнером – отношениям, к которым ваша душа всегда стремилась.

Одно из основных доказательств этого – моя собственная жизнь, ключевыми законами в которой являются те, что я буду описывать далее. Я достиг такого состояния, при котором ощущаю себя великолепно во всех видах отношений, присутствующих в моей жизни, наблюдаю за людьми, чувствующими то же, что и я, и понимаю, что они придерживаются тех же самых принципов.

Нет ничего более прекрасного в этом мире, чем умение выстраивать гармоничные отношения с кем-либо и даже с чем-либо, будь то животные или люди. Именно такие отношения дарят наивысшее счастье – не только с партнером, но и с самим собой, с внешним миром, с социумом, да просто с прохожим, с которым вас может нечаянно столкнуть судьба. Представьте, что он проявляет агрессию по отношению к вам, а вы сумеете на уровне вибраций изменить эту ситуацию к лучшему и тем самым поднимете себе настроение. А если вы не владеете энергетическими навыками управления отношениями, то гарантированно испортите себе настроение и, как следствие, притянете еще десяток таких же «прохожих», которые в дальнейшем так и будут вас мучить на протяжении всей вашей жизни.

В конце каждой главы вас ждет глубокая практика, разра-

ботанная мной, с QR-кодом и ссылкой на видеозапись для более эффективного погружения. Вы можете отсканировать QR-код или скопировать и ввести ссылку в адресную строку вашего браузера. Для удобства полный перечень практик с плейлистом вы также можете найти в отдельном приложении в конце книги.

Нужен ли вам любовный партнер?

Человек – это прежде всего духовное существо. Изначально, когда мы приходим в этот мир, нам свойственна дуальность, но затем происходит разделение и мы распадаемся на два пола – мужчин и женщин, которые, словно два вида противоположной энергии, со временем «притягиваются» друг к другу. И любовные отношения как явление представляют собой процесс, благодаря которому мы можем обрести целостность.

Среди специалистов, психологов, коучей, разных мастеров слово «половинка» считается неуместным, поскольку мы должны быть целостными, а не половинами друг друга. Однако это понятие появилось не просто так. Существуют выражения «искать свою вторую половинку», «найти свою половинку», «встретить вторую половинку» и т. п.

На духовном психомагическом уровне я получил глубокие чувственные знания о том, что большинству людей в мире действительно необходимо встретить свою «половинку», для того чтобы достичь целостности. Но так происходит не потому, что человеку не хватает каких-то качеств, а партнер должен компенсировать это несовершенство. Не думайте, что если вам чего-то недостает, то вы просто встретите человека, дополните друг друга, у вас случится любовь – и все будет прекрасно. Именно такое восприятие «половинок»

приводит к страданиям и разрушению любовного союза.

Правильная же трактовка понятия «вторая половинка» другая. У вас есть личностные качества высшей вибрации: любовь, совестливость, великодушие, добродушие, уверенность в себе – все то, о чем я рассказываю в книге «Трансформация личности», и такие черты характера, которые являются разрушительными для вашей души. Они были приобретены вами вследствие разного рода жизненных обстоятельств и неправильных моделей поведения.

Например, была в вашей жизни ситуация, когда приходилось выживать, вы стали держаться за материальное и превратились в скрягу. Или, постоянно думая о том, что надо добывать деньги, вдруг начали хитрить, обманывать, воровать. Или в каком-то другом случае проявили инициативу – любую, например, предложили улучшить рабочий процесс или решили собственноручно приготовить дома ужин, а на вас накричали. В результате вы сделали для себя вывод, что лучше особо не высовываться, а то могут наказать, выгнать из дома или произойдет еще что-то неприятное, так что не стоит лишний раз выделяться. Как следствие, вы стали неуверенным в себе человеком.

А возможно, вы впервые влюбились в кого-то, будучи еще совсем незрелой личностью, и начали заикливаться на этом человеке, застряли в общении с ним или с ней и попали в ловушку зацепки за партнера. Вселенная, естественно, в таком случае заберет у вас этого человека – преподаст урок осво-

бождения от ревности. Если вы в подобной ситуации начнете винить того, к кому ушел ваш партнер, или оскорблять и унижать его самого, говоря, что он предатель и обманщик и вы никогда больше не захотите строить никаких отношений, – значит, у вас не выработана привычка ревновать. И это может привести к тому, что в следующих отношениях вы будете подозревать своих партнеров в том, что они могут поступить так же.

Этот набор деструктивных качеств очень непросто проработать без отношений. Потому что, будучи самодостаточной единицей, можно думать о себе все что угодно и не добираться при этом до глубин своей души. То есть плавать на поверхности и считать, например, что вы классный человек, идеальная женщина, что у вас все отлично, вы достигли высшего уровня духовного развития. Или мужчина может думать, что он само совершенство, очень успешный, богатый, что любая женщина готова пойти за ним. Это уже проявление такого деструктивного качества, как гордыня.

Когда вы находитесь наедине с собой, вы не видите картины целиком, не можете объективно оценить степень собственного совершенства/несовершенства. Вы способны лишь предполагать, строить гипотезы, но при этом всегда будут преобладать защитные реакции. В какой-то ситуации вы просто предпочтете уйти от отношений, спрятаться от них, часто только для того, чтобы не сталкиваться с личными глубинными недоработками.

Нужно ли готовиться к любовным отношениям?

Три ошибки на этапе подготовки

Я полагаю, что у всех, кто читает эту книгу, есть желание жить в гармонии и любви. И это прекрасно. Абсолютно каждый человек в мире достоин любви. Понимание ключевых законов построения любовных отношений с партнером, достижения согласия с самим собой и взаимодействия с социумом – это путь к успешной реализации во всех сферах жизни, ибо здоровые, правильные отношения и есть источник нашего счастья.

На земле нет ни одного человека, который мог бы быть счастливым, не имея гармоничных отношений, как минимум с самим собой, а как максимум со всем окружающим миром. Чтобы существенно улучшить свою жизнь, важно как можно раньше узнать о том, каких ошибок следует избегать еще на этапе подготовки к отношениям. Чувственное знание, которое я транслирую в Психомагии, поможет вам моментально понять, чего делать не стоит. Именно этим я и хочу поделиться.

В режиме ожидания

Прошлые поколения очень часто жили в формате простого ожидания любовных отношений. Наши предки не стремились развивать свою личность, характер, красоту, мудрость и сексуальность, они просто плыли по течению, руководствуясь принципом: «Будь что будет».

Представьте себе художницу, которая раньше никогда особо не рисовала, но сейчас пытается создать картину, чтобы ее удачно продать или удивить других людей, разбирающихся в искусстве. Вряд ли ей это удастся. В любом деле без тысяч часов практики нельзя стать хорошим мастером. Точно так же невозможно построить благополучные отношения, не имея опыта в этой области.

У вас может возникнуть закономерный вопрос: как получить этот самый опыт, если человек пока только готовится к построению отношений и доступа к конкретному мужчине или женщине у него нет? В чем же заключается эта подготовка? Как раз об этом я собираюсь рассказать.

Суть ошибки пассивного ожидания любовного партнера состоит в том, что вы ничего не делаете для того, чтобы построить благополучные отношения в будущем. Не стоит полагаться исключительно на физическое притяжение и естественное влечение или отсутствие такового.

Я вижу глобальную проблему в том, что огромному чис-

лу людей не хватает грамотности в области любовных отношений, теоретических знаний о том, как следует общаться с партнером напрямую, из души, не манипулируя, не пытаясь играть, обманывать и притворяться.

Очень важно научиться диагностировать понравившегося вам человека, чтобы понимать, может ли он потенциально быть любовным партнером, предназначенным вам судьбой, или нет. Если не сделать этого и вы вступите в отношения вслепую, то обычно все заканчивается не лучшим образом, потому что ваша карма еще недостаточно проработана.

В случае если вы развиваете свою личность, нарабатываете опыт и накапливаете теоретические знания о построении отношений в своей душе, вам открывается возможность получить более понятный и даже более гуманный вариант первой любви, нежели тот, что выпадает тем, кто действует вслепую. На самом деле процент людей, которые уже в первых отношениях встречают человека, предназначенного им судьбой, очень невысок. По моим подсчетам, таких не более одного процента, то есть всего один человек из ста сразу находит того партнера, с которым будет счастлив достаточно продолжительное время, а может быть, и всю жизнь.

Усвоенная вами теория напрямую срабатывает во всех возникающих отношениях, тем самым вы избегаете огромного количества ошибок. Невозможно в любви сразу стать счастливыми и миновать все трудности, если вы не подготовились на уровне чувственных знаний, которые я передаю

Партнер как цель

Вторая ошибка на этапе подготовки к отношениям связана с понятием «зацепка». Бывает, что человек фокусирует все свое внимание на партнере, которого у него пока еще даже нет. Например, некоторые ставят себе цель непременно выйти замуж или жениться в текущем году. В таком случае автоматически стораеь благополучный вариант судьбы.

Вы собственноручно завышаете горизонт ожидания, когда думаете, что вам срочно нужна пара, что у вас ограниченное количество времени и возраст уже поджидает. Не имея представления о законах построения гармоничных отношений, вы торопите события и формируете желание заполучить любовного партнера, как будто это часть бизнес-плана. В итоге в краткосрочной перспективе если вы и вступаете в какие-то отношения, то они еще хуже, чем если бы вы просто пассивно ждали.

Вот почему вторая ошибка серьезнее, чем первая, с точки зрения потенциального вреда, который она может вам причинить. Торопить время в контексте любовных отношений ни в коем случае нельзя. Зацепка за любовного партнера автоматически усугубляет те испытания, которые вам принесут сами отношения. Если у вас от кого-то зависимость, энергетически вы сжимаетесь и становитесь менее мощны-

ми. К вам перестает поступать энергия любви, мудрости, искренности. Вы пропадаете, теряетесь и полностью растворяетесь в несуществующем человеке с одной лишь целью – притянуть его к себе.

Если же вы развиваетесь, получаете удовольствие от жизни, служите миру, масштабно реализуетесь, до поры до времени не задумываясь об отношениях, но при этом естественным образом становитесь красивее, сексуальнее, мудрее, искреннее и наполняетесь энергией, то в такой форме вы гораздо больше готовы к любви и с легкостью притянете благополучный вариант судьбы. В отличие от ситуации, когда вы просто сидите и ждете партнера, как у моря погоды, или заикливайтесь и попадаете в эмоциональную зависимость от самого факта наличия/отсутствия отношений, потому что почти у всех подруг уже по двое детей, а вы в девках засиделись.

В среднем порядка пяти – семи партнеров сменяет та женщина, которая, не набравшись мудрости и не зная законов построения отношений, встречает абы какого мужчину и пытается что-то с ним создать. При этом она не задумывается о совместимости, о подводных камнях, его истинных мотивах, которых, возможно, и нет вовсе. Просто вы подвернулись на его пути, он отнесся ко всему происходящему как к романтической истории, конечно, сыграли свою роль и флюиды, и образовалась пара, в которой партнеры вообще друг другу не подходят. К сожалению, ничем хорошим это, как прави-

ло, не заканчивается.

После таких историй мудрости обычно никто не набирается, и оба попадают в еще большую путаницу в следующих отношениях. Так продолжается до тех пор, пока человек наконец не обратится к законам, согласно которым строятся благополучные отношения. Люди лишь набивают себе шишки подобными бесполезными действиями, теряют кучу времени и потом, придя в себя, либо вообще отказываются от каких бы то ни было отношений, либо делают все возможное, чтобы подложить соломку, перестраховаться десять раз, молятся Богу, прося, чтобы партнер оказался адекватным, в отличие от пяти предыдущих.

Среди мужчин есть привычка хвастаться количеством женщин, которые у них были, а у женщин, наоборот, принято занижать число партнеров. Поэтому если у вас только вторые по счету отношения без подготовки, то это еще ничего. Главное, вовремя встать на верный путь и изучить необходимую информацию.

Конечно, вы можете быть нацелены на карьеру, благополучные отношения, финансовые возможности, хорошее здоровье. Не возбраняется даже сделать коллаж, посвященный мечтам, и повесить его где-нибудь на видном месте или, напротив, спрятать и забыть про него. Но если вы, например, будете думать, что вам нужно до конца пятницы познакомиться с интересным мужчиной, чтобы выполнить свой план на неделю, то это в корне неправильно.

Точно так же не стоит жить с постоянной мыслью о том, что вам поскорее нужны любовные отношения. У меня накопилось уже свыше 30 примеров, когда женщины или мужчины ставили перед собой цель найти себе партнера в короткий промежуток времени (за 1–3 месяца). Они интенсивно заводили знакомства в социальных сетях. В результате больше года ни одна такая пара не просуществовала.

Это микроисследование лично мне явно продемонстрировало, что отношения не должны быть самоцелью, иначе они будут продуктом лишь вашего мозга, сухим пунктом плана. В то время как даже работа с этой книгой должна идти от души и сердца. Только на основании внутреннего потенциала вы сможете создать те самые отношения, предназначенные вам судьбой, которые действительно необходимы, если пришло время.

Тело – не лучший советчик

Эволюционный аспект человеческого вида преимущественно затрагивает телесную оболочку. Поэтому эволюция как таковая не заинтересована напрямую в счастье человека. Выживание – это базовая, животная потребность. Отчасти человек и правда животное из класса млекопитающих: у нас есть тело и основные инстинкты – самосохранения, продолжения рода (родительский) и добычи еды (пищевой). То есть потребность в выживании в нас по-прежнему выступает на

первый план.

Но человек отличается от животного развитым интеллектом и наличием духовных потребностей высшего порядка. В какой-то степени мы активируем свою первоначальную божественную природу. Если все люди планеты будут несчастны, они продолжат выживать, но при этом будут чувствовать себя плохо. Согласитесь, что жить, будучи несчастным, не очень-то и хочется.

Очевидно, что все хотят быть счастливыми, просто есть те, кто себе в этом не признается. Суть не в количестве прожитых лет, а в их качестве. Наше благополучие формируется именно на основе счастливо прожитых лет. Выжить возможно даже в самых неблагоприятных условиях, как наглядно демонстрируют нам различные фильмы-катастрофы.

Не будем отрицать, что качество жизни современного человека намного превосходит соответствующий показатель в прошлом столетии, а тем более 200 или 300 лет назад. Психомagia способствует тому, чтобы каждый в этом мире мог не просто выживать, а жить на высоком уровне, счастливо и благополучно.

Разберем третью ключевую ошибку в построении любовных отношений, когда вы принимаете решения, основываясь на сигналах вашего тела. Сталкиваясь с потенциальным партнером, вы испытываете к нему сексуальное влечение. В этом случае вы не любите, просто ваше тело реагирует на другого человека. Он тоже начинает оказывать вам знаки

внимания. Однако все такие истории бесперспективны.

Когда в основе вашего притяжения – желание, то подняться на уровень настоящей любви эти отношения вряд ли смогут. Тело – неверный советчик, оно очень часто обманывает. Ярким примером будет состояние, возникающее в результате алкогольного опьянения или воздействия других веществ, при котором блокируется область мозга, отвечающая за фильтрацию, безопасность и прочие аспекты. То есть в ситуации, когда тело стоит во главе угла, люди часто занимаются сексом с теми, кто им на самом деле абсолютно не подходит для длительных отношений.

Блокировка здоровой критики приводит к тому, что вы можете испытывать невероятно сильную тягу к кому-то, обусловленную исключительно физиологией. Проснувшись же утром и взглянув на этого человека на относительно трезвую голову, вы, скорее всего, захотите побыстрее покинуть его и больше с ним особо не контактировать. А спустя неделю и вовсе забудете, кто это был.

Иногда люди ошибаются с выбором партнера и без «помощи» алкоголя или других веществ. Это может происходить оттого, что вы слишком стремитесь обладать этим человеком в сексуальном плане. Бывает, что подобные пары даже успевают завести детей задолго до осознания того, подходят ли они вообще друг другу или нет. И вот на таком зыбком основании, как сильное влечение, партнеры начинают играть в любовь. В среднем страсть длится не более года, в редких

случаях такие отношения могут продержаться года три.

Еще более распространена ситуация, когда спустя три-четыре месяца люди уже не испытывают друг к другу влечения, а на уровне духовном, ментальном оказывается, что у них нет ни общих тем для разговоров, ни общих интересов и полностью отсутствует совместимость в плане психоэмоционального состояния, энергетического поля. Такие отношения заканчиваются очень быстро. При этом оба теряют энергию.

Я считаю, что ничего хорошего в большом количестве партнеров нет ни для женщин, ни для мужчин. Причина в том, что с каждым человеком, с которым вас связывают флюиды, происходит обмен энергией. Представьте, что ваш очередной избранник имеет негативную карму. Допустим, он много воровал в прошлом, а вы просто не знаете об этом, или распространял вредные вещества, или убил человека, или нанес кому-то непоправимый ущерб, или серьезно вредит природе и ведет неэкологичный образ жизни.

Не зная обо всем этом на этапе флирта, игры, краткосрочного влечения, вы вступаете с ним в сексуальную связь. В этот момент все его кармические деяния в той или иной степени передаются вам, вы перенимаете этот деструктив. А теперь представьте, что у какой-то девушки или юноши было огромное количество сексуальных контактов с разными партнерами, среди которых было много «неэкологичных», нечистоплотных людей, не говоря уже об отсутствии у них

мудрости и духовных ценностей. После воздействия потока энергетического мусора от 15–20 таких странных персонажей в личности и энергетике человека происходят крайне неблагоприятные, как правило, необратимые изменения.

А если все сексуальные контакты были еще и незащищенными, то это тройной ущерб на уровне поля. В таком случае придется провести серьезную духовно-энергетическую очистительную работу. Я заметил, что чем больше у человека проблем в сфере любви и отношений, тем больше у него было сексуальных партнеров. В случае беспорядочных половых связей увеличивается риск потерять того, кто предназначен вам судьбой.

Надо, однако, заметить, что женщина, у которой было 30 сексуальных партнеров, и мужчина с аналогичным опытом очень сильно отличаются по энергетике. Это обусловлено природой. Женщина с каждым отношениями истощается гораздо сильнее, чем мужчина. Речь в первую очередь о растрате духовного потенциала и потере способности видеть свою судьбу за внешней картинкой. Мужчине с таким опытом будет очень тяжело разглядеть истинную сущность женщины за наращенными волосами, огромными губами, грудью и другими результатами пластической хирургии, в отличие от того, у кого за всю жизнь было два-три партнера.

С каждым случайным сексуальным контактом утрачивается чутье и духовный потенциал. Другое дело, когда вы создаете отношения с предназначенным вам судьбой челове-

ком, с которым будете счастливы не один год, а десятилетия: впереди совместное развитие, получение удовольствия от жизни, отсутствие потребности гулять направо и налево. Когда вы рядом с правильным, подходящим партнером, вместе вы уже можете экспериментировать как угодно. Что бы ни происходило на уровне вашего обоюдного поля, риск чем-то заболеть, в чем-то проколоться или столкнуться с серьезными проблемами чрезвычайно мал.

Вход в единое поле с человеком-судьбой вырабатывает мощный иммунитет от огромного спектра проблем не только в отношениях, но и в сфере здоровья, психоэмоционального состояния и других. Научные исследования доказали, что продолжительность жизни человека в паре, при длительных счастливых отношениях с одним партнером, на 10–15 лет больше, чем у того, кто любит погулять и у кого нет никого постоянного. Люди, состоящие в гармоничных любовных отношениях, действительно гораздо счастливее, они духовно наполнены, то есть имеют доступ к бесперебойному источнику энергии.

Глава 1

Этап знакомства

Самоидентификация

Этап знакомства подразумевает, что вы должны осознать, кто вы есть в этом мире, зачем сюда пришли, к чему идете, поэтому первая ступень посвящена самоидентификации.

Если вы не знаете, не чувствуете, что именно хотите создать в этой реальности, если у вас нет понимания, кто вы, – невозможно построить благополучные отношения. Запомните одно из главных правил: счастливые отношения доступны только самостоятельной, самодостаточной единице – человеку, который осознает, что из себя представляет и к чему стремится. Когда у вас есть четкое видение всего этого, вы уже автоматически способны притягивать в свою жизнь гармоничные отношения.

Источники служения, развития и удовольствия

В жизни каждого человека есть три процесса, которые обеспечивают его счастье. Первый – это процесс развития,

который начинается с момента вашего появления на свет. Если этого не происходит, то дальнейшее ваше существование невозможно. Вы просто застрянете, например, на этапе эмбриона, и все.

В осознанном возрасте, когда вы уже в состоянии управлять своей жизнью, то есть начиная с совершеннолетия, а порой и раньше, развитие должно обеспечиваться собственной волей. Если на каком-то этапе вы остановите процесс своего внутреннего и внешнего развития, то не способны будете привлечь в свою жизнь человека, с которым сможете быть по-настоящему счастливы.

У каждого из нас есть тело, душа и разум. Если вы даже не заметили, что застряли на одном из этих трех уровней, например, бросили занятия спортом, начали набирать лишний вес, тело стало дряблым, прекратили совершенствоваться, интересоваться новыми веяниями, учиться чему-либо, повышать свое профессиональное мастерство и компетенцию, а также перестали осознанно относиться к своей жизни и духовно расти, то пиши пропало. Эти ключевые моменты вам нужно будет отрегулировать.

Прямо сейчас вам необходимо записать по три источника наслаждения, развития и служения, которые доступны вам на данном жизненном этапе.

Во-первых, определите источники для развития своего тела, что именно это будет и как собираетесь это осуществлять. Допустим, вы планируете с сегодняшнего дня начать

кататься на велосипеде минимум три раза в неделю по 10 или 30 километров, посещать фитнес-клуб или совершать регулярные прогулки вдоль берега, если возраст уже серьезный – ведьминский.

Во-вторых, запишите, что отныне будет приносить вам наибольшее наслаждение. Например, регулярное посещение конкретного ресторана, потому что вы считаете, что там самая вкусная и полезная еда; или приготовление в домашних условиях любимых блюд, приносящих наслаждение; или проведение с сегодняшнего дня определенных процедур для тела, которые также доставляют вам удовольствие и дарят положительные эмоции.

В-третьих, нужно зафиксировать источники служения. Это может быть ваше намерение отныне приносить еще больше пользы миру в качестве профессионала, специалиста, мастера, оказывать конкретные услуги людям, помогать им и совершенствовать продукты своего труда.

Таким образом вы формируете перечень источников-процессов, посредством которых теперь будете развивать себя, служить миру и наслаждаться. В идеале вы должны не просто зафиксировать то, что делали вплоть до сегодняшнего дня, а расширить и разнообразить список.

Например: «Я развиваюсь на уровне тела, регулярно катаюсь на велосипеде, посещая спортзал, бассейн и баню с процедурой детоксикации организма. Я развиваюсь на уровне души благодаря пребыванию в состоянии транса, что позво-

ляет мне воспринимать новую информацию, необходимую и полезную для меня, моей души и душ тех, кто развивается вместе со мной. Я получаю духовную пищу, которая любого человека способна избавить от самых разных проблем и сложностей, и затем передаю ее другим. На уровне разума я развиваюсь, изучая иностранные языки, в частности английский, который постоянно совершенствую, для чего занимаюсь с преподавателем. Кроме того, я анализирую необходимый и новый для меня видеоконтент, выходящий за рамки моей компетенции, практически каждый день за рулем слушаю аудиокниги, что также способствует расширению моего кругозора и повышению интеллектуального потенциала».

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.