

Татьяна Свобода



Я выбираю – любить!

Татьяна Свобода

Я выбираю – любить!

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22202837
ISBN 9785448352935

Аннотация

Почему мы женимся, выходим замуж в основном за любимых, а ночи коротаем с нелюбимыми? Куда же девается любовь после свадьбы? Ведь всем нам хочется, чтобы было как в сказке: «... и жили они долго и счастливо!» Так неужели такое невозможно?! На страницах этой книги я предлагаю вам познакомиться с любовью заново. Мы узнаем, отчего она расцветает, как её сохранить и приумножить, научимся дарить любовь, узнаем о способах её проявления, выучим язык любви.

Содержание

86400 секунд на любовь	6
Для чего люди женятся?	9
В чём мы разные?	11
Почему Бог есть Любовь?	15
Карма и Квантовый Переход	17
От влюбленности до любви...	20
Пробудитесь!	22
Симфония любви	24
Пять Законов Любви	27
Закон Принятия	28
Закон Любви к себе	29
Закон Дарения	30
Закон Прямой Просьбы	31
Сообщающиеся сосуды	32
Закон Уважительного Отказа	34
Любовь и страх	35
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Я выбираю – любить!

Татьяна Свобода

Дизайнер обложки Юлия Выросткова

© Татьяна Свобода, 2017

© Юлия Выросткова, дизайн обложки, 2017

ISBN 978-5-4483-5293-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

«Коротаем мы ночи длинные нелюбимые с нелюбимыми» поет Надежда Кадышева. А почему так происходит? Почему мы женимся, выходим замуж в основном за любимых, а ночи коротаем с нелюбимыми? Куда же девается любовь после свадьбы? Ведь всем нам хочется, чтобы было как в сказке: «... и жили они долго и счастливо!» Так неужели такое не возможно?!

Многие из нас привыкли видеть в любви только «букетно-конфетную» сторону, ну и еще «постельную», естественно. Но у любви есть много граней, о которых мы чаще всего не знаем. Поэтому и имеем то, что имеем.

На страницах этой книги я предлагаю вам более ответственно отнестись к понятию *любовь*. Мы познакомимся

с ней заново, узнаем, от чего она расцветает, как её сохранить и приумножить. Мы выясним, какова роль женщины во всем этом. И, наконец, мы научимся дарить любовь, узнаем о способах её проявления, выучим язык любви.

И после всего этого, пусть только попробует кто-нибудь быть несчастным!

86400 секунд на любовь

Однажды в каком-то фильме услышала загадку: «Я то, чего все всегда ждут, чего иногда боятся и что никогда не наступает». Догадываетесь, что это? Это – завтра. Завтра никогда не наступит, потому что мы живем только в сегодня! Другого не дано. Мы засыпаем *сегодня* и просыпаемся *сегодня*.

Прочитала просто потрясающую притчу.

Представьте себе банк, который каждое утро переводит на ваш счет 86400 долларов. Оставшаяся не потраченной за день сумма на следующий день не переносится. Ночью счет обнуляется. Что бы вы делали с деньгами? Конечно же, тратили бы все до последней копейки! Но на самом деле у каждого из нас есть такой банк, называется он – время. Каждое утро на нашем счету 86400 секунд. Ночью счет обнуляется. Не использовали – потеря только ваша. Нельзя взять в долг у следующего дня. Мы играем по правилу, обойти которое невозможно: банк может закрыть счет в любой момент без предупреждения. Для кого-то ожидаемое *завтра*, так и не превратится в *сегодня*.

С пользой ли мы тратим наше время? В каждом из нас бьет неисчерпаемый источник любви. Вы *чувствуете* его? Или же ваш источник завален хламом и мусором ваших обид, претензий, упреков и вы даже не подозреваете о его

существовании?

Сколько вашей драгоценной любви вы дарите близким людям? Сколько вашей любви получает наша щедрая, красивая, зеленая планета? Вы спросите: «Как можно дарить любовь планете?» Да хотя бы мусор в урну бросать!

Любовь всегда находится *в нас*, либо рядом с нами, если мы по какой-то причине ее не принимаем. Она настолько деликатна, уважая наш выбор жить без неё, что просто тихонько стоит в сторонке и ждет, когда же ее примут и позовут обратно. Бог любит всех нас одинаково и каждого из нас он наделил этой драгоценной энергией, энергией любви.

Беда наша в том, что мы разучились ее ценить и понимать. Многие из нас отказываются от любви сами того не осознавая. Чаще всего это бывает от неудачной влюбленности, которая привела к боли и разочарованию. Было такое и у меня. Разочарование было настолько сильным, что даже появилась обида на любовь. Со временем все как будто бы забылось. Но я постоянно задавала себе вопрос: «Почему же я не могу влюбиться ни в кого?» Я искренне этому удивлялась и вышла замуж просто потому, что «пора уже». И только относительно недавно я поняла, что в момент *того* разочарования, я просто отказалась от любви. Мне понадобилось больше десяти лет, чтобы понять, наконец, что без любви я задыхаюсь, что я *хочу любить!* Это желание было настолько сильным, что перевернуло мою жизнь. Я пригласила любовь к себе и она с радостью вернулась. Правда, для этого мне по-

надобились годы осознаний.

Поймите *ценность* каждого *мгновения*! Вчерашний день – это уже история. Что будет завтра не дано знать никому. Сегодняшний день – это подарок...

Поэтому я предлагаю часть ваших ежедневных 86400 секунд потратить на изучение науки под названием «Любовь». Да, да, науки. Потому, что у любви есть свои законы, порядки, правила, о которых мы с вами очень мало знаем. К сожалению, такой предмет нигде не преподают.

В настоящее время эти знания становятся доступными. В этой книге я делюсь с вами теми основами, которые сама смогла найти, прочитать, осознать и теперь проживаю. Надеюсь, и вам они принесут пользу.

Для чего люди женятся?

«Люди встречаются, люди влюбляются, женятся...» А кто-нибудь задумывался, почему так? Почему со времен Адама и Евы люди объединяются в пару?

Мы с вами живем и живем себе, сходимся, размножаемся, потому что так задумано кем-то свыше, иногда разбегаемся. Но ведь есть какая-то высшая цель, задача!?

Мы созданы разными, так почему же нас, таких разных, так неумолимо тянет друг к другу? Ведь это не только сексуальное притяжение, которое, несомненно, важно и великолепно! Это, что-то более возвышенное и духовное.

Каждому человеку, и мужчине, и женщине, хочется, чтобы его понимали, принимали и любили таким, какой он есть! Но это возможно только в том случае, если ты сам понимаешь, принимаешь и любишь себя. Получается, Земля для нас для людей, это тренировочная площадка, где мы *учимся любить*! Любить себя, любить близкого и любить ближнего. Это площадка, где мы учимся выстраивать отношения с собой и с Миром. И мы, люди, нужны друг другу, чтобы этому научиться. И особенно нужны друг другу Мужчины и Женщины, которые объединившись, создают свою собственную Вселенную, где они счастливы. Ведь согласитесь, что все мы хотим именно этого!

Это как в притче «Маленькая Душа и Солнце» Н. Д. Уо-

лша, нам не достаточно *знать*, что мы любим, мы хотим это *чувствовать*! Мы хотим *быть этим*.

Вот для этого мы и рождаемся на Земле! Для этого и притягиваются друг к другу мужчина и женщина, чтобы помочь обрести себя и стать лучшей версией самого себя! Это возможно только в тесном контакте мужчины и женщины, и физическом и духовном.

В чём мы разные?

В чем же мы разные, мужчины и женщины? Возможно, кто-то скажет: «Да почти ни в чем! Кроме разве что некоторых половых отличий». Вот так, достаточно длительное время между нами стирали границы отличия одинаково нас воспитывая, обучая по одной и той же программе, даже одевая одинаково. А между тем, мужчины и женщины отличаются не только строением физического тела. Мы – два разных вида человека, у нас разная природа!

Так почему-то было задумано, что мужчина и женщина созданы разнополыми и размножаются не делением, как некоторые другие существа. Женщина создана для воспроизводства. Ее основная функция в вынашивании ребенка – это ее природа. Поскольку женщина во время беременности очень уязвима, задача мужчины обеспечить ей условия безопасности и защищенности. Таким образом, женщина – это природное, а мужчина – социальное.

Основная функция мужчины – структурирование реальности, строительство социального мира. Он строит мир, в котором будет жить женщина. Женщина ничего не строит, она обустроивает то, что создал мужчина, наполняет его строение *душой*.

Для того чтобы нам выстроить отношения в паре, нужно знать чем же мы отличаемся друг от друга и учитывать эту

разницу.

В своем тренинге «Мужчины и женщины» Олег Гадецкий рассказывает интересные вещи. Все мы знаем, что у любого человека независимо от пола, есть разум, ум, чувства.

Чувства – это то, что мы видим, слышим, осязаем, ощущаем эмоционально. Разум – это наши жизненные установки, убеждения, цели. Ум – это своеобразная «операционная система», которая обрабатывает всю информацию, поступающую извне. Так вот, оказывается, что даже в этом у нас есть отличия.

Если расположить перечисленные выше понятия в следующем порядке: разум, ум, чувства, то у мужчин разум и ум сцеплены между собой, а чувства находятся обособленно. У женщин же разум находится отдельно, а ум и чувства соединены между собой. И эта разница на многое влияет!

Мужчины живут мыслями, идеями, целями, обдумывают их и добиваются. Им (мужчинам) для того, чтобы прийти в равновесие, необходимо «уйти в себя», побыть в одиночестве, именно таким образом их нервная система восстанавливается.

Ум женщины постоянно переполнен эмоциями и ей, для того чтобы его очистить, нужно выговориться. В этот момент ей даже не столько нужен сам собеседник, сколько «слушающие уши» и эмоциональное понимание. Такова женская психика!

Всем нам, и мужчинам и женщинам, нужно знать эти осо-

бенности, чтобы научиться наконец-то, понимать друг друга. Но и это еще не все. Мы даже энергетически не одинаковы. Да, мы состоим из одной и той же жизненной энергии *ци*, которая делится на *инь* и *ян* в каждом из нас. Но у мужчин преобладает энергия *ян*, а у женщин *инь*. Ян – это сухое, светлое, горячее, а инь – холодное, темное, мокрое. Эти энергии противоположны друг другу, но не бывает одного без другого.

В китайской философии ДАО есть понятие дантянь (энергетический шарик) и их основных – три. Нижний дантянь находится за пупком, средний – в центре груди, в районе сердечной чакры, верхний дантянь находится в центре головы за «третьим глазом». Так вот, все женские энергии аккумулируются в нижнем дантяне, а все мужские – в верхнем. И в этой философии мужчины тоже сильны головой, разумом. Женщины же сильны творчеством, поскольку в районе нижнего дантяня находится матка, которая является центром творчества.

Природность женщины проявляется в том, что она с момента рождения уже женщина. Даже маленькая девочка умеет строить глазки, кокетничать и даже вить веревки из мужчины-папы, хотя ее этому никто не учит. Взрослея, она все больше раскрывает свои женские качества, свой потенциал Женщины.

Мужчинами же не рождаются. Мальчику только предстоит стать мужчиной, осваивая социальный мир. Мужскую жизненную силу увеличивают два качества:

– контроль над чувствами;

– ответственность.

Контроль над чувствами – это, как раз и есть то символическое расстояние между «умом и чувствами», которое мы рассматривали выше, и оно у мужчин не должно сокращаться. От этого зависит его мужская твердость и решительность. Для того чтобы мужчина чего-то достиг в жизни, реализовался, ему нужно иметь ясный и четкий ум. Если же его будут захлестывать эмоции и чувства, ему этого не достичь никогда.

Ответственность – это качество, которое делает мужчину Мужчиной, согласитесь. Только взяв на себя ответственность за свою жизнь, за жизнь близких людей, обеспечивая им заботу и защиту, мужчина обретает стержень, мужскую силу. И помочь ему в этом может Женщина. Мы разные, но мы можем дополнять и усиливать друг друга. Женщина для мужчины как воздух. Какая рядом женщина, таким воздухом он и дышит. Недаром же говорят, что за спиной великого мужчины всегда стоит женщина!

Почему Бог есть Любовь?

Каждый человек на Земле имеет свое представление о понятии Любовь. А что, если посмотреть на нее чисто с философской точки зрения?

Ни для кого уже давно не секрет, что все вокруг нас, и мы сами есть энергия. Согласно китайской философии ДАО (как я уже говорила) все в мире состоит из жизненной энергии *ци*, которая делится на мужскую *ян* и женскую *инь*. То есть *соединение мужского и женского начал*, создает *жизненную энергию*, а проще говоря – жизнь. Любую жизнь, от камня до человека. Энергия одна и та же, плотность разная. Когда соединяется мужское и женское создается нечто прекрасное под названием Любовь. Получается, что все во Вселенной создано *Любовью* и все есть *Любовь*.

Значит в том, что мужчины и женщины созданы разными, заложен определенный смысл? А может быть даже замысел? Ведь природа не настолько бесхозяйственна, чтобы создавать что-либо не имеющее смысла!

Именно в нашей «разности» наша великая сила, делающая мужчин мужественными, а женщин женственными. Искусственное стирание границ размывает нас, делает из нас «унисекс», то есть «ни рыба ни мясо». При этом теряется наш божественный потенциал, потенциал Творцов.

Я предлагаю всем нам вспомнить, *кто мы есть на самом*

деле. Вспомнить и проявить то божественное начало, которое есть в каждом из нас и является нашей сутью. Открыть в себе источник под названием Любовь, который создают инь и ян, соединяясь в каждом из нас. Гармония Вселенной – в духовном единстве мужчины и женщины.

Вы готовы совершить путешествие к собственной сути? Я вас приглашаю!

Карма и Квантовый Переход

А вы заметили, что в наше время появилось очень много книг по психологии отношений между мужчиной и женщиной? И, на мой взгляд – это замечательно! Это означает, что многие из нас просыпаются от «летаргического» сна, в котором нет особой необходимости задумываться о чем либо, плыви себе по течению, за тебя подумают те «кому положено». А сейчас пришло то время, когда пробуждаются сознательность и осознанность. Человек начинает задумываться: «А как я могу повлиять на окружающую меня действительность?» Он начинает подозревать, что он – *может!*

А поскольку человеческие отношения это важная составляющая нашей жизни, то эти «революционные» мысли касаются их (отношений) в первую очередь. Меня тоже интересует тема взаимоотношений, я прочитала многих авторов. Многие психологи, особенно ведические, подходят к этому вопросу с позиции кармы. То есть мы в этой жизни имеем то, что заслужили отношением к партнеру в прошлых жизнях. Еще совсем недавно, так оно и было. Но сейчас мы живем в такое время, когда у нас появилась возможность выбора – отрабатывать карму или перейти на другой уровень, уровень осознанности, где я сам или сама являюсь хозяином своей жизни.

О том, что происходило в 2013 году на уровне Планеты

и, что происходит в наших клетках сейчас, рассказывает Валентина Миронова, биофизик, она работала в Космическом Центре 20 лет, специализация – закрытые открытия. Тема «2014 год. Мир после Квантового Перехода».

«Все еще помнят ожидания 2012 года, страх неизвестности, ожидание катаклизмов, которыми нас пугали. Переход состоялся, но не там, где его ожидали...»

В январе 2013 года было рассказано об эксперименте, который длился 10 лет, с 2003 года.

Ученые ядерицки работали с атомом водорода (он же – протон) и зафиксировали сначала пульсацию частицы протона, он то уменьшался, то снова становился обычных размеров. Ученые сочли это ошибкой, влиянием других составных частей извне, но, в конце концов, протон принял новое значение. Было сделано открытие, что частица протона уменьшилась на 4%. Изменилось все – его скорость, вращение, направление, диаметр. На первый взгляд – подумаешь, протон изменился, ерунда! Но вслед за ним «поехала» вся органика, так как она состоит из водорода. Поменялась плотность материи...

Если судить по Законам трехмерного Мира, то это невозможно, но, тем не менее – физики начали раскрывать свои измерения. Это подтверждают астрофизики расчетами многомерности нашего Пространства. Мы живем в другом измерении...

Состоялся Квантовый Переход, частица с одного уровня

энергии перешла на другой уровень. Все законы начинают работать по-другому. Ученые сталкиваются с этим на каждом шагу». (Выдержки из лекции В. Мироновой).

Происходит перестройка всего. Перестраивается наше сознание, наше тело. Мы оказались на первых этажах тонкого плана.

Если раньше мы отвечали за свои *поступки*, то сейчас отвечаем за свои *мысли*. В настоящее время действует правило «Прежде чем подумать – подумай!» Наши мысли материализуются с гораздо большей скоростью, чем раньше.

К чему я пишу вам о каких-то скучных физических открытиях? Дело в том, что у нас появилась реальная возможность стать хозяевами своей жизни, возможность выстроить свой Мир исходя из своих истинных желаний, желаний нашей *души*. Что для этого нужно? Принять для себя эту возможность, осознать и действовать!

Любовь между мужчиной и женщиной – это не только красиво, но и важно для человечества, для Вселенной! Когда эта любовь растет, она увеличивает количество любви не только в паре, но и во всем Мире. Там, где есть любовь, настоящая любовь, построенная не на больном эго, там нет зла. Любовь – это созидаящая сила!

Я всем нам желаю именно *созидающей* любви!

От влюбленности до любви...

Нет, наверное, на всем белом свете ни одного человека, который хотя бы раз не был влюблен. Влюбленность – это прекрасное состояние, когда хочется летать от счастья, хочется обнять весь мир и подарить ему всего себя! Человек, в которого мы влюбляемся, кажется нам самым лучшим и идеальным. Но именно в этом-то и есть подвох, ловушка, в которую попадают все влюбленные.

Влюбленность – это эмоция, она как лавина, которая не поддается никакому контролю, не подчиняется никому и ничему, даже разуму. Недаром в народе говорят: «Влюбленный, значит – сумасшедший». Если на таком эмоциональном подъеме создается семья, то ничего нет удивительного в том, что в скором времени может произойти охлаждение чувств, разочарование и даже разрыв отношений. А все потому, что эмоция не может все время находится на вершине, это противостоит природе!

Эмоция представляет собой *энергию*, а энергия пребывает в движении. Происходит эффект маятника, если был крен в одну сторону, то будет такой же и в другую. Сначала идеализируем партнера, а потом восклицаем: «У нас же нет ничего общего, где были мои глаза?!» И начинается поиск новой влюбленности, в надежде на то, что уж она то будет вечно будоражить кровь поддерживая эмоции на пике. Многие

живут именно так и называют это состояние любовью.

На мой взгляд, влюбленность – это пусковой механизм любви. Как только он срабатывает – система запущена и мы начинаем удивительный *процесс познания другого человека*, когда происходит соединение сознания двух людей, вот это, по-моему, и есть любовь! Истинная любовь требует усилий и самодисциплины и предполагает дальнейшее развитие человека, его духовный рост.

Настоящая любовь может быть только осознанной! И именно поэтому она способна расти, увеличиваться и расширяться. Только осознанный человек способен сделать *выбор*.

Я выбираю – *любить*, быть любимой и счастливой! А вы?

Пробудитесь!

народная мудрость

Когда Будда стал просветленным, он воскликнул:

– Это невероятно! Значит, я с самого начала был просветленным, а все эти цепи и оковы были лишь сном!

Впоследствии, когда люди спрашивали его:

– Что нам делать, чтобы избавиться от пороков? – Будда неизменно отвечал:

– Будьте сознающими, внесите в свою жизнь осознанность.

Слушая его, Ананда, один из его учеников, спросил:

– Люди приходят к тебе с разными проблемами, а у тебя на все «недуги» один рецепт. Например, один человек спрашивает:

– Как избавиться от гнева? – Ты ему отвечаешь:

– Будь осознанным! – Другой спрашивает:

– Как избавиться от жадности? – Ты ему отвечаешь:

– Будь осознанным! – Третий спрашивает:

– Как избавиться от обжорства? – Ему ты тоже советуешь:

– Проявляй осознанность. – Как это понять?

Будда ответил:

– Их недуги отличаются друг от друга, как отличаются

сны, которые снятся разным людям. Но если они все придут ко мне и спросят, я скажу им:

– Начните осознавать! Пробудитесь!

Симфония любви

Вы, конечно же, слышали историю о том, что когда-то наши Души были целостными, но потом были разделены на две половинки и разбросаны по всему Белому Свету. И вот эти половинки ищут друг друга (иногда всю жизнь) и не могут обрести покой и счастье друг без друга.

Как вам такая история?

А не кажется ли вам, что эта теория делает нас ущербными? Получается, что живем мы с вами, такие себе «недоделанные» половинки и плохо нам друг без друга. А чтобы было хорошо, нам просто необходимо найти кого-то и воссоединиться, обрести «опору». Хорошо. Встретились, воссоединились, но эйфория влюбленности прошла, и вдруг снова стало «плохо». Кто виноват? Конечно половинка! Ошибка вышла, половинка-то чужая оказалась! И так до бесконечности.

Такая теория – для «спящих» людей, которым проще переложить *ответственность* за свою жизнь на кого-то другого и она была актуальна для Эпохи Рыб, которая, слава Богу, закончилась.

Наступила Эпоха Водолея, она уже пришла, мы в ней живем. И принесла с собой совершенно новые энергии. Люди массово *«пробуждаются»*, вспоминают, кто они на *самом деле* и для чего пришли сюда на Землю, становятся *осознан-*

ными и понимают, что за *качество* своей жизни ответственны только они сами.

Отношение к «*отношениям*» тоже кардинально меняется. В каждом из нас течет жизненная энергия *ци*, которая гармонично делится на *инь* и *ян*, делая нас одних – женщинами, других – мужчинами. Мы уже целостны, уже самодостаточны и те и другие.

Симфония в переводе с греческого – *гармоничное звучание*.

И вот встречаются двое целостных людей, смотрят друг на друга открытым взглядом, ничего не ожидая от другого. Просто радуясь тому, что этот *другой* существует, и их пути пересеклись в этом огромном мире. И между ними происходит *симфония*. В союзе друг с другом они раскрывают свои самые лучшие качества и становятся *лучшими версиями самих себя*.

Однако если вы думаете, что симфония это подарок нового времени всем и каждому, вынуждена вас разочаровать.

Чтобы она (симфония) зазвучала в вашей Душе, вам необходимо произвести «внутреннюю инвентаризацию» своих качеств. Честно и тщательно пересмотреть каждое, *осознать* их в себе и принять все, без исключения, потому что не существует плохих или хороших качеств, в природе все *нейтрально*, это уже мы сами даем им субъективную оценку. На самом деле существует только *опыт*, и наши качества помогают его получить. И только мы сами решаем *какой* опыт

хотим приобрести. И имеем право выбора. Не нужно забывать, что подобное всегда притягивает подобное – это закон.

Так вот, если вы хотите, чтобы *симфония* в вашей жизни *случилась*, вы сами должны зазвучать на соответствующих вибрациях и уже Закон Подобия сам позаботится о дальнейшем.

Задача каждого в новой эпохе – стать лучшей версией самого себя. А вот, чтобы *любовь* в вашей жизни все-таки стала *симфонией*, я предлагаю вам ознакомиться с ее *законами*.

Пять Законов Любви

Все мы знаем, что такое любовь, хотя образ любви у каждого свой. Это и нежность, и страсть, и первая улыбка ребенка, а для кого-то верно выражение «Бьет – значит любит». Образов любви существует множество и они сугубо индивидуальны.

Но как бы там ни было, любовь приходит неожиданно и всегда меняет нашу жизнь. Она творит чудеса, превращая совершенно незнакомого человека в близкого и дорогого.

Если любовь течет свободно, омывая каждую нашу клеточку, если ей не мешают преграды и ограничения, то мы чувствуем себя счастливыми. И для того, чтобы было именно так, нам следует знать и соблюдать законы любви. Любовь – это божественная природа и у нее есть свои законы, которые действуют независимо от того знаем мы о них или нет.

Закон Принятия

Этот закон мы постигаем в момент рождения, когда принимаем жизнь в дар от родителей. Просто так, ни за что. Любовь – это дар. Мы за него ничего никому не должны. И наша задача просто принять его и поблагодарить.

Если этот закон в нас нарушен, то мы не можем принимать ничью любовь, не принимаем сами себя.

Обиды на родителей, претензии к ним, чувство вины перед ними приводят к нарушению Закона Принятия. Но не только это. У каждого из нас есть «внутренний ребенок», который помнит все наши обиды и детские психологические травмы. Причем эти травмы могут быть получены еще до нашего рождения, если зачатие ребенка было непредвиденным или нежеланным. Еще не родившийся ребенок чувствовал сомнение родителей и со страхом ожидал, дадут ему шанс или нет. Все это приводит к нарушению Закона Принятия. Нам становится сложно принять чью-то любовь и всегда кажется, что мы за нее что-то должны.

Есть множество способов исцеления «внутреннего ребенка», а также избавления от обид на родителей и чувства вины. Было бы только желание!

Закон Любви к себе

Этот закон мы постигаем в процессе взросления, творя свой сценарий жизни. Мы учимся воспринимать себя как часть удивительного и прекрасного Мира и осознаем, что так же хороши, как и он. Мы можем совершать различные поступки, даже ошибки, но понимаем, что этим нарабатываем свой бесценный *опыт* и стремимся стать *лучшей версией самого себя*.

Если этот закон нарушен, мы будем сомневаться в том, что достойны любви, будем искать ее доказательств. Закон Любви к себе очень тесно связан с Законом Принятия. Если мы не принимаем себя, то и любить себя нам будет сложно. Вот и получается, что человек не ценит, не уважает сам себя, ругает себя последними словами за каждый промах, склонен к ревности и недоверию.

Закон Дарения

Мы постигаем его в моменты щедрости души. Когда кто-то трогает нашу душу неизвестно чем и нам хочется сделать что-либо приятное этому человеку. Просто так, не ожидая ничего взамен. Просто потому что наша внутренняя любовь переливается через край и способна одарить собою весь Мир.

Если этот закон в нашей жизни нарушен, мы не можем отвечать любовью на любовь, не можем ее дарить, потому что у нас самих ее дефицит. Если один стакан пуст, то в другой перелить нечего.

Также мы нарушаем этот закон, когда выбираем себе спутника жизни, как товар на рынке, по так называемому «расчету» за толстый кошелек или за длинные ноги.

Закон Прямой Просьбы

Мы уже с вами выяснили, что Земля для нас – это своего рода тренировочная площадка, где мы учимся любить, выстраивать отношения с различными людьми. А для этого мы должны уметь донести до них наши желания, ожидания, они (люди) не обязаны об этом догадываться. Сообщать о своих желаниях удобнее всего в виде просьбы.

Если вам сложно просить других о чем-либо, если вы считаете, что своими просьбами вы обременяете кого-то. Если вы не можете сказать любимому человеку о том, *чего* вы хотите или о том, *что* вам не нравится. Если вы считаете просьбу обузой, то у вас нарушен Закон Прямой Просьбы. Вы лишаете своих любимых возможности чувствовать, что они важны для вас. Лишаете их возможности сделать что-либо важное и приятное для вас.

Сообщающиеся сосуды

народная мудрость

Отношения между людьми с тесными эмоциональными связями (например, между супругами, родителями и детьми, членами одной семьи) подобны поведению воды в сообщающихся сосудах. Если мы повышаем давление в одном сосуде, то в нем уровень воды понижается, а в другом – повышается.

Таким образом, если мы подавляем свои чувства или нужды (желания), не обсуждаем их с близкими, не сообщаем о том, что нас беспокоит, то у них, наших близких, эмоции проявляются с большей силой. Подавляя гнев или негодование, мы вдруг обнаруживаем, что кто-то из близких гневается за двоих. Если мы подавляем страх, то наши близкие испытывают его с еще большей силой. Когда мы подавляем наши желания, наши близкие начинают желать просто безмерно.

Вот почему так важно ясно и открыто выражать собственные чувства и потребности – тогда их можно будет обсудить и найти какое-то решение.

Иногда мы пытаемся уйти от проблем, замалчивая свои чувства или потребности. Однако тем самым мы создаем гораздо больше проблем, которые никогда не будут разрешены. Наши чувства передаются близким людям вне зави-

симости от того, выразили мы их вслух или нет. Поэтому гораздо лучше выразить их словами или поступками и сделать это как можно яснее и нежнее.

Общение – главное средство в разрешении любых ситуаций.

Закон Уважительного Отказа

Этот закон мы постигаем, когда нам предлагают любовь, которую мы не хотим принимать или, когда наша любовь прошла, а любовь партнера еще сильна. В этом случае нам нужно вежливо и чутко отказать или объяснить, что нам нечего дать взамен, а притворство – это ложь.

Если вам сложно говорить «нет». Если вы жалеете партнера или влюбленного в вас человека и думаете: «Как же он это переживает?» Если вы испытываете чувство вины, то у вас нарушен Закон Уважительного Отказа. Ваша жизнь постепенно заполнится ложью. А любовь уходит оттуда, где поселяется ложь.

Эти пять законов любви очень взаимосвязаны, и вытекают один из другого. Если они соблюдаются, то поддерживают чистый *источник любви*. Даже когда отношения заканчиваются, этот источник остается живым.

Сейчас, когда я описала Законы Любви, должна вам признаться, что все пять они были у меня нарушены в свое время. Но все это было в моей «прошлой» жизни, сейчас я другая.

Как мне удалось с этим справиться, я описала в книге «Познай себя настоящую», повторяться не буду.

Любовь и страх

В той части своей жизни, когда я была неуверенной в себе девчонкой, мне было очень трудно общаться, особенно с не знакомыми или малознакомыми людьми. В то время я считала себя «не умной». Нет, не душой, а именно не умной. Я хоть и много читала, но не чувствовала себя эрудированной. Мне мешал внутренний страх. Одно дело знать самой о своей «не умности», но если об этом узнает кто-то еще – это просто катастрофа! Поэтому я предпочитала в малознакомом обществе помалкивать. А если ко мне обращались, то жутко стеснялась. Внутри меня была пустота и я боялась, что ее увидят другие.

Это потому, что я жила отдельно от своей Души. Я была маленькой отдельной песчинкой и не чувствовала себя частью Вселенной. Так всегда происходит, если человек не слышит свою Душу, не чувствует в себе частичку Бога, отделяет себя от него, если нарушает Законы Любви.

Теперь-то я понимаю, что все это я задумала для себя сама еще только собираясь появиться на белый свет. Это было частью моего опыта – прийти от темноты к свету, отыскать в себе источник любви и соединиться с Богом внутри себя. И я рада, что мне это удалось.

Так почему же бывает трудно общаться? Общение – это поиск, это исследование сознания собеседника, его террито-

рии. Но когда ты исследуешь чужую территорию, ты должен разрешить исследовать свою. А это возможно только в том случае, если ощущаешь какое-то богатство внутри себя, тогда страх исчезает. Наоборот, ты хочешь поделиться с гостем тем, что имеешь. Общаться – значит делиться. Богатство – это *внутреннее знание*, которое является твоей *истиной*.

Поэтому всем нам очень важно научиться слушать свою Душу (*источник знания*). Нужно стать *самим собой*, жить своими интересами, своими задачами, зарабатывать опыт *своей Души*. Только тогда мы сможем открыть свое сердце другому.

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.