



Ирина Крохмаль

РАСКОДИРУЙ
СВОЮ ЖИЗНЬ

ПРАКТИЧЕСКИЕ УРОКИ



РАСКОДИРУЙ
СВОЮ ЖИЗНЬ
ПРАКТИЧЕСКИЕ УРОКИ

Ждать – это впустую расходовать свою энергию

**Цель этой книги – помочь людям
стать более успешными и счастливыми в жизни!**

Может ли человек по-настоящему измениться? То есть, работая над собой, стать фактически качественно другим человеком, другой, более сильной, уверенной и светлой Личностью?

Ответ – да!

То, что человека изменить нельзя, — это миф! Нельзя изменить только того, кто не хочет меняться.

Также надо снять опасение многих людей, которые считают, что если они будут меняться, то они потеряют себя! Это абсурд и беспредельная глупость! Человек теряет себя, свою душу, свою индивидуальность, когда хоронит их под толстым слоем своих проблем, накопленных страданий и слабостей, размножившихся пороков, разъедающих душу негативных эмоций и разрушающих тело вредных привычек. Вот что в действительности ведёт к полной потере себя и своей индивидуальности.

Большинство людей, которые так боятся потерять себя и свою индивидуальность, в действительности, себя ещё даже не находили! Потому что 99% из них понятия не имеют, кто они такие! Кто такой Человек?

Первое, что нужно сделать, – это очистить себя и пространство вокруг себя энергетически. Так как мы знаем, что всё и вся состоит из энергии. Работа очень простая и эффективная. В уединенном месте, где Вам никто не будет мешать проделайте действия. Это поможет Вам принять себя, простить и в дальнейшем полюбить себя, таким, какой Вы есть (толстый, худой, ошибающийся, разный). Для чего это делать, будет более подробно написано в конце книги и касается духовного развития человека. Чтобы Ваше преобразование было гораздо легче и быстрее, сделайте энергетическую очистку себя. А ещё этот метод стирает негатив, который тянется из прошлого, и поможет Вам фокусироваться на настоящем моменте. Вы поверите в себя и начнёте использовать свою внутреннюю силу.

О чем эта книга?

В этой книге дано пошаговое руководство в виде конкретных уроков по радикальному изменению своей жизни в лучшую сторону, избавлению от навязанных извне привычек и «якорей», подтверждённое многолетним опытом и исследованиями, в том числе и закрытыми от широкой общественности практиками.

У каждого из нас и нашего окружения есть вещи, которые нам мешают и которые бы мы хотели изменить в своей жизни, а от некоторых пороков навсегда избавиться: хроническое невезение, сложности в общении с окружающими или с противоположным полом, вредные привычки, боязнь начать серьёзные отношения, неуверенность в себе или других и т.д. Этот список нерешённых проблем может быть бесконечным. И в нас всегда присутствует желание решить их.

Не секрет, что хотеть измениться и изменить себя — это абсолютно разные вещи.

Наряду с огромным количеством литературы по типу «измени себя сам», автор этой книги предлагает готовую, проверенную многолетними, а в некоторых случаях — и многовековыми исследованиями и практиками систему изменения себя и своей жизни

Прочитав эту книгу, вы узнаете, как:

- Определить свои приоритеты и цели и начать двигаться в новом направлении.
- Научиться своевременно и адекватно реагировать на возникающие сложности и проблемы и решать их в свою пользу.
- Повысить самомотивацию и плавно подготовиться к положительным изменениям.
- Очистить свой круг общения от ненужных людей, которые тянут вас назад и мешают развиваться.
- Избавиться от старых зацепок и штампов, навязанных вам другими людьми.
- Проработать межродовые и семейные связи и отцепиться от мешающих вам развиваться комплексов.
- Ощутить своё внутренне Я, принять его.
- Добиться внутренней гармонии души и тела.

- Вернуть из прошлого энергию и перекрыть канал откачки от вас жизненных сил и ресурсов.
- Противостоять неизбежным откатам назад к старым привычкам и комплексам.
- Выработать навыки, которые помогут вам закрепить положительные изменения в своей жизни.

Чем полезна эта книга?

С помощью описанных в книге Уроков вы сможете эффективно поработать над изменением своих привычек, выстроить систему и очередность действий, определить свои истинные желания и потребности, а также лучше понять себя и свои мотивации к тому или иному действию. Вы научитесь улавливать первые признаки вампирирования со стороны родственников, знакомых и контролировать ситуацию, а также ставить блоки и защиту от негативного воздействия окружающих в свой адрес.

Помимо этого, вы научитесь управлять нервными срывами и оборачивать их в положительные для себя результаты, повысить мотивацию на действие и поступки и закрепить обретенные полезные привычки и навыки.

Здесь вы найдёте не только советы и реальные примеры из жизни, но и детальный пошаговый план действий, который позволит идентифицировать свои желания и цели и разработать схему их достижений. Это больше похоже на детальную инструкцию создания новой модели поведения.

Для кого эта книга?

Книга будет полезна всем, кто испытывает желание и потребность измениться, кто уже пытался это сделать, но не достиг результата или же нуждается в дополнительной мотивации.

Эти уроки будут полезны всем, кто разуверился в сиюминутных модных техниках и хочет довериться методикам, многие из которых основаны многие столетия назад, кропотливо систематизированы и детально описаны в этой книге.

И, наконец, эта книга будет интересна для каждого из вас, ведь известно, что идеальных людей не существует, но стремление к абсолютному совершенству облагораживает нашу жизнь и жизнь окружающих людей.

УРОК 1.

Энергетическая очистка себя самого

Загляните в зеркало прямо себе в глаза, загляните за глаза, глубже, пошлите себе Любовь. Обратитесь к своей Вечной Душе, к той части, которая переходит из жизни в Жизнь. Попросите своих Ангелов-Хранителей помочь Вам. Обратитесь к Богу с просьбой помочь Вам. Так же (как и к себе) можно обратиться к любому человеку, живому и мёртвому, и сделать очистку. Но в первую очередь начните с себя.

ПРАКТИЧЕСКИЙ МЕТОД

Я СНИМАЮ С ЭТОЙ ВЕЧНОЙ ДУШИ (своё имя или имя того, к кому хотите обратиться) ВСЕ ПРОКЛЯТИЯ И МАГИЧЕСКИЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ, НАЛОЖЕННЫЕ МНОЮ ОСОЗНАННО И НЕОСОЗНАННО, В ПРОШЛЫХ ЖИЗНЯХ И НАСТОЯЩЕЙ, во всех ПАРАЛЛЕЛЬНЫХ РЕАЛЬНОСТЯХ.

Я ПРОЩАЮ И ПРИНИМАЮ ЭТУ ВЕЧНУЮ ДУШУ ТАКОЙ, КАКАЯ ОНА ЕСТЬ.

И ТЫ, ВЕЧНАЯ ДУША (своё имя или имя того, к кому хотите обратиться), СНИМИ С МЕНЯ ВСЕ ПРОКЛЯТИЯ И МАГИЧЕСКИЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ, НАЛОЖЕННЫЕ ОСОЗНАННО И НЕОСОЗНАННО В ПРОШЛЫХ ЖИЗНЯХ И НАСТОЯЩЕМ, во всех ПАРАЛЛЕЛЬНЫХ РЕАЛЬНОСТЯХ.

ПРОСТИ МЕНЯ И ПРИМИ ТАКИМ (ТАКОЙ), КАКАЯ Я ЕСТЬ.

После этого, поблагодарите за помощь Бога, поблагодарите ВЕЧНУЮ Душу за сотрудничество.

Также этот метод работает по отношению ко всем людям, которые Вас окружают.

После очистки у Вас улучшится настроение, станет легче физически, появятся силы для работы и творчества.

Суть этого метода заключается в том, что когда человек находится в острых эмоциях гнева, злости и ещё каких-либо негативных эмоций, он в первую очередь обвиняет себя (именно внутри), а потом всех остальных. Эта тяжёлая энергия ложится на человека, который гневается, в первую очередь и не даёт ему ресурса развиваться в позитивном направлении, не даёт СВОБОДЫ ДЕЙСТВИЯ, т.е. ставит какие-то ограниче-

ния. После энергетической очистки эти ограничения исчезнут. Повторять метод нужно постоянно, в тех случаях, когда вы чувствуете гнев, вину, стыд и т.п. Этот метод действительно работает, т.к. многие люди проверили его эффективность на себе. Работает метод по Высшим Законам, один из которых гласит: признать за всеми людьми право иметь собственную точку зрения, право действовать в соответствии с их собственным пониманием. Иными словами, каждый имеет право на ошибку. Нужно видеть во всём уроки и задачи и радоваться этому.

Пример. У молодой женщины появились проблемы в жизни, рушились отношения с мужем, а через некоторое время с ней случился несчастный случай. Несмотря на то, что она была очень ответственной, она постоянно винила себя в проблемных ситуациях, которые с ней происходили. Только после травмы женщина задумалась о себе и своей жизни. Она прекратила злиться. Потом она сделала энергетическую очистку себя и почувствовала улучшение. Затем она использовала эту методику и со своим мужем. Отношения приняли другой курс. Самое главное, что у неё в голове не было никакого страха по поводу того, что будет после развода. Она поняла главное: Высшие Силы и Законы будут помогать ей. Она научилась быть в настоящем моменте, в котором и есть сила человека.

ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Елена была хорошей женщиной, но её мучения в семейной жизни с мужем, родителями не давали ей покоя и роста, ни физического, ни духовного, ни материального. Она прочитала много книжек по психологии, но советы помогли не достаточно глубоко. Она постоянно сомневалась, терпела укоры мужа и не могла ничего возразить, когда её поступки и действия обесценивали родители. Она не ощущала свою внутреннюю силу. Где-то в душе она винила себя в том, что, возможно, выбрала не того мужа, но выхода из сложившихся условий она не видела. Спокойно реагировать на ситуации она уже не могла, всегда срывалась на крик, потому что её нервная система была уже расшатана. Через свою подругу она узнала способ энергетической самоочистки. Очищаться ей пришлось достаточно продолжительное время. Она тренировалась по графику. Наметила себе время и через каждые три дня занималась по этой методике. В течение месяца Елена пришла в себя, обрела целостность, нашла работу по душе и осознанно ушла от мужа. Муж понял свои ошибки и вернул Елену обратно. Равновесие вернулось в семью, а Елена продолжила своё духовное и интеллектуальное развитие.

УРОК 2.

Кураторы и покровители – существа света

У людей есть кураторы и покровители – существа света. Надо всегда верить, что Ангелы-хранители есть у каждого человека на Земле, и их всегда можно просить о поддержке. Они только этого и ждут, чтобы помочь людям. Вы будете более расслабленными, так как начнёте доверять жизни, и она будет у вас благополучной и радостной. А если очень попросите, то можете ощутить их прикосновение, это можно почувствовать энергетически. Защитник людей – Архангел Михаил, к нему всегда можно обратиться.

ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Анастасия сомневалась в своём решении поменять работу, потому что очень привыкла к своему коллективу. Однако на предполагаемом новом месте её профессиональное и финансовое положение могло улучшиться. Не только сослуживцы, но и начальство уговаривало её остаться на прежней работе, но в то же время повышать в будущем и увеличивать зарплату не собиралось. Анна боялась будущего и ждала поддержки от близких, но в семье никто не хотел брать на себя ответственность за принятие решения о смене места работы. Тогда Анна решила попросить совет у своих Ангелов. Она задала вопрос, действительно ли ей нужно переходить на новую работу. Ответом «да» должен стать знак, который она увидит в течение 24 часов. И этим знаком будет велосипед. Была зима. Анна в течение 24 часов внимательно слушала и рассматривала пространство вокруг себя, ответ не приходил. Когда она пришла вечером домой, её муж включил телевизор и сразу попал на спортивный канал. А на нём были гонки на велосипедах!

Таким образом, ответ был положительный! Анна перешла на новую работу и стала гораздо лучше и свободнее себя чувствовать. Она была счастлива и стала более востребована в профессиональном плане.

Но могло бы случиться так, что Анна и не увидела бы никакого знака-велосипеда, значит, Ангелы её уберегли бы от лишних преград и мучений в развитии. Это произошло ещё и потому, что Анна верила в силу своих покровителей.

УРОК 3

Избавление от боли в вашем теле

Что происходит с вашим телом? С вашим телом может происходить что угодно: может быть боль непонятного происхождения, гуляющие тянущие боли, колики и ещё множество различных неприятных ощущений, причина которых может иметь давнее происхождение. Указанный метод позволит вам снизить боль или полностью её убрать.

ПРАКТИЧЕСКИЙ МЕТОД

Начните задавать себе вопросы.

1. Какие неприятные ощущения, боли есть в организме?
2. Где и когда находится причина боли в конкретном месте (пример, в левом локте)?

Сначала создайте тишину в голове (чтобы не было никаких мыслей). Затем задайте вопрос. Первая мысль, которая придёт в голову после этого вопроса — правильная. Также ваше тело может как-то по-своему отреагировать — допустим, покалыванием в этом или другом месте. Может вспомниться определённая ситуация (месяц назад был стресс на работе или конфликт дома), но вы в этой ситуации не смогли полностью высказаться или как-то ещё отреагировать, и негативная эмоция остаётся в теле, она может быть в любом месте (органе).

Попробуйте найти причину ситуации. Ложитесь удобно, кладёте руку на больное место и просто дышите глубоко, так, чтобы ваш живот поднимался и опускался. Если вы очень долгое время были в напряжении, то сначала можете ничего не почувствовать. Так лежать можно ровно до тех пор, пока не пройдёт боль в данном месте. Эта техника — тоже энергетическая: ваша рука даёт импульс больному месту, где есть перекос, и после приложения рук перекос выравнивается. Этот сеанс можно проводить раз в неделю или по необходимости.

УРОК 9.

Возврат энергии

ПРАКТИЧЕСКИЙ МЕТОД

Вспомнить все негативные ситуации, начиная с детского возраста и по сей день, и вернуть свою энергию из прошлого в настоящий момент, для своего развития, так как количество энергии, данное человеку, ограничено. Нужно написать список по годам.

Возьмите какое-нибудь яркое эмоциональное событие вашего прошлого. Такое воспоминание, которое до сих пор царапает вашу Душу. Предположим, это была ситуация, где вы испытывали яркие и сильные эмоции обиды, горечи и предательства. А теперь задумайтесь: любое событие, ситуация состоит из двух видов энергии — информационной части и энергетической. В информационной части записана как таковая информация рассматриваемого события, а в энергетической — мощность этого события, энергия действия. Мы будем работать со второй, энергетической частью.

Это значит, что информация о событии останется с вами, а энергия этого события сейчас будет изменена.

Любое событие мы можем представить на шкале линейного времени, кривая — это состояние ваших эмоций.

— Ограничьте конкретный случай четко фиксированным по времени началом — точкой А и концом, когда конкретная ситуация завершилась — точка Б.

— Провозгласите Намерение:

— Я ВОЗВРАЩАЮ ИЗ ЭТОЙ СИТУАЦИИ, ГДЕ Я ЗАТРАТИЛ(-А) ТАК МНОГО СИЛ, СВОЮ ЭНЕРГИЮ В ТОЧКУ НАСТОЯЩЕГО.

— Мысленно вспомните всю ситуацию, все детали и подробности этого события.

— Добейтесь такого воспоминания, чтобы вам казалось, что вы это заново проживаете, во всех нюансах. Это чувство не из приятных, снова проживать негатив из своего прошлого, но поверьте, оно

стоит того, чтобы от этого освободиться раз и навсегда! К тому же, ярко вспомнить это несложно, вы ведь подкачали более поздними воспоминаниями этого события.

— А теперь вспомним, что основной энергообмен идёт по энергетическому центру, который находится на 4 пальца ниже пупа. Это центр, связанный с эмоциями. Вообще-то, могут быть связи и на других уровнях, но этот несёт самую сильную связь, именно с ним мы и будем работать. Просто выразите Намерение, что возвращается ВСЯ энергия.

— Теперь начинаем делать дыхательные упражнения и поворачивать голову от левого плеча к правому при вдохе, и наоборот — при выдохе.

— Вдохи и выдохи должны быть не глубокие, обыкновенные. Иначе вы заработаете гипервентиляцию легких.

— Мысленно продвигайтесь по оси времени, проигрывая перед своим мысленным взором своё событие, представляйте, что:

НА ВДОХЕ — вы забираете свою энергию из такого же энергетического центра у действующих лиц вашего события;

НА ВЫДОХЕ — отдаёте со своего энергетического центра энергии этих людей (или одного человека, в зависимости от того, сколько действующих лиц было в вашей ситуации).

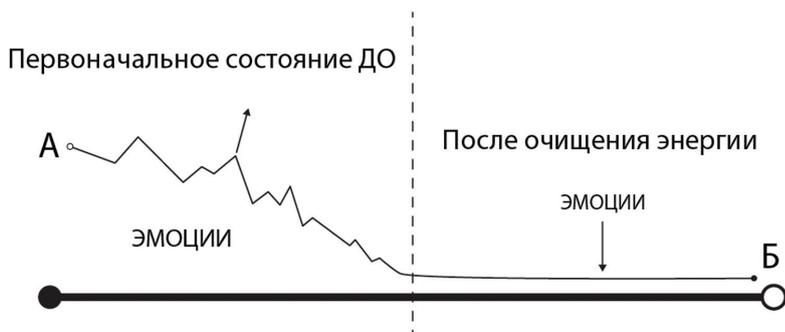
— **ОЧЕНЬ ВАЖНО:** энергия всем возвращается нейтральная, она не окрашена эмоционально этим событием.

— Визуализация такого обмена энергиями наступает достаточно быстро самым естественным образом, через какое-то время вы начнете ощущать, а потом и видеть эти потоки энергии.

— Пройдя таким образом несколько раз из точки А в точку Б, перестаньте «дышать» так, как это делали только что, перейдите на обычное дыхание, которое не связано с процессом разделения энергии, и мысленно пройдите по оси времени, проверьте свой результат от проделанных манипуляций.

— Если вы обнаружите, что события, которые вы вспоминаете, уже не вызывают внутри у вас боли, обиды, гнева — всех эмоций, которые вы испытывали прежде, вспоминая эту ситуацию, это означает, что всё сделано правильно.

Обратите внимание на то, что когда вы тщательно отработаете ситуацию, полностью возвратите свою энергию в точку Настоящего, как изменяется ваше восприятие проработанного события. Что всегда лишает человека трезвости восприятия? — Только эмоции. Если мы эмоциональны, то не можем уловить истинных смыслов ситуации. Человек, находящийся под властью своих эмоций, смотрит на Мир, на других людей через призмы своих страхов и комплексов, не видя истинной картины. Именно эти искажения представляют собой рабочий материал Судьбы.



Если вы таким образом рассмотрите все свои ситуации прошлого, сделаете правильные выводы, получите свои дивиденды из этого в виде возвращённой в Настоящее энергии, и, что не менее важно, — осознаете все свои уроки, вы получите колоссальный скачок своей личной эволюции. Думаю, никому не нужно объяснять, что это такое. Через некоторое время начинаешь очень четко улавливать, сколько времени нужно заниматься, тело само подсказывает. Если мало — хочется ещё позаниматься, а если много — возникает чувство дискомфорта, нежелания продолжать. Нужно чутко прислушиваться к себе, никогда нельзя заниматься через силу, это нужно делать с удовольствием.

Когда вы закроете все дырки, куда уходит ваша энергия, у вас появится настроение делать и быть!

ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Мария вышла замуж в 18 лет, а всё потому, что она быстрее хотела уйти из ненавистного ей родительского дома. Она родила ребёнка и узнала, что её муж оказался непорядочным человеком. Мария долго с ним мучилась и через какое-то время развелась. Она осталась одна с ребёнком. Второй раз замуж не собиралась, т.к. не хотела повторения истории. У Марии всегда было плохое настроение, не было сил и здоровья, потому что она потеряла радость жизни в проблемах с бывшим мужем. Узнав про возврат энергии, Мария начала заниматься по мере своих сил. Она возвращала всю свою энергию, вспоминала все ситуации, где она чувствовала, что её энергетику кто-то пробивает. То есть она вспоминала все негативные случаи из своей жизни, начиная с детского возраста. За год она вернула всю свою энергию. Марина перешла на другую работу, более интересную и высокооплачиваемую, стала жить легче и счастливее, вышла замуж второй раз и родила второго ребёнка.

УРОК 10.

Эгрегоры

Рассмотрим довольно типичную жизненную ситуацию. Например, вас мучает один и тот же вопрос: «Почему он (она) меня бросил и ушёл к другой?».

Если вы это ощущаете, то вы попали под влияние эгрегора ПОКИНУТЫХ ЖЕН/ МУЖЕЙ. Да, это неприятная ситуация, но её можно подправить.

