

*Алёна Тюрина*

*Я ничего  
не обещаю*



*Книга о внутренней  
свободе, спонтанности  
и честности с собой*

Алёна Тюрина

**Я ничего не обещаю. Книга  
о внутренней свободе,  
спонтанности и честности с собой**

«Издательские решения»

**Тюрина А.**

Я ничего не обещаю. Книга о внутренней свободе, спонтанности и честности с собой / А. Тюрина — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-747095-1

Это «живая», так ее называют, книга, о том, как быть верной себе и делать свою реализацию будучи счастливой в отношениях. Откровенно о первом, самом сложном годе супружеской жизни, о том, как не потерять себя в замужестве, о любви и вере в своего мужчину.

ISBN 978-5-44-747095-1

© Тюрина А.  
© Издательские решения

## Содержание

Противопоказания как вступление	7
Прощай, боль, ты мне больше не нужна	8
Пути у всех разные, цель – одна	8
Свобода	9
Быть целой	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Я ничего не обещаю Книга о внутренней свободе, спонтанности и честности с собой

Алёна Тюрина

© Алёна Тюрина, 2017

ISBN 978-5-4474-7095-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



Моя душа очень признательна за возможность быть сейчас здесь и писать эти строки, благодарна за возможность делиться. Быть здесь, на чудесной Земле, в красивом и здоровом теле, быть женщиной, рожденной в сказочной стране, с сильнейшими родовыми корнями и всемогущей памятью предков.

Я благодарна всем своим учителям и всем людям, которые, сами того не подозревая, сыграли в моей жизни особую роль и помогли мне узнавать себя и постигать свой опыт в ощущениях.

Благодарю мужа. Я просила Бога скорее его встретить, и вот он здесь, и я могу спокойно делать свою реализацию, чувствуя себя самой любимой и желанной женщиной.

Благодарю своих друзей, особенно Наталию Сергиеву, которая является моим учителем и мастером, а теперь еще и близкой подругой. Сейчас мы партнеры по реализации и вместе проводим тренинги и семинары. Она помогла мне завершить поиск самой себя и поддерживала меня в написании этой книги. Я благодарю Ошо, семью Рерих, Микао Усуи, Марину Таргакову, Олега Торсунова, Александра Палиенко и всех-всех, кто так или иначе помогают мне идти дальше, щедро делясь своей любовью и знаниями на каждом из этапов моего роста.

Благодарю своих любимых родителей, которые стали для меня и учителями и отправными точками на пути духовного роста, так как именно вопросы отношений с ними так рано разбудили мою душу к поиску.

А теперь я обращаюсь к читателям. Благодарю за Ваш интерес и открытость. Я буду рада помочь Вам, как когда-то помогали мне. Но не стоит воспринимать эту книгу как руководство

к действию. Это всего лишь мое восприятие мира, а глаза у всех разные. Не нужно думать, что истина моя является истиной для всех. Но, возможно, эта книга расширит Ваше представление о реальности и поможет посмотреть на некоторые вещи с совершенно другой стороны. Я желаю Вам удачи в обретении своего спокойствия и счастья.

Ваша искренняя, смелая и рискующая всем ради честности с собой, Алена Тюрина.

## Противопоказания как вступление

Должна предупредить, дорогой мой друг, что я не совсем писательница. Я скорее путешественница, исследователь и просто душа, основной жизненной задачей которой является рост, духовный и личностный. Я пишу это вступление, чтобы сэкономить Ваше время и сохранить Ваш покой, на случай, если окажется, что мое восприятие мира кардинально расходится с Вашим, чтобы Вы лишний раз, читая мою книгу, не мучили себя чувствами непонимания к тому, что Вам здесь встретиться. Каждое слово в этой книге, очень важное и ни одно из них нельзя выкинуть, это такая выжимка мысли, без какой либо воды, так как я очень люблю стройность и четкость во всем, и не люблю терять время, ни свое, ни чужое. Так что это не роман, который можно взять в отпуск, чтобы ни о чем не думать, это скорее информация для глубокого размышления, возможность понять «другой» способ мышления и примерить его на себя.

Скорее всего, моя книга предназначена больше для женщин, чем для мужчин, но и мужчинам, думаю, будет не лишним, но только для тех, кто уже хоть немного знает о мужской зрелости.

Но, предупреждаю, в книге я часто обращаюсь именно к женщинам, так что не обижайтесь, а лучше, если Вам понравится, дайте почитать своей любимой, это все для ее роста, помогите ей стать вашей Богиней.

Эта книга очень трансформирующая, и если у Вас нет готовности что-то в своей жизни менять, лучше ее не читать. А то получится, что механизм трансформации запущен, все что раньше не видели – станет явным, а сил свою жизнь менять нет. Придется тогда с этим жить, а жизнь уже не будет такой терпимой как раньше. Иногда приятнее жить с плохим освещением, чтобы не видеть, насколько в доме грязно и грустно. Ведь все трансформации требуют усилий, а лежа на диване, ничего не меняя в жизни, можно так и остаться очень умной, но очень несчастной.

Эта книга живая, я это заметила, когда она рождалась через меня – она сама как будто создавала жизненные ситуации, которые нужно было проходить и расти мне самой, чтобы я потом, собрав все чувства и слова воедино, писала все новые и новые главы. Она как ребенок, росла со мной, и в какой-то момент было пора ее выпускать наружу, для работы.

Сначала, правда, я и сама не осознавала, какую ценность имеет моя книга, и до сих пор я многого о ней не знаю, но я просто слушала свою интуицию и собирала эту книгу, как бусы, по одной главе – бусинке, стараясь ничего не потерять. Вместе с ней я начала в полной мере делать свою реализацию, то есть смогла изменить свою жизнь так, чтобы быть в служении людям и не тратить жизненное время зря. И теперь уже я женщина-учитель, и некоторые люди, даже не зная моего нового дела, интуитивно приходят ко мне с просьбой о помощи. И часто бывало, что мне хотелось посоветовать им прочесть мою книгу, а она была еще не готова.

С этой книгой я вышла замуж, сменила место жительства, род деятельности, и много-много всего. Сейчас подходит к концу ее сотворение, и скоро она будет доступна всем желающим. А вместе с ее завершением кончается и особый этап в моей жизни – этап выхода в изобилие, в новое измерение, в жизнь, автором которой являюсь именно я, мое высшее Я, а не внешние обстоятельства и мое эго. Вы сможете наблюдать какие темы я прорабатывала для подготовки к переходу, возможно, мой опыт поможет в чем-то и Вам.

Желаю Вам счастья и каждому, читающему эти строки я посылаю любовь и ангелов в помощь!

## **Прощай, боль, ты мне больше не нужна**

### **Пути у всех разные, цель – одна**

Вот уже несколько дней я снова сплю и чувствую вкус воздуха, прикосновения и слышу голос из своей груди. Сплю – да, именно сплю, я поняла, что все мы спим, когда умирала после неудачно сделанной операции. Чтобы понять, как это ощущается – как ощущается то, что вот-вот душа покинет тело – постарайтесь вспомнить как вы засыпаете – то ускользающее ощущение присутствия, меняющееся воздушными, фантастическими снами.

Любимый забрал меня из больницы, увез, спас, выкрал, не знаю, что и как это было точно, но он сделал так, чтобы этот ужас прекратился, и нашел для меня хорошего врача в частной клинике, на порог которой я буквально втекала в теплом домашнем халате и сланцах – не переодеваясь, прямо как была, с больничной железной кровати. Я держалась за стойку ресепшена, не могла сказать ни слова, но думаю, в моих глазах все хорошо читалось – что меня срочно нужно спасать. Еще пару дней боли и все стало лучше – хотя «лучше» здесь не уместное слово, потому что было просто никак.

Такое «обнуление» не случайно – моя жизнь как будто разделилась этой трещиной в судьбе – на две. Две жизни – свободную жизнь до замужества и еще более свободную жизнь – после. Роспись в загсе намечена на сентябрь, сейчас июнь, но именно рождение семьи было вот тогда, во время этих передрыг, знаете, как ребенок сначала рождается, а потом его рождение оформляют документами.

Из клиники я прямиком попала в нашу новую квартиру, общую, а до этого мы жили каждый за себя. Операция была по вырезанию гнойного образования в районе паха – все пошло от воспаления лимфоузла – но я то знаю, что все это было только процессом удаления из моего тела боли, гнева, страха, обиды, разочарования, слез и всего того, что было сложного и печального на моем пути к счастью.

## Свобода

Эти три слова – любовь, свобода, счастье. По сути это одно и то же, и в эту же корзину можно положить еще все-все, что связано со словом Бог. Свободной в городе стать непросто – вот так удивительно устроен наш мир, что люди, которые никогда не видели в своей жизни самолетов – самые свободные, хотя и не знают о свободе полетов по всему миру всего за несколько часов; а те, кто никогда не слышал новости из телевизора и не читал книг – знают о жизни больше, чем профессора в университете.

Последние 10 лет я посвятила тому, чтобы стать счастливой, свободной, любящей. И я не помню, какой была раньше моя жизнь. Я только помню смысл всего со мной происходящего – из «хрустальной вазы»\*\* моего тела, из моей головы посредством разных удивительных приключений выгоняли все разрушающие эмоции, все, что было нездорового, зачем-то накиданного в меня за время моего взросления.

Насколько было возможно быстро, я очищала все внутри, поскольку знала, что все, что нужно, спрятано там, на дне, под моим эго, под грязью и под мусором. Мне бы хотелось, чтобы никто никогда не болел и не попадал в трудные ситуации, но как же, если не так, мы понимаем, куда нам идти. А мне хотелось быстро.

Почему-то с самого детства я слышу в своих ушах, как тикает время – как будто у всех остальных времени больше, чем у меня, не понимаю, почему все так медленно живут – ведь так мало у нас времени, и так много дел, и никогда нам всего не успеть... Вы слышите это тиканье?

\*\* такое прозвище мне дали в больнице – хрустальная ваза – красивая, хрупкая, прозрачная

За время пока я росла, мне стало понятно, что да, для счастья важно, чтобы было, что кушать и во что одеться – не всегда это у меня было, я знаю, как по-разному бывает. Важно жить комфортно, легко и свободно, чтобы никто не нарушал твоих границ и чтобы тебе твое жилье нравилось. Важно иметь хорошие отношения со всеми вокруг и с собой в первую очередь – не обижать себя, скажем так, а лучше любить. И уж точно я думала, что счастье найдет меня тогда, когда найдет меня мой будущий муж.

Чтобы не было иллюзий – это не так. Скажу честно – есть спокойствие, радость, любовь, нежность, ощущение безопасности, но все еще не было того ощущения полноты, которое мне однажды посчастливилось попробовать. Не буду вас томить – секрет счастья в том, чтобы создать себе комфортные условия жизни в любви и... заниматься делом, ради которого вы родились. Раньше, чем вы этим делом займетесь – целой вам себя не ощутить.

## Быть целой

Ничего не нужно больше человеку для счастья – только быть гармоничной личностью. Полной, круглой, как шар, как яблоко, неоткусанное яблоко. Попробую поделиться этим чувством через буквы – много, очень много энергии, независимо от усталости. Это сладко, по – девчачьи сладко – а может у мужчин другой вкус счастья – не знаю. Радость. Ну конечно, радости море, брызжет радость и очень спокойно, светло и не важно все остальное, происходящее в жизни не важно, когда есть это счастье – жить в потоке, быть потоком, слиться с жизненной рекой и не мешать веслами своего характера.

Сколько помню себя – с самого начала я помнила, для чего я сюда пришла. Ну, в этот мир, вы понимаете.. Настолько хорошо все это помнила, что порой меня это довольно пугало – мне казалось, что я никогда не смогу это сделать. Мне было сложно даже думать об этом, смотреть на это, принимать свои видения во внимание.

Я не боялась казаться сумасшедшей – не думаю, что это проблема, скорее наоборот. Видеть эти всплывающие перед глазами картинки, как будто кадры из фильма, который перед рождением мне показали. Красочного фильма, наверное, для того, чтобы лучше все помнить, что и как должно быть, что конкретно я должна сделать, пока жива.

У всех разные реализации – но все они направлены на служение людям. Слышали об этом? Что-то религиозное слышится в этом, конечно, это и есть истинная религиозность – быть собой, слышать свою душу и делать то, что она просит.

Кто-то моет полы с такой любовью, что комната начинает петь, ведь это тоже служение. И все, что приносит вам радость – все, что вам нравится делать, даже если вам за это ничегошеньки не заплатят – это и есть ваше самое любимое. Это и есть ваш путь.

Есть люди, которые, как Айрис Апфель, показывают, что даже в городе из бетона можно слышать интуицию и быть личностью. А кто-то ведет людей дальше – за пределы личности и как, например, Ошо, показывают свободу за гранью характера, освобождают от вашего «Я».

Кстати, быть на пути своей реализации и не сходить с ее «рельс» можно только, переступив эту черту. Пока Вашей жизнью управляете Вы сами – это конечно неплохо, но есть управляющий определенно лучше любого из нас – само Бытие, Ваше высшее Я. Это и есть Вы, но сидящий на небесах в это самое время. Это и есть Вы, но которому все гораздо лучше видно свысока.

## **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.