

Lera Delaveine

Мечты  
сбываются  
Всегда!

для девушек всех возрастов

**Lera Delaveine**  
**Мечты сбываются всегда!**  
**Для девушек всех возрастов**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=55850149](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=55850149)  
ISBN 9785005100115*

**Аннотация**

Книга «Мечты сбываются всегда!» написана исключительно для женщин. Lera Delaveine делится личным опытом, как превратить любую мечту в реальность. Книга представляет собой практическое руководство с конкретными шагами к действию. Автор ставит целью не только помочь девушкам понять и реализовать истинные желания, но и обрести женское счастье.

# Содержание

Моя дорогая!	5
Я писала эту книгу с намерением, чтобы её прочла именно ты.	6
Дорогая, отнесись к этой книге как к практическому руководству	7
Стать Женщиной	9
Как женщине снова научиться чувствовать?	11
Как правильно проявлять негатив?	13
Взять ответственность на себя	14
Попросить прощения за негатив	15
Спустись на землю, вспомни, что ты просто Женщина	16
Ослабь хватку, дорогая!	17
Научиться наслаждаться	21
Главное отличие женщины – это умение наслаждаться	22
Принять реальность	25
С чего начинается принятие настоящего?	28
Осознай, что в мире есть нечто большее, чем твоё Эго	30
Веришь ли ты в Бога?	31
Увидеть истинные желания	37
Конец ознакомительного фрагмента.	38

**Мечты сбываются всегда!**  
**Для девушек**  
**всех возрастов**

**Lera Delaveine**

*С благодарностью родителям, Богу и моим учителям  
Посвящается любимым девочкам*

© Lera Delaveine, 2020

ISBN 978-5-0051-0011-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Моя дорогая!

Эта книга написана для тебя. В ней я делюсь самым ценным и сокровенным. Я надеюсь, что мой личный опыт позволит тебе взглянуть на твою жизнь под другим углом и реализовать самые смелые желания! И если Вселенная направила моё творение в твои руки, значит оно поможет тебе изменить жизнь к лучшему.

Сколько себя помню, меня называли мечтательницей. Я родилась в Сибири. Фразу «ой, любишь ты помечтать!» я слышала еще в посёлке Полысаево Кемеровской области, где провела детство и юность. Сейчас слово «мечтательница» вызывает у меня улыбку, потому что, оглядываясь назад, я осознаю, что практически все мои невероятные мечты сбылись. Я пережила и голодные студенческие годы, и бесконечные поиски работы, и множественные неудачные отношения, и много еще того, о чем писать не хочется. Последние десять лет я живу в Париже, имею французский диплом, работаю в крупнейшей компании в индустрии люкс. Об этом когда-то я только мечтала. Я реализовала даже то, о чем не смела думать.

# **Я писала эту книгу с намерением, чтобы её прочла именно ты.**

В ней я хочу поделиться с тобой моими секретами и моими ошибками, за которые дорого заплатила, чтобы ты их не совершала. Много лет я активно занималась духовными практиками и саморазвитием. Эти знания помогли мне переосмыслить мой жизненный опыт.

Между нами девочками, сегодня все кругом учат какой-то философии. Море книг, тренингов, марафонов о том, как правильно жить, но кто живёт правильно? И кто скажет, что делать прямо сейчас? Я постараюсь в книге не лить воду, а написать о главном. Дать тебе конкретные шаги к действию.

Все хотят изменить свою жизнь, но мало кто хочет её менять. Ценность имеет только личный проверенный опыт, а не пустая философия «Мечтай и сбудется!», «Верь в себя!», «Люби себя!». В моей книге ты узнаешь простые способы, как воплотить мечту в реальность. Я смогла сделать это. Если получилось у меня, значит ты тоже сможешь!

# Дорогая, отнесись к ЭТОЙ книге как к практическому руководству

Пусть мои знания помогут исполнить твои мечты, поверить в себя и самое главное позволят тебе понять как стать счастливой! Ведь исполнение заветного желания не всегда гарантия счастья.

Мы разберём подробно каким образом

- Стать Женщиной
- Научиться наслаждаться
- Принять реальность
- Увидеть истинные желания
- Визуализировать
- Очистить пространство
- Закрыть долги
- Стать благодарной
- Поднять стандарты
- Двигаться к мечте
- Преодолеть страхи
- Получить энергию
- Принять мечту

Это условные шаги, о которых я узнала не только от учителей по личностному и духовному развитию. Они непременно приведут тебя к мечте. Я их проверила на практике.

## **Они работают!**

Поэтому приготовь красивую тетрадку для записей на протяжении чтения и начинай работу волшебницы, творящей собственную судьбу. И процитирую слова Пауло Коэльо:

«Если ты чего-то действительно хочешь, то вся Вселенная стремится к тому, чтобы твоё желание исполнилось»!

Ну и наконец, пусть это будет для тебя забавным чтением, от которого ты получишь массу удовольствия и вдохновения.

Итак, вперед к исполнению мечты...

# Стать Женщиной

Начинаем мы первый этап с самых основ.

Моя Дорогая, если ты еще об этом не слышала, то знай, что твоя сексуальная энергия – это огромная сила. Даже материальные блага приходят к нам через сексуальную энергию. Но речь идёт совсем не о сексе.

**Осознание себя Женщиной есть принятие сексуальной энергии в нас и женственности. Поэтому начни с того, что ты – Женщина!**

Вот так банально, но, увы, не так просто. За годы советской власти, где понятие «Женщина» приравнялось к понятию «Товарищ», мы, воспитанные нашими мамами и бабушками, слегка утратили понятие женственности. А тут еще с Запада привалили равенство полов, гомосексуализм и свободный секс. Путаница полная. Мы утратили не только понятие женственности, но даже женская сексуальность приобрела оттенок пошлости.

Если же тебе кажется, что женственность – это про длинные косы и юбки в пол, то почитай «Предназначение быть женщиной» Ольги Валяевой. На мой взгляд, женственность не об этом.

**Женственность – это мгновенное осознание и проявление полной гаммы чувств.**

Ты говоришь и проявляешь то, что ты чувствуешь, немедленно. А это означает, что ты не зависаешь в этом, не подстраиваешь свою реакцию и не заморачиваешься о последствиях.

Правильная девочка грузится тем, что она сказала вчера, прокручивает снова и снова в голове сценарии прошлого и будущего. Женственная может позволить себе быть душой в любой момент. Она просто разводит руками с улыбкой «ой, ошибочка вышла!». И переключается.

Это не означает, что ты не способна контролировать эмоции в последствии и брать ответственность за твою реакцию. Мы говорим не про эмоциональную зрелость. Речь идет о том, что прежде всего ты должна научиться осознавать твои чувства. Кажется, что проще? Увы, большинство женщин или не умеют это делать, или забыли напрочь.

# Как женщине снова научиться чувствовать?

**Женственность – это не о том, чтобы что-то делать. Это состояние быть здесь и сейчас.**

Только при этом условии ты можешь чувствовать и сразу осознавать твои чувства. Если ты прокручиваешь в голове картинку того, кем ты должна быть или казаться, то ты теряешь себя. Если ты сидишь мысленно в воспоминаниях о прошлом или мечтах о будущем, то ты не можешь осознавать твои чувства сейчас. Ты ушла гулять по луне. Поэтому лучшая техника для развития женственности – это говорить себе постоянно:

**«Я – женщина. Что я чувствую прямо сейчас?»**

Особенно, когда ты растеряна и в тупике. Оглянись вокруг. Где ты сейчас находишься? Почувствуй своё тело, почувствуй окружающие предметы, обрати внимание на людей рядом. Как ты себя чувствуешь в это мгновение?

Возьми твою красивую тетрадку и запиши эти чувства.

И как только ты научилась осознавать чувства, ты должна начать проявлять их напрямую, не задумываясь о послед-

СТВИЯХ.

– Яша, я должна Вас предупредить, что через тридцать пять минут вернётся мой муж.

– Ну и что? Я ведь таки ничего не делаю!

– Вот именно! А время-то идёт...

# Как правильно проявлять негатив?

С позитивными чувствами обычно все понятно. А что делать, когда из тебя выходит говно? Как не испытывать чувство вины и не стать больной истеричкой?

– Марк Соломонович, и шо это Вы не в настроении?

– Сегодня поехали с Розочкой разводиться...

Не доехали.

– Шо так?

– Поругались...

Есть две простые техники эмоциональной зрелости: взять ответственность и попросить прощения.

# **Взять ответственность на себя**

Что это значит? Это значит, что твои чувства принадлежат только Тебе. Другие люди в них не виноваты. Ну реально, не виноваты они.

**Твои чувства – только твои!**

Поэтому вместо фраз «ты меня бесишь!», «ты козел!», «как ты мог!» надо честно сказать «я бешусь!», «мне обидно!», «я не могу это принять!». Иными словами, взять ответственность за чувства и эмоции, которые ты испытываешь, не перекладывая вину на других.

Жена мужу в маршрутке:

– Изя, ты кобель, ты бабник, ты ни одной юбки не пропустишь!

Рядом стоящая женщина:

– Простите, вы мужа ругаете или рекламируете?

# Попросить прощения за негатив

Как это? Просто сказать «Прости». «Прости, я раздражена!», «Прости, но я в бешенстве сейчас!». Вот и всё. Этого более, чем достаточно.

**Ты берёшь ответственность только за твои чувства. Чувства других людей не являются твоей зоной ответственности.**

Прикинь! Не веришь? Даже в религии, говоря о Боге, мы говорим о свободе воли. Что это такое? Бог дает тебе право выбирать самой, как жить, что чувствовать, как поступать. Представляешь, Бог не берет на себя ответственность за то, что Маша психует на ситуацию. А ты умудряешься испытывать чувство вины за то, что кому-то вчера испортила настроение! Ты круче Бога?

# **Спустиись на землю, вспомни, что ты просто Женщина**

Помимо чувства вины за свои эмоции, женщине мешает чувствовать реальность излишний контроль. Тебе все время кажется, что если ты не сделаешь это сама, то мир рухнет. Ты постоянно контролируешь ситуацию, контролируешь других людей, их мысли и поступки, проигрываешь варианты событий, словно у тебя в руках ручка, которую нужно постоянно вращать, чтобы Земля крутилась вокруг Солнца.

# Ослабь хватку, дорогая!

А лучше просто отпусти эту ручку и посмотри на то, как мир остановится. Вот прямо сейчас. Давай, сделай это. Отпусти эту рукоятку!

И представляешь, мир не остановился! Реки текут туда же, люди живут своими заботами, Земля по-прежнему вращается вокруг Солнца.

Остановилась только ты и вошла в состояние Быть.

**Запомни: ты ничего не контролируешь в мире!**

Еще раз, ты не контролируешь чувства, эмоции, мысли и поступки других, даже если это твои дети!

Ты ничего в этом мире не можешь контролировать.

Вот останови дыхание. Сколько продержишься? Вот и весь твой контроль над миром. Это не в твоей компетенции. Единственное, что ты можешь контролировать это твои чувства и мысли. Каким образом? Просто их осознавая каждую секунду.

*Мама кричит из окна сыну:*

*– Сёма, иди домой!*

*– Мама, я замерз?*

*– Нет, ты хочешь кушать!*

Возьми красивую тетрадку, обдумай и запиши то, что тебе

больше не надо контролировать в этом мире. Где ты вышла за границы зоны твоей ответственности? Честно.

Помимо повышенного контроля над миром, у современных женщин есть еще одна разрушительная черта характера, которая мешает осознавать и проявлять чувства, – это так называемое умничанье.

### **Хватит Умничать и учить жизни!**

Как говаривала тётя Соня, душой быть сложнее, слишком много конкуренции. А если серьезно, то мы знаем, что девочки быстрее развиваются в ранние годы, и в детстве кажется, что они умнее мужчин. Потом они идут в институты, где узнают кучу ненужной информации.

Мне запомнилась одна мужская фраза:

«Докторская диссертации не мешает женщине оставаться душой».

О чём это? А том, что если тебя не спросили, молчи, милая! Не стоит раздавать бесплатных советов, принимать решение за других и вообще жить жизнью других людей. Ты несешь ответственность только за себя.

**Желание брать ответственность за других, учить всех жить – это гордыня.**

Гордыня – это то качество, которое сложнее всего увидеть самостоятельно в себе. Что это такое? Умничанье, желание раздавать советы, учить всех жить, когда тебя не просят, когда ты считаешь, что твоё мнение правильнее, когда тебе виднее, как другим надо поступать. Ты ставишь себя выше других неосознанно. Именно в этот момент ты вылетаешь из внутреннего состояния Быть Женщиной, которая чувствует. Ты становишься бравым солдатом, который рвётся в бой. Ты теряешь женственность. Когда подруга ноет и жалуется о проблемах, просто спроси себя «что я чувствую сейчас?». И возможно, вместо умных советов, как жить, ты сможешь её просто обнять и сказать «Я с тобой, не переживай! Я люблю тебя».

*Две одесситки:*

*– Роза, как тебе нравится моё новое платье?*

*– Извини, Сара, я спешу, мне сейчас не до скандалов!*

**Мы не имеем права вершить судьбы других людей. Запомни!**

**Ты в ответе только за твою судьбу.**

И когда у тебя возникает желание поумничать, напоминай себе просто, что ты -дура.

Запиши эту фразу в красивую тетрадку:

Я – Дура!

**Итак, первый шаг на пути к любой мечте: осознать свою Женственность.**

Ты просто женщина. Ты доверяешь контроль над жизнью Высшим Силам, ослабляешь хватку, осознаешь твои чувства и эмоции, берешь ответственность только за себя, не испытываешь вины.

Идем дальше...

# Научиться наслаждаться

Дорогая, я знаю, что тебе не терпится, но прежде чем подойти к теме желаний, давай поговорим о другом важном женском качестве.

# **Главное отличие женщины – это умение наслаждаться**

Если ты не можешь остановиться в моменте, насладиться чем-то здесь и сейчас, то никакое желание, никакая реализованная мечта никогда не сделают тебя счастливой. Запомни это! Никогда.

**Ты должна наслаждаться жизнью Сегодня!**

Как научиться наслаждаться жизнью до исполнения каких-то желаний? Во-первых, убрать спешку. Эта вечно бегущая, вечно спешащая женщина, вечно все делающая второпях, словно сзади кто-то подгоняет. Перестань спешить. Куда ты торопишься? На кладбище успеешь. Остановись и оглянись на свою жизнь. Будь в ней сегодня. Ведь пока ты бежишь куда-то, ты пропускаешь дни, месяца, годы мимо. И даже если твои цели и желания реализуются, ты в спешке не успеваешь получить удовольствие.

**Позволь себе роскошь не спешить!**

Не спешить поесть, не спешить на работу, не спешить с работы, не спешить в очереди в супермаркете, не спешить, делая уборку.

**Делай меньше, но никогда не торопись.**

И второе, что мешает женщине наслаждаться жизнью сегодня, это позволение. Да, ты должна позволить себе наслаждаться! Чтобы получать наслаждение от жизни, не надо иметь много. Можно наслаждаться солнечным светом, идя по городской улице, чашкой кофе, тёплой ванной, своим отражением в зеркале, хорошей книгой, да чем угодно. Но если ты не позволяешь себе насладиться самым малым, то от бриллиантов и яхт ты точно не сможешь кайфовать. Ты просто впадёшь в состояние комы как паралитик. Да, именно так и будет!

**Наслаждаться жизнью – это нормальное состояние для женщины.**

Поэтому прежде, чем приступать к реализации желаний, составь список того, от чего ты можешь получать удовольствие прямо сегодня, прямо сейчас. Почувствуй это. Каждый день, начиная с этого момента, акцентируй внимание на получении удовлетворения, кайфа, наслаждения, радости от маленьких вещей, от маленьких ситуаций. И пусть этот список растёт ежедневно, пусть таких вещей будет больше. И позволяй себе это!

**Пусть растёт ежедневно глубина твоего**

## **наслаждения от жизни.**

Помимо списка Наслаждения, составь список Отвращения. Для чего? Не надо его перечитывать с утра до вечера и медитировать на него. Просто посмотри на список и подумай, что ты можешь сделать, чтобы уменьшить его влияние? Например, вряд ли чистый пол будет в списке твоих наслаждений, но вот грязный в список отвращений может попасть, значит реально стоит тратить время на мытье полов. И если ты думаешь, что чистый пол не влияет на твоё настроение, то увы, мы женщины такие, на нас влияет!

Перед тем как, чем читать дальше, запиши в красивую тетрадку:

– мой список наслаждения сегодня

– мой список отвращения сегодня

Постарайся собрать хотя бы десять пунктов в каждом. Список наслаждения можно пополнять бесконечно, поэтому оставь пустое место в конце для записей.

# Принять реальность

Итак, ты женщина. Ты наслаждаешься сегодня мелочам. Следующий момент до перехода к желаниям – это наша точка отсчета «Сегодня». Многие из нас наступают годами на одни и те же грабли. Вспомни твои истории. Возможно, внешне они отличаются, но, если ты посмотришь вглубь, то заметишь, что твои проблемы это словно хождение по одному и тому ж кругу.

**Прошлое не равно будущему только при одном условии – перемена в настоящей точке.**

В любой момент времени, вне зависимости от твоего возраста, здоровья, финансового положения и прочих проблем, ты можешь принять решение, какой будет твоя жизнь завтра.

Решение, само по себе, это просто мысль или слова, не имеющие особой силы до тех пор, пока ты его не подкрепишь намерениями и действиями. Но вот именно здесь есть один секрет. Может быть, ты принимала решения ранее, начинала активно менять жизнь, но твои напрасные усилия незаметно вернули тебя на привычный круг. Почему так происходит? Мы хотим перемен, потому что не принимаем нашу реальность, а изменить реальность можем, только её приняв. Вот такой парадокс.

У нас с детства в голове формируется шаблоны мышления, поведения, действий. Наш мозг ленив. Он всё упрощает, загоняя в кратчайшие схемы, чтобы не тратить лишнюю энергию. Такой энергосберегающий режим функционирования. Это очень полезно, когда мы открываем на автомате дверь, чистим зубы и совершаем прочие действия, не задумываясь. Это позволяет нам делать несколько дел одновременно или вести интересный диалог в голове с самой собой, пока наши руки, например, моют посуду.

К сожалению, принятие реальности для большинства людей является такой же шаблонной схемой. Когда ребёнок рождается, ему очень интересен мир. Его день длинный, всё новое для него. Мозг и весь организм развиваются с невероятной скоростью. Ребенок растёт не по дням, а по часам. Но с каждым годом скорость развития замедляется, ребенка загоняют в рамки «программы». Его заставляют каждый день выполнять неприятные для него действия: от чистки зубов по утрам до отсиживания за школьной партой. Его организм противится. Мы говорим ребёнку «вот закончишь уроки и пойдёшь играть», «вот сдашь экзамены и пойдёшь на каникулы», «вот окончишь школу», «вот станешь взрослым»... У ребенка формируется сознание, что где-то завтра начнётся его жизнь. И когда он становится взрослым, он продолжает на автоматизме жить этим сознанием: «вот окончу институт», «вот выйду замуж», «вот рожу», «вот дети вырастут», «вот выйду на пенсию»... Никто не говорил нам:

**Живи здесь и сейчас, дура! Завтра не существует!**

При этом даже в Библии, написанной более тысячи лет назад, сказано «просите на день грядущий». Все религии мира, все духовные учителя учат нас жить здесь и сейчас. Только принимая этот настоящий момент, мы можем изменить наше будущее.

# **С чего начинается принятие настоящего? С принятия наших родителей**

Какой бы ты себя умной не считала, ты состоишь на 80—90% из мировоззрения твоих родителей. Даже если ты этого не замечаешь в себе. Когда мы были маленькие, для нас родители (или те люди, кто нас воспитывали) были по сути богами. От них зависело всё. Мы были не способны позаботиться сами о себе. Становясь старше, мы начинаем критиковать, не понимать и не принимать наших родителей, тем самым мы выражением неосознанно наше непринятие мироздания и Бога.

Ну, реально, что за мир он устроил? Почему я хожу с брекетами, а у Машки ровные зубы? Почему у кого-то есть сестра и собака, с которой можно поиграть, а у меня нет? Почему Наташка едет с родителями на море, а мои вечно на работе? Ну не справедливо же?!

Наш растущий эгоизм противится мирозданию и пытается его под себя подмять. Родители пытаются подогнать ребенка под свои стандарты, а дети, в свою очередь, сделать их удобными для себя, при этом формируя в голове мысль, что когда я вырасту, мир будет мне подчиняться. Этого никогда не происходит.

Шаг первый – это осознать.

# **Осознай, что в мире есть нечто большее, чем твоё Эго**

Этот мир существовал миллионы лет до твоего рождения и будет существовать после твоей смерти.

**Ты пришла в этот мир через твоих родителей  
и благодаря им.**

Ты по большей части состоишь из твоих родителей, а они такие же люди. Ты не управляешь другими людьми. Даже Бог не управляет чьим-то выбором. Человек выбирает сам. Ты берёшь ответственность только за твои чувства, только здесь и сейчас. Ты принимаешь себя как частичку и соучастницу этого огромного мира. Мир неидеален с твоей точки зрения, но больше и дальше видеть тебе не дано.

А теперь не религиозный вопрос:

# Веришь ли ты в Бога?

Бог – это условное понятие. Можешь назвать это Высшими Силами, если хочешь. Итак, представь, что Бога нет. Представь, что нет никакого высшего разума! Наша жизнь – это просто период времени между рождением и смертью. Всё в жизни – это случайность. Закономерность и судьба не существуют. Никто нас не защищает свыше. Каждый одинок во Вселенной. Мы просто набор клеток. Закрой глаза и представь это на минуту. Давай. Представляй! Как ты себя чувствуешь в такой реальности? Хочется ли тебе жить в таком мире? Подумай об этом.

А теперь снова закрой глаза и представь прямо противоположное. Представь, что этот мир создан Богом. Есть Высшая Сила, которая любит и оберегает тебя. Каждое испытание не случайно. Это уроки, при успешной сдаче которых, будет награда. Вся земля наполнена любовью и энергией Творца. Каждый твой шаг охраняется и имеет смысл. Твоя жизнь не начинается рождением и не заканчивается смертью.

Закрой глаза и прочувствуй, как это жить в мире, которым правит Бог. Как ты себя ощущаешь в нём? Прямо сейчас отложи книгу. Закрой глаза и просто представь две разные точки на мироздании. Возьми несколько минут, чтобы прочувствовать разницу двух миров.

А теперь ответь на вопрос: как ты думаешь, одинаково ли ты будешь действовать в первом мире и во втором? Какие цели ставить? В каком мире тебе бы хотелось жить? Какое мировоззрение ты сможешь принять?

**Мы принимаем эту действительность полностью только, когда принимаем Бога в наше сердце.**

Это не про то, что надо бежать в церковь. Церковь – это социальное учреждение, которым управляют люди, объединённые видением и правилами, как служить высшим силам. Моя трактовка. Прости за простоту. Большинство религиозных людей так же далеки от Бога, как атеисты. Христиане читают проповеди и выставляют свою веру напоказ, хотя согласно Библии в нагорной речи Иисус учил молиться за закрытыми дверями и не отвешивать поклоны в храмах. Большинство тех, кто считает себя верующими христианами, не живут так, как учил Христос. Они просто ставят ему свечи и читают молитвы.

Я не хочу углубляться в религиозный сюжет в этой книге. Я не против церквей. Я даже считаю, что в церкви надо ходить хотя бы потому, что в них очень чистая «намоленная» энергетика, не говоря уже про паломничество в святые места и практику молитвы.

Говоря о Боге, я хочу подчеркнуть то, как важно принять

не только Высшие Силы в своё мировоззрение, но принять тот факт, что Вы – ценность для них. Мой мир когда-то начал меняться с одной мысли:

**Я – в сердце у Бога  
Не только я люблю Бога, но**

**Бог тоже любит меня!**

Это осознание помогло мне взглянуть на мою жизнь иначе, под другим углом. Я почувствовала по-настоящему состояние защищенности и любви. В моей душе появилась огромная благодарность за эту любовь. Я поняла, что Высшие Силы не против меня, они – для меня! Я обрела силу принять себя, моих родителей и остальной мир как есть.

**В христианской религии это состояние называется Смирение.**

Здесь хочу сразу внести поправку для всех. Для многих смирение – это подстраивание. Ни в коем случае! Это основная ошибка. Ты не должна подстраиваться под кого-то. Твой внутренний стержень должен всегда быть твоим. Объясню своими словами.

**Смирение – это отказ от переделки мира, от манипуляции и воспитания других на твой лад**

Ты отдаешь Высшим Силам право контролировать все-ленную, а другим людям – право самим решать, как жить, что выбирать, что думать, как поступать. Даже если речь идёт о твоей семье! И берёшь ответственность за настоящую себя. Да, ты не топ-модель, да не такая добренькая, да не такая умненькая, да ты не идеальная, но Ты Уникальная.

**Смирение – это переход из состояния «казаться» в состояние «быть».**

Тебе не надо никому ничего доказывать, потому что ты, наконец-то, отдала другим людям право делать и думать, что они хотят. Следовательно, тебе становится всё равно, что подумают о тебе. Повторю:

**Ты берёшь ответственность только за твои чувства**

Ты думаешь, что это эгоистично? Поверь нет. Когда ты проживёшь это состояние, то поймёшь это. Ты научишься чувствовать и слышать внутренний голос и, поверь, когда ты случайно окажешься в ситуации, где другому действительно понадобится твоя помощь, ты среагируешь моментально, потому что это станет твоей зоной ответственности. Это как цитата из нашего известного кинофильма

«Александр Петрыкин – герой! Он не мог поступить

иначе!».

Словно сам Бог позовёт тебя. Это будет помощь не из желания быть хорошей и вершить чьи-то судьбы.

### **Зачастую мы вредим людям помощью.**

Бог даёт трудности для того, чтобы человек вырос, преодолел внутренние страхи и барьеры, а тут умная Маша влезла и всё за всех порешала. В результате у Маши корона из гордыни «Я вершитель мира», а другой человек остался с нерешенными внутренними проблемами.

Настоящая помощь другая. В ней нет Эго. Она моментальная, словно внутри тебя всё кричит «беги, спасай!» Это словно Высшие силы дали тебе миссию в эту минуту, и ты – это ничто иное как орудие в руках Бога, расходный материал. У тебя не возникнет чувства гордости за этот поступок, напротив, потому что он не принадлежал тебе. Невидимая сила пнула тебя под зад. Но почувствовать разницу между разными видами помощи ты сможешь только, когда для тебя состояние смирения станет нормой. Без этого состояния твоё желание вмешаться не более чем твоя попытка подогнуть мир под твою эгоистическую картинку и гиперответственность за всё происходящее вокруг. Смирение не достигается за один раз. Это нужно практиковать ежедневно на протяжении долгого периода, чтобы принятие реальности стало для тебя нормой.

**Изменив мировоззрение, ты поменяешь твои привычные мысли, твои ежедневные действия. Поменяв действия, ты изменишь характер и, как следствие, твою судьбу.**

Принимая реальность, ты начнешь чувствовать разницу между «управлением лодкой» и твоими попытками «изменить течение реки». Это причина твоего хождения по кругу сегодня. Ты не видишь, где нужно грести изо всех сил, а где нужно расслабиться и плыть по течению, доверившись любящей тебя Вселенной.

# Увидеть истинные желания

Наконец, мы переходим к самому интересному – твоим желаниям. Начнем с создания обычного списка желаний в десять пунктов.

Зачем писать? Желание в голове – это просто мысль, обладающая слабой силой, желание же, прописанное на бумаге, становится первым маленьким шагом, действием, а это значит идёт поток энергии на его исполнение.

Казалось бы, что проще, чем записать желания? Но тут не стоит спешить. Проблема в том, что обычно мы не знаем, чего хотим. Например, мой папа хотел, чтобы я стала врачом. Поэтому после школы я поступила в Медицинский Университет, будучи уверенной, что это моя мечта. Через три года я бросила Университет и пошла учиться в рекламу. Я просто осознала, походив по больницам, что воплощала мечту моих родителей.

# 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.