

Джулио Консильо



# ОТКРОЙТЕ СВОЙ ТРЕТИЙ ГЛАЗ

АКТИВИРУЙТЕ ШЕСТУЮ ЧАКРУ  
И РАЗВИВАЙТЕ ПСИХИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ



ВСЬ

Джулио Консильо

**Откройте свой третий  
глаз. Активируйте шестую  
чакру и развивайте  
психические способности**

ИГ "Весь"

2021

УДК 133.2  
ББК 86.4

**Консильо Д.**

Откройте свой третий глаз. Активируйте шестую чакру и развивайте психические способности / Д. Консильо — ИГ "Весь", 2021

ISBN 978-5-9573-3849-9

Многие из нас иногда испытывали необъяснимую тревогу накануне каких-то событий или слышали о людях, избежавших катастрофы благодаря внутреннему голосу. Всё это – проявления работающего третьего глаза. Его также называют шестой чакрой, или аджной. Это один из энергетических центров, располагающихся внутри нашего тонкого тела. Третий глаз является средоточием ясности, интуиции и внутреннего знания. Активация шестой чакры принесет в вашу жизнь мудрость и силу, способную искоренить страхи. Пробудит дремлющие внутри духовные способности, которые улучшат ваше самочувствие, здоровье и отношения с людьми. В решении повседневных задач вы будете точно знать, что делать. Интуиция обострится. Вы сможете пережить необычный мистический опыт присутствия Высших Сил, ощутить их поддержку и заботу. Это преисполнит вашу душу любовью, благодарностью и признательностью за дар жизни. В книге множество упражнений и медитаций, которые помогут подготовить сознание и психику к мягкой активации третьего глаза. Вам останется только следовать рекомендациям автора, расширяя собственное сознание и с каждым шагом приближаясь к сокровищам Духа внутри вас.

УДК 133.2

ББК 86.4

ISBN 978-5-9573-3849-9

© Консильо Д., 2021

© ИГ "Весь", 2021

## Содержание

Благодарности	8
Вступление	9
Настройка третьего глаза	11
Пре- и постаktivация	12
Моя активация шестой чакры	13
Почему я написал эту книгу	15
Глава 1	16
Семь чакр	18
Какую пользу может принести активированный третий глаз	21
Как бросить вызов негативному мышлению	22
Ясно – все	24
Конец ознакомительного фрагмента.	25

**Джулио Консильо**  
**Откройте свой третий глаз.**  
**Активируйте шестую чакру и**  
**развивайте психические способности**

*Эта книга посвящается моему брату Стиву, могущественной силе, покинувшей эту землю слишком рано. Ты научил меня, что такое внутренняя мощь, давшая возможность встретить все то, с чем столкнула меня жизнь. Я и по сей день чувствую твое присутствие и руководство, старший брат.*



Дорогой Читатель!  
Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа – свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой – это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпринимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о ближних, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

Искренне Ваш,  
Владелец Издательской группы «Весь»



Пётр Лисовский

**Giulio Consiglio**  
**Open Your Third Eye: Activate Your Sixth Chakra &**  
**Develop Your Psychic Abilities**

Перевод с английского *Юлии Нафтумьевой*

Published by Llewellyn Publications, Woodbury, MN 55125 USA. [www.llewellyn.com](http://www.llewellyn.com)  
Chakra figure by Mary Ann Zapalac

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ОАО «Издательская группа «Весь», 2021

## Благодарности

Я хочу поблагодарить Источник и выразить признательность Всему, Что Есть за напоминание, кем я на самом деле являюсь. Ты никогда меня не подводил.

Родителей. Спасибо за всё. Я вас обоих очень люблю.

Бабушку Герланду. Ты показала мне силу веры и научила ей. Я и сейчас каждый день ощущаю твою любовь.

Огромная благодарность моим редакторам Эми Глейзер и Николь Борнеман. Эми, ты первой ввела меня в издательство Llewellyn. Спасибо за поддержку, опыт, руководство и доброту. Я безмерно за них благодарен. Николь, спасибо за наставления, профессионализм, понимание и проницательность в ходе подготовки рукописи. Твой вклад в работу над этим невозможно переоценить. Спасибо вам обеим за то, что помогли мне развиваться как писателю.

И наконец, спасибо всем сотрудникам издательства Llewellyn Worldwide, тем невидимым труженикам, которые делают для писателей возможным публиковать свои работы. Тысячекратно благословляю всех вас.

## Вступление



# Вступление

На планете нет ни одного человека, у которого не было бы каких-то психических способностей – они закодированы внутри нас, просто как часть того, кем мы, духовные существа, являемся. С самого начала необходимо правильно понять: дело не в том, что третий глаз и все духовные способности бездействуют, а в том, что большинство людей не осознают этого и своих возможностей из-за завесы нашего мира и физических чувств. У нас есть очень мощный дар, но если его не открыть, не активировать и не развить, то мы сами откажемся от потенциала, возможностей и реализации цели жизни. В этой книге я расскажу, что такое шестая чакра, как подготовиться к ее активации и какие упражнения и методы помогут приблизиться

к раскрытию ее потенциала. Надеюсь, что в ходе нашего совместного путешествия в измерение духа и в реальность чистого сознания вы поймете следующее: все, чего вы желаете, уже находится внутри вас.

Шестая чакра, или третий глаз, – одно из семи основных энергетических колес, располагающихся внутри тонкого тела. Она находится между бровями и служит средоточием ясности, интуиции, мудрости и внутреннего знания. Третий глаз – врата к пониманию. Когда этот канал прочищен, его потенциал становится активным. В результате усиливается шестое чувство, которое может значительно расширить возможности вашей жизни во многих отношениях, от доступа к интуитивному внутреннему компасу для более безопасного плавания по морю жизни до способности ясно читать энергию окружающих, чтобы помогать их исцелению.

## Настройка третьего глаза

По моему опыту, взаимонастроенность с активированным третьим глазом является осознание того, что вы в гармонии со своими умом, телом и душой. Высшее «Я» непосредственно ощущается через внутреннее спокойствие, а оно отражается в глубоком чувстве благополучия. Это благополучие приводит к свободному протеканию энергии – если угодно, к внутренней плавности, – при помощи чего отражается и в окружающем вас мире.

Основное внимание в книге будет уделяться активации, развитию этой чакры и ее управлению. Такая духовная способность позволит дальнейшее расширение осознания возможностей для усиления экстрасенсорики. По мере нашего продвижения вперед я передам вам мудрость и понимание, потому что они приведут к той ясности, которая лежит в основе работы третьего глаза. С каждым новым шагом вы не сможете не повышать свою вибрацию, что будет вести все ближе к исполнению желания – в данном случае к дальнейшему развитию экстрасенсорных способностей при помощи активированного третьего глаза. Понимание этого также воздействует на психические и паранормальные явления, основанные на личном опыте. Пока что давайте сосредоточимся на текущей задаче, а именно на личном духовном росте по мере приближения к реализации наивысшего потенциала при помощи шестой чакры.

Духовный потенциал, необходимый для доступа к высшим измерениям сознания и способности читать и верно интерпретировать энергию, уже есть. Он отчасти или почти полностью окутан эмоциями и человеческим воспитанием, зависящими от уровня понимания самого себя. Чем выше духовное осознание, тем лучше человек настроен на шестое чувство. Другими словами, чем ближе он к центру своего подлинного духовного «Я», тем более развит в отношении экстрасенсорных способностей. Все вокруг – энергия, и чем лучше вы это понимаете, тем легче будет понимать также то, что бытие человеком ни на йоту не умаляет того, что вы духовное существо, способное получать доступ к информации, находящейся вне пределов обычных пяти чувств.

## Пре- и постаktivация

Сейчас давайте поговорим о том, как выглядит активированный третий глаз и что он чувствует по сравнению с неактивированным. Я для сравнения нарисую оба. Деятельность этой активированной чакры приводит к глубокой ясности и мудрости, проистекающим из усиленной интуиции, основанной на сверхчувствительности. Другими словами, больше не нужно гадать об интуиции и можно не отказываться от событий психики, думая «О, это было просто догадкой». Она превращается также в прямое знание и чувство единства, в ощущение общности с миром и всем, что в нем содержится.

Неактивированный третий глаз не закрывает дверей к экстрасенсорике или чувству единства. Бывают и эпизоды интуиции, и моменты ощущения единства с окружающим, но они ограничены в способности полностью выразить все его возможности. Приходят также моменты ясности и мудрости, но всего лишь моменты, не достигающие уровня активированной чакры. По сути, при этом человек более опирается на эту реальность, трехмерную.

Множество разных путей могут привести к активации шестой чакры. Например, она может происходить при помощи намерения, включающего применение духовных приемов, таких как медитация и сосредоточенность; практики настроенности на то, чтобы позволить чакре расцвести; развития духовных способностей путем сосредоточения на энергетическом теле; она может и спонтанно пробудиться после каких-то личных невзгод. Независимо от того, как это происходит, постепенно или внезапно, желание этого необходимо. В этой книге внимание будет уделено тому, что можно сделать, чтобы создать атмосферу, позволяющую активировать шестую чакру, поскольку в конечном счете время пробуждения к реальности шестой чакры определяется синхронизацией. Как только человек окажется к этому готов, это произойдет.

## Моя активация шестой чакры

Прежде чем мы начнем, я расскажу о событиях, которые привели к активации моего третьего глаза. К тридцати двум годам, вообще говоря, я жил вполне успешной жизнью. Это был 2002 год, и я работал по выбранной профессии, стоматологом-гигиенистом и преподавателем. Тогда я только что женился, машина у меня была хорошая, и жил я в хорошем доме. На первый взгляд казалось, что я добился всего, но, несмотря на это, чувствовалось, что чего-то не хватает.

Последнее десятилетие или около того было для меня трудным. Я всегда был невероятно чувствителен к эмоциональной энергии – как собственной, так и чужой. С девятнадцати лет мне приходилось сражаться с приступами неприятных ощущений, причины которых были непонятны. Не люблю ярлыков, но похоже, что я вполне подходил под определение эмпата. Вдобавок к этому в возрасте двадцати четырех лет я потерял своего единственного старшего брата из-за рака, что оставило меня наедине с массой преследовавших вопросов, ответов на которые я найти не мог.

Через несколько лет я женился, и, когда уже казалось, что жизнь пришла в норму, все начало разваливаться. Осенью 2003 года, всего через пятнадцать месяцев, мой брак внезапно распался, потому что мы оба поняли, что вместе нам плохо и это была ошибка. Примерно через год, зимой 2004 года, у меня диагностировали рак и сказали, что требуется операция и лучевая терапия. В этот момент вселенная действительно привлекла мое внимание. Можно подумать, что диагноз, угрожающий жизни, был достаточен для вызова внутри спонтанной активации шестой чакры, но этого не произошло – он только еще сильнее расстроил меня.

Последней каплей стал ночной кошмар осенью 2005 года, когда у меня была ремиссия. Примерно в три часа утра я проснулся от ощущения темного, негативного присутствия, нависшего надо мной. Взглянув на простыни, я сразу увидел, что они сползают с меня. Потрясенный, я спрыгнул с кровати, сбегал вниз, помолился и заснул на диване. На следующее утро я вернулся в спальню, но как только достиг порога, снова почувствовал это темное существо. Я прошел мимо него и прямо велел ему убираться, прыгнул в душ и, чувствуя себя так плохо, как никогда раньше, воззвал к Источнику Энергии, прося руководства и помощи.

Прошло несколько недель. Однажды перед самым концом моей смены один из пациентов отменил прием, после чего я сделал то же, что делал обычно: сел в машину, немного проехался и попытался расслабиться. Однако на сей раз у меня была с собой книга под названием *«Измените свой мозг – изменится и жизнь!»* доктора Дэниэла Амена. Я стал вспоминать строку из книги, и вдруг внезапно прозвучал ясный, отчетливый голос, говорящий мне: «Брось вызов своим мыслям!»

В этот момент в центре лба я почувствовал сильную вибрацию, при которой начали автоматически отключаться все негативные или мешающие мысли, пытавшиеся проникнуть в сознание. Я повернул голову, чтобы осмотреться, и могу вспомнить глубокую ясность, которую испытал; все вокруг молниеносно обрело смысл.

Я знал, что происходит некая перемена в жизни, что задействовал в самом себе какую-то силу, но мысль о том, что активировался третий глаз, не приходила мне на ум. В то время я очень мало знал о чакрах и их потенциале. Хотя и не понимая точно, что случилось со мной, я был поражен и взволнован одновременно. Чувствовалось, что наконец на мои молитвы был дан ответ.

До сих пор не понимаю, как мне это удалось, но я вернулся на работу, чтобы принять последнего пациента. Пока я работал, мой теперь активированный третий глаз все еще вибрировал и отключал от сознания все, кроме себя, кроме безграничной любви. Он действовал словно на автопилоте, без каких-либо усилий с моей стороны.

Трудовой день был позади, и сквозь сильный ливень я поехал домой, все еще ощущая активированную силу во лбу, пока негативные мысли пытались проникнуть в мое сознание. Дома я лег на диван и, чувствуя себя эмоционально опустошенным, испытал прекрасное чувство освобождения. В этот момент я закрыл глаза и пробормотал: «Просто дай мне умереть». Эти слова, казалось, были порождены тем, что я мог бы описать как пространство полной капитуляции – перед жизнью, смертью и Источником Энергии. Затем я рывком покинул тело, всего на несколько мгновений, пока сознание не вернулось. И по сей день я все еще не уверен, как долго оставался вне тела, но когда пришел в себя, то понял, что жизнь повернулась к свету сознания очень необычным образом.

В результате активации шестой чакры все аспекты моей жизни изменились к лучшему. Я впервые действительно испытал чувство настоящего благополучия, понимания и внутреннего покоя. Пройдя через опыт «умирания до смерти», я пришел к пониманию и знанию. Я *был* ими. После этого я интуитивно знал, что активировал свой третий глаз и эта активация была ключом к квантовому полю. Я отбросил свое эгоистичное «Я», порожденное во мне воспитанием, и, сделав это, осознал единство с Источником Энергии на сознательном уровне, таким образом перешагнув от неосознанности к высшему уровню восприятия и понимания. Ясность стала моим другом, и я познал, что такое сила, исходящая из каждого момента в жизни.

В течение нескольких недель после активации я испытал мистические события, в том числе одно, повлекшее за собой видение самоисцеления и повлиявшее на меня в очень многих отношениях. В видении я смотрел на себя в инвалидном кресле, затем прикоснулся рукой к другому себе, сидящему в кресле, чтобы вылечить. Это было эмоциональным и энергетическим исцелением одновременно и очень много сказало мне о квантовом поле.

Вскоре после этого я начал экспериментировать с автоматическим письмом. Могу объяснить его только так: все написанное не исходило из человеческого сознания. Я начал писать о духовном мире, о тонком теле, о чакрах и многом другом.

Свою первую лекцию на тему силы сознания я прочитал в тот же месяц после активации, а к концу декабря 2005 года написал первую книгу о духовности. По сути, шестая чакра открыла мне цель жизни и то, что становится возможным через высшие измерения сознания. Это было невообразимым путешествием к процессу активации третьего глаза, чем-то, чего я никогда не знал, пока не испытал это на собственном опыте.

После активации я вел по-настоящему осмысленную жизнь, через сострадание и понимание. Одна рука была направлена на мою человеческую сущность, а другая протянута наружу, в квантовое поле и вселенское сознание. Каждый момент – это акт сознательной капитуляции перед тем, «что есть», поскольку сопротивление уходит. Я встречаю любые вызовы, зная, что ответы или решения уже даны мне. Я действую, не надеясь ни на что. Активация шестой чакры означает уверенность в том, что все в порядке, даже если кажется иначе.

## **Почему я написал эту книгу**

По двум причинам. Во-первых, я понял, что очень многие стремятся к большему самопониманию и хотят узнать, как задействовать скрытые духовные способности, обладающие потенциалом значительного улучшения повседневной жизни. Во-вторых, за последние несколько лет я начал полностью осознавать, насколько полезно иметь развитую интуицию, и больше не мог по-прежнему переживать экстрасенсорный опыт и его дары без того, чтобы поделиться с другими.

Из этой книги вы получите представление о системе чакр, которая станет основой лучшего понимания загадочной и часто таинственной системы энергетического круговорота. Оттуда мы перейдем к третьему глазу и его огромному потенциалу для положительных изменений в жизни. Эта книга об идеях, медитации и упражнениях была создана с единственной целью: активации шестой чакры.

Рекомендую полностью прочитать эту книгу перед тем, как приступить к упражнениям. Это улучшит способности к практике и подготовит к энергетическим сдвигам, которые можно при этом испытать. После прочтения книги почаще обращайтесь к ней вновь. Я лично обнаружил, что каждый раз, когда я возвращаюсь к чему-то, будь то статья или книга, свежий взгляд видит нечто, изначально упущенное из виду, а идеи раскрываются в новом свете, давая более полное понимание.

Тысячу раз благословляю вас перед началом этого необычного путешествия.

## Глава 1 Основы шестой чакры



Глава 1



# Основы шестой чакры

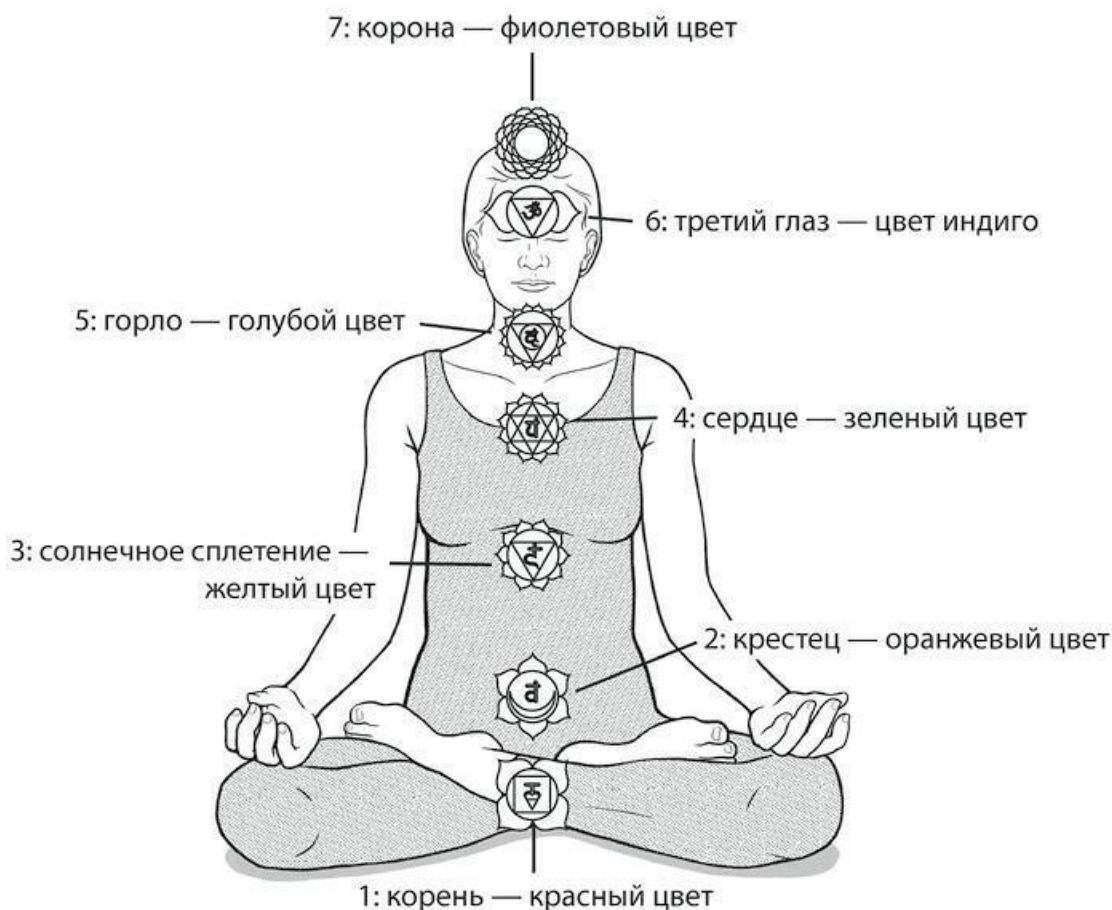
Цель первой главы – заложить основу и дать вам понимание системы всех семи чакр. После того как познакомимся с основами, мы внимательно рассмотрим шестую чакру и ее воз-

можности. Активированная шестая чакра может стать ключом к более высоким измерениям сознания, а также психическим способностям и духовным возможностям. После осознания и развития эти способности и возможности могут сообщить понимание и ясность, помогающие практически во всех сферах жизни.

Система чакр – это группа энергетических колес, вращающихся повсюду в тонком теле или в тонком энергетическом теле. В переводе с древнего санскрита *чакра* означает «колесо». Тонкое тело – это энергетическое поле, находящееся внутри и вокруг вашего физического тела; оно отвечает за направление энергии вселенной в физическое тело. Благодаря сбалансированной энергии в системе чакр тонкое тело поддерживает физическое и эмоциональное здоровье. При своем вращении чакры втягивают в себя энергию вселенной и поддерживают связь между вашими физическим и тонким телами, которая никогда не ощущается.

## Семь чакр

Ниже перечислены семь чакр, начиная от позвоночника кверху: корень, крестец, солнечное сплетение, сердце, горло, третий глаз и корона. Давайте теперь подробнее рассмотрим каждую чакру.



Система чакр

### *Корневая чакра*

**Цель:** корневая чакра служит вашей базой или основанием.

**Местонахождение:** у основания позвоночника. Эта чакра расположена ближе всего к земле и сообщает уверенность в стабильности и связи с землей.

**Сбалансированная чакра:** дает возможность быть независимым и готовым противостоять вызовам.

**Блокированная чакра:** сообщает ощущение незащищенности и чувство, что нужно быть осторожным.

**Связанный с чакрой цвет:** красный.

**Положительная аффирмация:** «Я в безопасности и могу уверенно владеть собой».

### *Сакральная чакра*

**Цель:** эта чакра связана с эмоциями и умением выражать чувственность и творчество.

**Местонахождение:** чуть ниже пупка и над лобковой костью. С сакральной чакрой связаны страсть и творчество.

**Сбалансированная чакра:** сообщает ощущение заботы и гармонии в отношениях.

**Блокированная чакра:** создает чувство отстраненности и пониженной самооценки.

**Связанный с чакрой цвет:** оранжевый.

**Положительная аффирмация:** «Я гармоничен, и эта гармония отражается в моей жизни и отношениях».

### *Чакра солнечного сплетения*

**Цель:** чакра солнечного сплетения управляет независимостью и личной властью.

**Местонахождение:** в области солнечного сплетения, как следует из ее названия. Уверенность в себе и сила воли – отражения этой чакры.

**Сбалансированная чакра:** человек открыт и способен уверенно проявлять себя.

**Блокированная чакра:** человек чувствует беспомощность или теряет ориентацию.

**Связанный с чакрой цвет:** желтый.

**Положительная аффирмация:** «Я силен и действую смело».

### *Сердечная чакра*

**Цель:** будучи центром любви и гармонии, эта чакра позволяет вам принять себя и других «как есть».

**Местонахождение:** в центре грудной клетки. Она дает возможность прощать и проявлять сострадание.

**Сбалансированная чакра:** человек свободно проявляет любовь и доброту к окружающим.

**Блокированная чакра:** человек непрерывно недоволен, обидчив и ощущает чувство ненависти к себе.

**Связанный с чакрой цвет:** зеленый.

**Положительная аффирмация:** «Я люблю окружающих, распространяя среди них мир и гармонию».

### *Горловая чакра*

**Цель:** горловая чакра позволяет самовыражаться на физическом и энергетическом уровнях.

**Местонахождение:** в области шеи/горла. Эта чакра поощряет творчество и подлинное самовыражение.

**Сбалансированная чакра:** дает возможность делиться высшими истинами с любовью и добротой.

**Блокированная чакра:** человеку может быть трудно выразить себя, и он чувствует, что его неправильно понимают.

**Связанный с чакрой цвет:** синий.

**Положительная аффирмация:** «Я честен с собой и другими».

### *Чакра третьего глаза*

**Цель:** обитель ясности, мудрости и интуиции. Ее называют также чакрой бровей или шестой чакрой.

**Местонахождение:** на лбу, между бровями. Эта чакра – врата к высшему «Я» и высшим измерениям сознания.

**Сбалансированная чакра:** дает возможность сознательного получения доступа к своей внутренней системе контроля.

**Блокированная чакра:** отключение от своей духовности и головные боли.

**Связанный с чакрой цвет:** индиго.

**Положительная аффирмация:** «Я связан со своей внутренней мудростью и интуицией».

### *Коронная чакра*

**Цель:** коронная чакра дает возможность связи с духовностью и высшим «Я».

**Местонахождение:** верхняя часть головы. Эта чакра – связь со вселенским сознанием.

**Сбалансированная чакра:** действуя через активированный третий глаз, она допускает к более высоким измерениям сознания и осведомленности.

**Блокированная чакра:** человек привязан к материальному и чувствует отключение от вселенской энергии.

**Связанный с чакрой цвет:** фиолетовый.

**Положительная аффирмация:** «Я связан со вселенской любовью, сейчас и всегда».

## **Какую пользу может принести активированный третий глаз**

Во введении я кратко коснулся того, насколько моя жизнь изменилась после активации чакры, но здесь хотелось бы подробнее рассказать о лежащих впереди потенциальных возможностях. Активированный третий глаз меняет порядок жизни на многих уровнях. Он способен буквально вершить огромные перемены. Первая и самая важная особенность этой чакры – возможность пробуждать дремлющие внутри духовные способности, такие как ясность, интуиция, мудрость и понимание. Единожды пробужденные, эти положительные духовные силы могут оказать огромный, чудесный эффект на самочувствие, здоровье и прочее.

Ясность – это первый дар активированного третьего глаза. Мышление успокаивается и расслабляется, позволяя духовным энергиям легче притекать от Источника Энергии к сознанию. Источник Энергии – высшее «Я»; его также называют духом, создателем или высшей силой. Это всеохватывающий и бесконечный разум, бесконечная сила и бесконечная мудрость, которые постоянно связаны со всем. Он – Источник всего живущего. Можете выбрать любой термин, который предпочитаете применять к этой высшей власти. Для простоты я называю его Источник или Источник Энергии. Больше об этих терминах см. в глоссарии в конце книги.

Теперь давайте вернемся к ясности. Когда ясность будет достигнута, ваша частота вибраций станет автоматически повышаться, позволяя уму стать открытым каналом для экстрасенсорных способностей более эффективного проявления. Лучше осознавая мир вокруг, человек наделяется более широкими возможностями и живет осознаннее. Все вокруг – энергия; частота вибраций же определяется личным энергетическим полем. Чем полнее резонирует энергетическое поле с Источником Энергии, тем выше частота вибраций. С другой стороны, такие вибрации, как гнев или ревность, снижают эту частоту из-за плотности и тяжести отрицательных эмоций. Об экстрасенсорных способностях мы поговорим подробнее в этой главе чуть позже, но мне хотелось бы, чтобы читателя поразили ожидающие его возможности.

Когда вы входите в резонанс с мудростью и пониманием, наступает великое просветление, дающее глубокое понимание самого себя и других. Это оказывает большое влияние на общее самочувствие, потому что уже незачем принимать себя и других так серьезно. Вариант беспроницаемый; результат вас осветит как в переносном, так и в прямом смысле. Другое преимущество повышенной частоты вибрации – польза для здоровья по мере того, как человек все больше и больше соглашается с безусловной любовью и все меньше с более низкими энергиями, такими как страх или сомнение. Другими словами, усиленный поток энергии и связей между Источником Энергии, тонким телом и вашими клетками достигается вследствие ясности, потенциально вызывая спонтанные исцеления. Все сказанное – лишь краткий взгляд на необыкновенные возможности, которые дает активация шестой чакры.

## Как бросить вызов негативному мышлению

Поговорим теперь о том, что такое негативная мысль, почему мы хотим бросить ей вызов и какое отношение имеет к третьему глазу борьба с негативными мыслями. Негативная мысль, по сути, есть любая мысль, основанная на страхе, сомнении, печали или беспокойстве; все они обуславливаются внушенным разумом, или эго.

Сейчас необходимо кратко коснуться эго, внушенного разума, потому что он будет время от времени упоминаться и дальше. Если сказать просто и понятно, эго – это та часть человека, которая излучает страх и все прочие отрицательные эмоции. Негативное мышление приводит к отрицательным эмоциям, могущим повлечь за собой самоограничение в действиях или даже бездействие вообще. Причина, по которой мы хотим бросить вызов негативному мышлению, состоит в том, что следует повысить свою осведомленность и расширить возможности находить другой выбор. Отказ от негативного мышления также помогает сбалансировать энергию; это путь к личной свободе. Эго – привратник, стоящий между человеком и активацией третьего глаза; вот почему так важно бороться с негативным мышлением.

Как борьба с негативным мышлением влияет на третий глаз? Третий глаз – это ясность, мудрость, понимание, расширенное сознание и сила, способная заглушить страх, тем самым придав способность остро чувствовать или ощущать мудрость и интуицию души. Практика борьбы с негативным мышлением основана на расширении сознания – оно настраивает человека в унисон с третьим глазом и приближает к нужной частоте вибраций. Теперь может последовать вопрос: что такое частота вибраций третьего глаза? Это частота духовного просветления, о котором последует речь немного дальше в этой главе.

Перейдем к первому (и, вероятно, самому важному) практическому опыту на пути к активации третьего глаза. Сейчас я представлю простое пошаговое упражнение, которое направлено на борьбу с негативным мышлением. Учтите, чтобы добиться существенных результатов от каждого упражнения и каждой медитации, необходимо сначала прочитать книгу до конца и только потом проделать практики. Теперь начнем!

### Упражнение «Бросьте вызов негативному мышлению»

Начните борьбу против негативного мышления с пятнадцати минут в день, а затем можете продолжать, когда сочтете, что готовы идти дальше. Это упражнение, вероятно, лучше всего делать дома, пока не освоитесь. Если будете регулярно его выполнять, то сами удивитесь, насколько автоматически сможете справляться с негативными мыслями. Помните: все намного проще, чем кажется.

1. Первый шаг – осознать свои мысли, приходящие в голову, и их качество. Они имеют характер беспокойства, страха, печали или сожаления? Независимо от своей формы цель негативных мыслей – раскол, удерживающий человека в стороне от истины, гласящей, что он един со всем живущим и с Источником Энергии. Практика борьбы с негативным мышлением – начало повышения вашей осведомленности и расширения сознания до уровня шестой чакры.

2. Затем решите, поверите ли вы автоматической отрицательной мысли. Дело в том, что именно вера укрепляет энергетический потенциал в мыслях. Если верить автоматическим мыслям, то внушенный разум или мышление, основанное на эго, превращается в реальность, а это скрывает ваши духовные чувства и мешает осознать их. Открытием же станет, что освобождение от гнетущего страха, беспокойства или печали путем отсутствия концентрации или реакции на них приводит к повышению ясности, и тогда можно будет вообще забыть о скользящих мыслях; они просто уйдут навсегда. Поверьте, сила сознания более чем способна противостоять любой форме негативного мышления и даже преобразовывать ее. Другими словами, высшее духовное «Я» не отличает одну отрицательную мысль от другой, потому что

все они рассматриваются как иллюзии. Кроме того, полезно и ощущение большей свободы, если выбрать простое наблюдение за негативными мыслями, возможное потому, что исчезают как привязанность к прошлому, так и беспокойство о будущем. Можно оставаться в середине, будучи уравновешенным в настоящем моменте при помощи шестой чакры. Подводя итог, второй шаг предполагает выбрать наблюдение за негативными мыслями вместо того, чтобы реагировать на них или автоматически им верить.

3. Наконец, начните борьбу с негативными мыслями. Например, если приходит в голову негативная мысль вроде *«Я в тупике»*, следует внимательно наблюдать за ней, не реагируя, а потом сознательно заменить ее позитивной мыслью по модели *«Нет, у меня, наоборот, есть прогресс во всех аспектах моей жизни»*. Заметьте, используется настоящее время «есть», когда идет борьба с негативной мыслью. О важности именно такой формулировки – *установки* – мы подробнее поговорим в одной из следующих глав.

Практикуясь, можно научиться автоматически отвергать мысли или эмоции, мешающие полностью активировать третий глаз. Каждый раз, когда это происходит, повышается частота вибраций, приближаясь к потенциально наивысшей. Не нужно будет ограничивать мышление или сознание, связанное с пребыванием на этой планете, когда узнаете, что через шестую чакру доступно неограниченное понимание.

## Ясно – все

Мы приходим в этот мир, обладая духовными способностями: ясновидением, яснослышанием, яснознанием, ясновкусием, ясночувствием и яснообонянием. Некоторые из них вам, возможно, известны лучше, иные могут быть более развиты, чем другие. Давайте посмотрим на каждую из этих способностей по отдельности. Их определения можно также найти в глоссарии в конце книги.

- **Яснослышание:** способность получать информацию через экстрасенсорный слух.
- **Яснознание:** способность знать что-то изнутри.
- **Ясновкусие:** способность ощущать вкус пищи или другого вещества без необходимости прикасаться к нему языком.
- **Яснообоняние:** способность ощущать запах/аромат человека или места, не находящегося по соседству.
- **Ясночувствие:** подобно духовному радару, эта способность позволяет получать информацию через чувства или эмоции; допускает верное считывание энергии.
- **Ясновидение:** способность воспринимать или понимать людей, объекты или будущие события через экстрасенсорное восприятие.

Думайте об этих спиритуальных чувствах как о ящике с духовными инструментами, каждый из которых специально предназначен для преодоления ограничений, налагаемых пространством и временем. Все эти чувства исходят от третьего глаза, который постоянно связан со вселенским разумом и передает информацию через тонкое тело в виде энергии, чувств, видения, внутреннего знания или интуиции. Вселенский разум не имеет границ, он чистое знание, подключенное всегда ко всему и всем.

## **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.