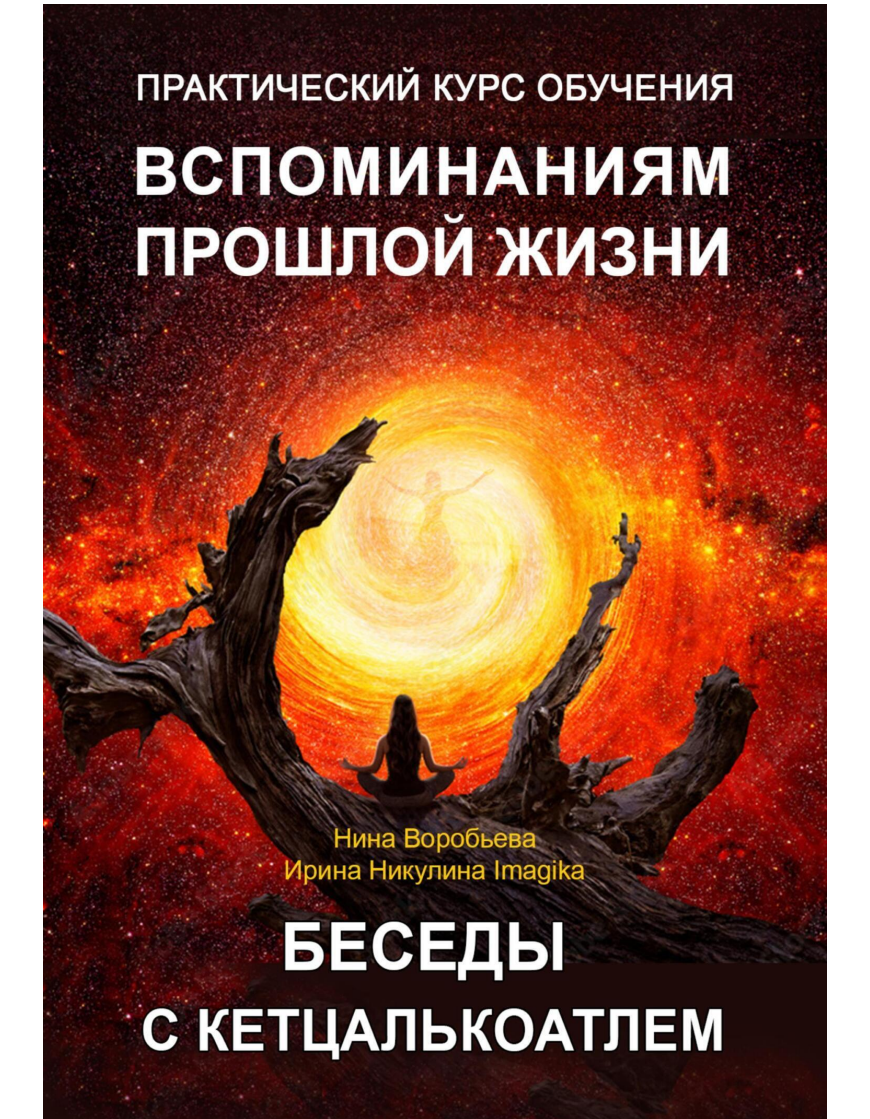


ПРАКТИЧЕСКИЙ КУРС ОБУЧЕНИЯ

ВСПОМИНАНИЯМ ПРОШЛОЙ ЖИЗНИ

A woman is shown in silhouette, sitting in a meditative lotus position on a large, gnarled, dark tree branch. The background is a vibrant, fiery red and orange, with a large, glowing, swirling yellow and white orb in the center. Inside the orb, a faint, glowing figure of a person is visible, arms outstretched. The overall scene is set against a dark, starry space background.

Нина Воробьева
Ирина Никулина Imagika

БЕСЕДЫ С КЕТЦАЛЬКОАТЛЕМ

**Ирина Никулина Имаджика
Нина Воробьева
Практический курс
вспоминаний прошлых жизней.
Беседы с Кетцалькоатлем**

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67320422
SelfPub; 2023*

Аннотация

Три года назад ко мне пришла информация о том, что люди вспоминают свои прошлые воплощения и с помощью пересмотра событий прошлых жизней решают многие наболевшие вопросы. На тот момент у меня были проблемы со здоровьем и я подумала, что мне тоже стоит поискать ответ в глубине своего подсознания. Если это помогло стольким людям, поможет и мне. Именно с этой информации и началось исследование воспоминаний прошлой жизни. Судьба свела меня с одним человеком, соавтором этой книги, вспомнившей свою прошлую жизнь в сновидении. Это была большая удача. Мы приступили к практике, изучив разные методики. Вскоре к нам присоединилось еще несколько заинтересованных человек. Так создалась группа людей, изучающих техники путешествия в прошлую жизнь. В нашей книге описан результат трехлетнего опыта по воспоминанию

прошлых жизней, оформленный в виде практического курса и записей из дневников. Вспомнить прошлые жизни может любой человек без регрессолога, занимаясь упражнениями из этого практического курса.

Содержание

| | |
|--|----|
| Введение | 5 |
| Часть 1. Практический курс обучения вспоминанию прошлой жизни | 19 |
| Глава 1. Подготовка. Остановка внутреннего монолог. Три техники | 21 |
| Глава 2. Практика воспоминаний прошлой жизни | 33 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 72 |

**Ирина Никулина
Имаджика, Нина Воробьёва
Практический курс
вспоминаний прошлых
жизней. Беседы с
Кетцалькоатлем**

Введение

«Шел мудрец и увидел человека, который что-то охранял. Охранник спросил мудреца:

– Кто ты? Куда идешь? Зачем?

Мудрец был поражен этими вопросами и спросил:

– А сколько тебе здесь платят?

– Две банки риса, – ответил тот.

– Я буду платить тебе четыре, чтобы ты каждый день задавал мне вопросы: „Кто я? Куда иду? И Зачем?“; – сказал мудрец».

Притча

Есть вечные вопросы, на которые человечество ищет ответы, но так и не находит, обращаясь к богам или науке.

Кто мы такие, откуда пришли, куда идем? В чем смысл жизни каждого человека? Создали нас высшие существа со своими целями или весь наш род – случайность, совпадение благоприятных факторов на этой планете? Какие задачи каждый из нас должен решить в течении своей жизни? И если на такие глобальные вопросы однозначных ответов нет, – то, что тогда говорить о более личных человеческих проблемах?!

Но наша жизнь, как мозаика: состоит из маленьких отдельных фрагментов, которые складываются в одну большую картину. И далеко не все события жизни человека являются радостными. Болезни, не имеющие явных причин; неопределённость жизненного пути; ненависть к своей работе; скука и одиночество; неуверенность и бессилие; отсутствие любви и понимания от своих близких; материальные проблемы; конфликты с окружающими. Все это, к сожалению, является составной частью нашей жизни.

Боль душевная и боль физическая присутствуют в нашей жизни, как бы нам ни хотелось от неё избавиться. Но как часто мы ищем корни проблемы, как часто разговариваем со своей душой или пытаемся найти ответы в собственном подсознании? Конечно, проще выпить таблетку и ждать, когда

боль пройдет. (Имеются в виду не лекарственные средства, а действия или чувства, которыми мы заглушаем свою боль).

Но при этом мы лишь на время приглушаем боль, загоняем её внутрь себя, и, рано или поздно, проблема вновь проявляется. Попробуем взглянуть на боль с другой стороны. Боль – это необходимый фактор для выживания человека, это великое изобретение природы. Боль в вашем организме (и не только физическая, но и психологическая, душевная) – это сигнал тревоги.

«Что-то идет не так, – говорит ваша боль, – немедленно принимайте меры». И надо не только устранять боль, а в первую очередь искать её причины.

Без понимания причин боли или дискомфорта все действия будут бесполезны. Когда у вас болит спина, вы же не глотаете все подряд таблетки из своей аптечки. Вы идёте к врачу и выясняете причину, и только потом начинается лечение. Тогда почему мы не поступаем также в отношении своих душевных проблем и психологического дискомфорта? Наверное, мы не привыкли искать причины в своем подсознании. Точнее, мы не задумываемся о том, что это вообще возможно. И даже получая подобную информацию от других людей, мы не верим до конца. Мы не знаем, как это сделать, не верим в свои силы и не предпринимаем попыток, в этом

наша беда...

Три года назад ко мне пришла информация о том, что люди вспоминают свои прошлые воплощения и с помощью пересмотра событий прошлых жизней решают многие наболевшие вопросы. Есть несколько полезных книг, посвященных данному вопросу, в них описаны конкретные случаи излечения. Например, Д. Кэннон «Память пяти жизней», М. Ньютон «Воспоминания души» и т.д.

Майкл Ньютон, ученый (врач, психолог) занимался гипнозом, он вводил своих пациентов в регрессивный гипноз и отправлял их в прошлые жизни, погружая глубоко в собственное подсознание. Во время таких сеансов пациенты, находясь в трансе, рассказывали о том, что вспомнили, весь материал записывался и потом анализировался. В сеансах воспоминаний прошлой жизни участвовали совершенно обычные люди, имеющие проблемы со здоровьем или нерешенные жизненные ситуации.

Их рассказы доктор М. Ньютон не подвергал сомнению, ведь человек, находясь в трансе, *не может лгать*. Из этих записей и родились его книги. Некоторые рассказы пациентов получили фактическое подтверждение из истории.

На момент прочтения книги Ньютона у одного из авто-

ров были проблемы со здоровьем, причины которых врачи не могли найти. И мы подумали, что мне тоже стоит поискать ответ в глубине своего подсознания, где хранится память прошлых воплощений. Если это помогло стольким людям, – поможет и нам.

Именно с этой информации и началось исследование методов вспоминания прошлой жизни. Одна из авторов тогда была преподавателем в университете, человеком современных взглядов, поэтому понимала, что надо отделить вымысел от правды, применить логику и проверить всё на практике. Судьба свела ее ещё с одним человеком, соавтором этой книги, удивительно умной и прекрасной женщиной Ниной, вспомнившей свою прошлую жизнь в сновидении. Это была большая удача.

Мы приступили к практике, изучив разные методики. Не всё получалось сразу, но опыт оказался потрясающим! Вскоре к нам присоединилось ещё несколько заинтересованных человек. Так постепенно стала создаваться группа людей, готовых изучать методики и техники путешествия по ленте времени в прошлую жизнь.

В первую очередь наша группа духовного саморазвития поставила задачу отмести прочь всю мистику и слухи и сфокусироваться только на реальных фактах и работающих ме-

тодиках. В конце концов, мы на практике пришли к пониманию, что всё, связанное с прошлыми жизнями, хранится глубоко в нашем подсознании. И если в обыденной жизни мы не обращаемся к этим «полезным залежам», то только потому, что не знаем о такой возможности. Для тех, кто желает развития и понимания своих жизненных задач, – пришло время узнать о возможности путешествия в прошлые жизни. На практике все значительно проще, чем на словах!

Человечество обладает удивительными механизмами самоизлечения и самопознания, но не пользуется ими лишь потому, что не знает, как именно это сделать. Создается ощущение, что все подобные техники невероятно сложные, или недоступны для обычного человека. Но тогда не было бы этой книги! Каждый человек может вспомнить свои прошлые жизни, для этого надо приложить лишь немного усилий. Эта книга раскроет все секреты воспоминаний прошлых жизней.

Для кого предназначен этот курс

Практический курс «Вспоминание прошлой жизни» был разработан для всех вас, для любого человека, желающего познать себя, разобраться в своих проблемах и выстроить нужную модель текущей жизни. Чтобы вспомнить свои прошлые жизни, – не нужно быть экстрасенсом, обладать яс-

новидением или иметь какие-то особенные таланты. Любой человек способен, занимаясь упражнениями из этого курса, вспомнить свои прошлые жизни. Самое главное – намерение это сделать, всему остальному можно научиться. Просто прочитать книгу недостаточно, нужно выполнять доступные для каждого упражнения, описанные в данном курсе.

Для чего необходимо вспомнить прошлые жизни

Подсознание любого человека хранит в своей глубине всё необходимые знания и ответы на жизненно важные вопросы. Этот курс научит вас обращаться к своему подсознанию для того, чтобы вспомнить, кем вы были и где рождались в прошлых жизнях. Такие воспоминания не просто увлекательное путешествие в другие времена или в другие миры, это ваш путь к свободе и счастью в этой жизни. Вспоминая свои прошлые воплощения, вы с удивлением обнаружите, как переплетается прошлое, настоящее и будущее. Невозможно выбрать сейчас правильный путь без понимания того, кем вы были, кем являетесь сейчас и куда идёте завтра.

И самое главное, что вы получите, занимаясь упражнениями из этого курса: понимание того, какие цели и задачи вы сами ставили перед своими жизнями, как правильно распорядиться этой жизнью и к чему нужно стремиться, чтобы стать гармоничным человеком и воплотить свои намерения

В жизнь.

Цели курса «Вспоминание прошлой жизни»:

– Научить любого человека самостоятельно вспоминать и просматривать прошлые жизни, без обращения к дорогостоящим специалистам.

– Научить человека избавляться от боли, болезней и страданий в этой жизни, разрубить кармические узлы, не дающие развиваться, найти путь к гармонии и счастью.

– Узнать цель своей жизни, своё предназначение, запланированное вами ещё до рождения в этой жизни.

– Научить понимать жизненные задачи, идущие через все жизни.

– Увидеть возможности для своего роста и развития, выбрать правильный путь из бесконечного множества возможностей, ведущий к поставленной цели.

– Стать богатым во всех смыслах.

– Разобраться в отношениях со своими близкими людьми, наладить отношения с родственными душами, увидеть цели воплощения ваших родственников.

– Научиться понимать противоположный пол через воспоминания своих женских и мужских воплощений.

– Получить ответы на личные вопросы через обращение к высшей сущности (как своей, так и любого человека).

– Построить правильную карьеру, основанную на том занятии, которое приносит вам силу, радость и энергию.

– Научиться любить себя, окружающих людей и бесконечную Вселенную.



Отличие этого курса от регрессии с гипнотизёром

Сейчас многие психологи и гипнотизёры предлагают ввести пациента в транс и направить его в прошлые жизни или в так называемое «духовное пространство между жизнями». Такие манипуляции с сознанием называются регрессией в прошлую жизнь. У метода с гипнотезером-регрессологом есть ряд недостатков по сравнению с самостоятельным воспоминанием прошлых жизней.

Цель нашего духовного сообщества – дать любому человеку возможность *самостоятельно вспомнить прошлые жизни* и решить настоящие задачи. Делая жизнь каждого человека лучше, мы в целом увеличиваем количество положительной энергии на нашей планете, и делаем весь наш мир более радостным и комфортным.

Плюсы самостоятельного курса «Вспоминание прошлой жизни»:

Отсутствует вмешательство чужой личности в процесс вспоминания.

Любой регрессолог, гипнотизер или психолог, погружая пациента в сеанс вспоминания прошлой жизни, вносит в этот процесс свои личностные мотивы и ведёт его по заранее спланированному пути. Вспоминая прошлую жизнь самостоятельно, вы будете избавлены от ненужного руководства и личностного вмешательства другого человека.

Идет плавное и мягкое развитие вашего высшего «Я».

Психологи и гипнотерапевты, работая с вашим сознанием, насильственно обращаются к прошлой жизни, преследуя свои цели (например, изучение пространства между жизнями). Зачастую их вопросы не соответствуют полностью то-

му, что вы сами хотели знать. При нашей методике происходит ненасильственное обращение к прошлым жизням, а естественное развитие вашей духовной сущности, которая постепенно растет по мере понимания задач прошлых жизней.

Конфиденциальность метода.

Никто кроме вас самих не разгласит сведения, полученные в процессе воспоминания прошлой жизни. В книгах известного регрессолога Майкла Ньютона приводятся записи его пациентов, в которых описаны не очень приглядные моменты из жизни людей, вспомнивших прошлую жизнь. И хотя имена изменены, истории все же открыты широкому кругу читателей. Далеко не всем хочется, что бы его личные истории стали достоянием общества.

Цена.

И наконец, важный момент, – это необходимость искать регрессолога в своем городе или ехать в другой город и платить высокую цену за сеанс (сеансов требуется не менее 5-10). Этот самостоятельный курс позволяет сэкономить время и деньги, а результат получается такой же, как и при сеансах с регрессологом.

Почему курс не бесплатный?

Любой труд (разработка курса, написание книги, обуче-

ние в группе и т.д.) должны оплачиваться, – это закон жизни. Никто из людей не должен работать бесплатно. К тому же, многие не ценят то, что получают бесплатно, считают такие знания ничего не стоящими. Поэтому этот курс, оформленный в виде книги, – не бесплатный, но имеет вполне доступную цену.

Что необходимо для начала?

– Приобрести книгу.

– Следовать простым упражнениям, описанным в курсе.

– Немного свободного времени, уединенность во время упражнений.

– Не бросать курс на середине, если что-то не получилось сразу.

– Самое главное: *ваше несгибаемое намерение* узнать о себе всю правду, готовность вырасти духовно и сделать свою жизнь наполненной энергией и гармонией.

– Согласие научиться ставить перед собой цели и достигать их.

Предупреждения и соглашения.

Если вы являетесь глубоко верующим человеком, если вы считаете, что только Бог распоряжается судьбой человека, и человеку не дано познать больше, чем одну жизнь, мы просим вас отказаться от нашего курса. В этом курсе вы не найдете идей, поддерживающих мировые религии, божествен-

ного мировосприятия, описания ангелов и тому подобное.

Курс рассчитан на самостоятельную работу с человеческим подсознанием, где хранится память о прошлых жизнях и не имеет отношения к вере, религиям или сектам. Если вы являетесь представителем какой-либо конфессии, но ищете пути познания и улучшения жизни, вы открыты к новым званиям и готовы развивать свою личность, – то добро пожаловать, вам будет комфортно заниматься по нашему курсу.

Если вы имеете психические отклонения, затяжные депрессивные состояния или являетесь психически неустойчивым человеком, – мы предупреждаем, что вам лучше отказаться от использования данного курса. Если же вы все-таки принимаете решение заниматься по этому курсу с целью решения своих проблем, то вы действуете на свой страх и риск, а мы снимаем с себя всю ответственность за возможные последствия.

Для человека со здоровой психикой, не принимающего психотропные препараты или лекарства от депрессии, данный курс абсолютно безопасен, его воздействие равносильно переживаниям во сне или в медитации. Подробнее о блоках и страхах читайте в следующих главах.

В данном курсе нет никаких призывов к самоубийству, напротив, весь курс рассчитан на работу со своим сознанием для того, чтобы улучшить восприятие мира и найти цели в жизни. Если вы склонны к суицидальному поведению, про-

сим немедленно прекратить занятия по данному курсу.

Все материалы данного курса и книги защищены от копирования авторскими правами. Полное и частичное копирование материалов полностью запрещено, кроме отдельных случаев с письменного разрешения редакции. Копирование материалов и распространение в сети Интернет будет преследоваться по закону.

Часть 1. Практический курс обучения вспоминанию прошлой жизни

Группа духовного саморазвития представляет:

Практика осознанного развития своего высшего «я».

Практический курс упражнений.

Курс создан по авторской методике.

То, что ты извлечёшь из каждой трудной жизни, ты приобретёшь на вечные времена.

Майкл Ньютон

Жить в мире, не стремясь понять его смысл, – все равно что расхаживать по огромной библиотеке и не трогать книги.

Мэнли Палмер Холл

Смыслом существования является рост сознания.

Карлос Кастанеда. Огонь изнутри

Человек умирает. В тот момент, когда его физические страдания достигают предела, он слышит, как врач при-

знает его мертвым. Он слышит какой-то звон и в то же время чувствует, что движется с большой скоростью сквозь длинный черный туннель. После этого он внезапно обнаруживает себя вне своего физического тела...

Раймонд Моуди. Жизнь после жизни

Глава 1. Подготовка. Остановка внутреннего монолога. Три техники

1. Что такое внутренний монолог

Обычно человек мысленно разговаривает сам с собой, даже находясь в полном уединении. Многие не замечают этого постоянного «болтуна» в голове и считают, что так они слышат собственные мысли, что это их внутренний голос. Есть те, кто не слышат своего внутреннего монолога, но когда усилием воли обращает на него внимание, то могут услышать без труда.

Итак, какой-то голос, который мы привыкли считать «своим», всё время комментирует происходящее вокруг, ваши воспоминания или мечты. При попытке его остановить волевым усилием человеку становится дискомфортно, ведь привычка болтать с самим собой крепко укоренилась в нашем сознании. Мы постоянно слышим внутри себя: «нужно пойти приготовить обед; завтра на работе я сначала сделаю это, потом то; чешется нос; как же хорошо на улице; наконец-то пришла весна...» и т.д.



Особенно сильным становится внутренний монолог, когда человек испытывает обиду, злость, беспокойство или другие сильные эмоции. Иногда мы повторяем одно и то же по несколько раз, особенно если готовимся к важной встрече или не уверены в себе. Если мы спросим психологов, то они скажут что это нормально: проговаривать свои мысли, – это привычка, обычное свойство сознания. Но чем больше наблюдаешь со стороны за своим внутренним диалогом, тем чаще замечаешь, что болтовня в голове становится стеной, отгораживающей от реальности. Мы как будто уходим внутрь себя и не замечаем ничего вокруг.

К старости внутренний монолог превращается в постоянное бормотание «себе под нос», и часто человек разговаривает сам с собой вслух, даже находясь в одиночестве.

В книгах Карлоса Кастанеды мудрый индеец Дон Хуан объясняет Карлосу, что внутренний монолог – наш первый враг на пути к свободе, потому что он не принадлежит нашему сознанию, а является голосом встроенного разума ментального «паразита». Эта тема достойна отдельной книги. Но нам в рамках этого обучающего курса надо понимать одно: *для того, чтобы погрузиться в процесс вспоминания прошлых жизней и четко видеть картины других миров, в первую очередь надо научиться останавливать внутренний монолог*, хотя бы на короткий отрезок времени.

2. Почему необходимо остановить внутренний монолог?

Это нужно сделать по двум причинам.

Во-первых, для того, чтобы *четко удерживать поставленную перед собой цель*. Например, вы хотите увидеть вашу первую жизнь на Земле. В состоянии внутренней тишины вы сможете это сделать, а вот если вмешается внутренний монолог, и вы начнете обсуждать сами с собой ощущения в теле, свои посторонние мысли и т.д., – картина распадётся.

Итак, остановка внутреннего монолога необходима для концентрации на воспоминании. Во-вторых, отсутствие болтовни в голове помогает максимально четко запомнить события прошлой жизни и во время просмотра этой жизни задать заранее запланированные вопросы. Иными словами, речь идет о контроле над потоком воспоминаний и вашей осознанности.



Есть еще один плюс в освоении этой простой техники: это отдых от ваших мыслей. Иногда полезно просто посидеть в тишине, абстрагироваться от проблем или лишних эмоций. Внутренняя тишина – как поток живительной энергии, по-

могает отдохнуть, ощутить в себе новые силы или разобраться в чувствах.

Со временем, когда остановка внутреннего монолога станет для вас привычным действием, можете использовать эту технику не только как начало для сеанса вспоминаний прошлой жизни, а как самостоятельную медитацию. Двадцать минут без внутреннего монолога наполняют человека силой и радостью, – проверено неоднократно!

3. Необходимые условия для этой практики

Подготовка к остановке внутреннего монолога: необходимые условия.

1. Уединение

Чтобы у вас получилось остановить внутреннего «болтуна», необходимо уединение, хотя бы ненадолго. Если в вашем доме нет такой возможности, например, мешают громкие звуки, то можно использовать медитативную музыку и при помощи наушников выключить «звуки мира». На крайний случай, если все-таки вам мешают, например: звонит телефон, близкие люди обращаются с разговорами или у вас в доме живет шумное животное, – можно выйти на прогулку, желательно в сад или сквер и там прогуляться в тишине, используя третью технику остановки внутреннего монолога.

На самом деле, если своей семье твёрдо и настойчиво объяснить, что вам необходимо полчаса тишины, – вас поймут и предоставят время для упражнений.

2. Сумерки

Еще одним необязательным, но желательным условием является вечерний свет или сумерки. В яркий солнечный день, или при включенном ярком свете в помещении бывает несколько сложнее абстрагироваться от мира вокруг, чем в сумерках, когда в полутьме образы предметов смазаны и восприятие мира само собой немного сдвигается, уходя от привычной картины мира. Используйте эти преимущества при освоении техник остановки внутреннего монолога.



4. Три техники внутреннего молчания

Первая техника самая сложная, но самая действенная. Назовём ее «Волевое усилие».

В уединении примите удобное для вас положение. Это может быть положение лежа на спине или сидя, скрестив ноги. Поза должна быть максимально удобной, чтобы вы смогли 15-30 минут просидеть, не меняя её. Если вы сидите, то спина обязательно должна иметь опору и быть прямой.



Упражнение на остановку внутреннего монолога.

Закройте глаза и расслабьте тело. Если сразу не получается, просто мысленно понаблюдайте за своим телом, за руками, ногами и ощущениями в них. Потом отпустите все ощущения. Теперь сконцентрируйтесь на своих мыслях и понаблюдайте за их течением (или внутренним монологом). Нужно как будто разделиться на два сознания. Одно по старой привычке думает и болтает, комментируя все происходящее. Особенно в данный момент, например, могут прийти такие мысли в голову: «я долго не просижу в этой позе», «а если сейчас зазвонит телефон, придется отвечать», «а вдруг у меня не получится», «все это дурацкая затея, лучше пойти по-

ужинать...» и т.д.

Другая ваша часть сознания молча наблюдает за монологом. Когда вы осознаете, что монолог может течь сам собой, без вашего участия, попробуйте остановить его усилием воли. Все эти упражнения на самом деле проще, чем кажутся, нужно только иметь намерение это сделать.

Итак, у вас получилось остановить поток мыслей на короткий промежуток времени.

Сначала это может быть всего несколько секунд, но и это уже достижение. Не оставляйте попыток, продолжайте останавливать внутренний поток комментариев, давайте четкую команду замолчать своим мыслям. Постепенно, с каждым разом увеличивайте время без внутренних разговоров. Вашему сознанию понравится это простое упражнение, потому что само по себе оно приносит энергию и новые ощущения силы и свободы.

Этот прием можно практиковать не только сидя в комнате, но и лежа в теплой ванной или прогуливаясь в сумерках по парку или саду, если конечно рядом никого нет. Наилучший результат получается в лесу, в саду или на морском берегу, если рядом нет людей и громкой музыки. Если эта техника вам помогла и вы освоились с исключением внутреннего монолога, можно приступать к вспоминанию прошлой

жизни.

Вторая техника называется «Счет».

Если первая техника показалась сложной или всё же внутренний монолог не получается выключить, попробуйте вторую технику, основанную на счете цифр. В такт дыханию начинайте считать про себя от 1 до 20. Если в процессе счёта приходит хоть одна посторонняя мысль (а в первое время это вполне возможно), начинайте отсчёт заново и так до достижения результата. Потом можно увеличить счёт до 50 и больше. В результате вы получите достижение состояния внутренней тишины, не требующее приложения усилий для его поддержания. Этот же метод используется для вхождения в осознанное сновидение, в состоянии между сном и явью, которое можно назвать трансом.

Третья техника. Походка безмолвия

Есть еще одна техника остановки внутреннего монолога. Она подходит для тех, у кого дома нет тишины и уединения. Назовем ее «Динамичная практика».

Надо найти недалеко от дома уголок природы, в котором нет большого скопления людей. Как правило, для небольших городов это: парки, сады, дендрарии, поля на окраине города. И если в середине дня в парках много гуляющих, то ближе к вечеру, в сумерках всегда можно найти тихий уголок. Для жителей больших городов это может стать проблемой,

ведь в общественных парках много посетителей. Тогда остается один вариант – выехать за город, к реке или в горы. Задайтесь целью найти такое место и оно обязательно отыщется.

Когда вы нашли свое особое место («место силы»), идите медленно, наполовину прикрыв глаза. Через некоторое время, когда найдете удобный для вас ритм ходьбы, сведите глаза к переносице и продолжайте идти. Можно ещё прикоснуться к небу кончиком языка. От всех этих необычных действий разговор в вашей голове может остановиться сам собой. В дополнении к этому методу можно применить во время ходьбы первую технику, – волевое усилие. Через пару таких упражнений на природе вы увидите, как время остановки внутреннего монолога увеличивается. С прогулки вы придёте бодрым и отдохнувшим, как будто мир вдохнул в вас новые силы.

Резюме: занимайтесь одной из этих техник, или применяя их все сразу, рано или поздно вы сможете научиться останавливать внутренний монолог. Кому-то нужно всего пару дней, чтобы получить ощутимый результат, у кого-то результат появляется через неделю, и есть те, кому необходим месяц. Если иметь несгибаемое намерение, то рано или поздно вы остановите голос в голове, привыкший все комментировать, потому что это всего лишь привычка, а мы с вами

простыми упражнениями создаем *новую привычку* внутренней тишины, чтобы успешно концентрироваться на поставленных задачах.

Теперь ваше сознание готово двигаться дальше по тропе познания самого себя и заглянуть в тайну вашего прошлого рождения.

Глава 2. Практика воспоминаний прошлой жизни

1. Ведение дневника

Для записей того, что вы увидите при просмотре прошлых жизней, необходим дневник.

Через несколько месяцев будет полезно вернуться к своим записям и перечитать их. То, что было непонятно сначала, позже сложится в целую картину в вашей голове. Поэтому записывать события, имена и даты необходимо, но ещё лучше описать подробно всё, что вы увидели и запомнили.

Возвращаясь позже к своим записям в дневнике, вы сможете получить ответы о цели вашей жизни, своём предназначении, о том, как правильно сделать выбор и по какой дороге пойти, чтобы достигнуть счастья и богатства во всех его смыслах.

Как вести дневник?

Ко всем нашим действиям, начиная с остановки внутреннего монолога и заканчивая записью воспоминаний просмотренных прошлых жизней, нужно относиться с *безупречностью*. Любое дело можно сделать наполовину или как попало и тогда результата не будет. Можно приложить усилия

и совершить действия идеально, то есть, использовать сто процентов имеющейся силы. Но есть еще один подход к решению любой задачи, – действовать не на пятьдесят или сто процентов, а на тысячу, то есть, постоянно превосходить самого себя. Это и называется *безупречное действие*. Тогда результат гарантирован.

Итак, к ведению дневника тоже подойдем с безупречностью. Если вы заняты на работе или личными проблемами, то всегда возникает желание всё делать в спешке и не уделять внимание деталям. Но тогда магия теряется, – и вы снова делаете всё в жизни так, как делали раньше: по привычке.

Однако, то, что вы имеете на данный момент, и есть результат ваших действий в прошлом.

Если вы до сих пор не вспомнили прошлые жизни, значит, вы действовали не безупречно и результат от ваших действий не наступил. Сейчас необходимо научиться новому подходу. Применять его можно будет не только для медитаций или воспоминаний прошлой жизни, но и в любом деле, начиная с отношений с людьми, заканчивая карьерой в социуме. Надо увидеть больше возможностей, чем вы видели раньше, именно это даёт безупречное внимание. На самом деле возможности всегда есть рядом с нами, главное не пройти мимо них, проявив невнимательность.

Как найти свой дневник для записей

Чтобы найти свой дневник, пройдитесь по магазинам и возьмите в руки несколько тетрадей или блокнотов. Будут они дорогие или дешевые, – не важно, главное, что тетрадь должна вам нравиться и вызывать приятные ощущения. Когда почувствуете, что это именно ваша тетрадь (блокнот), и вам будет приятно держать её в руках, – смело покупайте.

Когда записывать воспоминания

Записывать воспоминания надо сразу после сеанса, потому что уже через пятнадцать-тридцать минут часть воспоминаний утрачивается. Почему это происходит? Потому что ваше сознание, погружаясь в прошлую жизнь, фигурально выражаясь, работает на другой скорости: то есть, воспринимает картины мира гораздо быстрее. Так бывает и во сне, вы просыпаетесь, помните сон и его детали, но, уже через час-другой от него остается только общее впечатление. Это означает, что вам не хватает скорости восприятия. Поэтому будем всё записывать по свежим следам.

Как вести дневник

Дневник ведется просто: ставите дату и дальше описываете то, что видели во время сеанса. Пишите красиво и разборчиво, чтобы была возможность без труда перечитать написанное. Ваш дневник не должен напоминать лекции, записанные нерадивым студентом, экономящим листки тетради.

Когда ваш дневник закончится, купите следующий и продолжайте записывать. Иногда связь между событиями прослеживается спустя полгода или даже больше.

Меня часто спрашивают, можно ли делиться воспоминаниями прошлой жизни со своими родными и близкими людьми? Если в вашем окружении есть человек, который отнесется к вашим рассказам серьезно и без критики, – вполне можно рассказать то, что считаете нужным.

На самом деле практика показывает: если такой понимающий человек есть рядом, рано или поздно он присоединится к вам в поисках главных вопросов и ответов своей жизни, и начнет применять техники вспоминания прошлых жизней.

Идти по духовному пути в паре со своим любимым человеком – это самое большое счастье, к тому же может оказаться, что в этой жизни вы живете вместе неслучайно. Тогда рассказы друг другу о прошлых жизнях помогут глубже понять давно происходившие события и их влияние на эту жизнь, на отношение к своим близким. Иногда эффект от таких воспоминаний похож на прозрение слепого. Даже не очень радостные события прошлых жизней приведут вас к пониманию проблем текущей жизни.

А, как известно, – понимание проблемы – это уже на пятьдесят процентов её решение!

Предупреждение

Не говорите о своем уникальном опыте с людьми, которые относятся скептически к возможности существования прошлых жизней. Недоверие и насмешки, которыми люди осыпают все неизвестное и непонятное, может привести к ненужным конфликтам. вспомните трагичную историю Коперника! История наглядно показывает, что всегда были те, кто обгонял своё время и говорил истину, которую смогли оценить только потомки. Но общество далеко не всегда приветствовало великих пророков.

Когда-нибудь социум будет готов встретить идеи и практики прошлой жизни, и серьезно, с медицинской и научной точки зрения, рассмотрит возможность терапевтического воздействия этой практики на сознание человека. Но пока эти счастливые времена не пришли, – постарайтесь избежать ненужного противостояния с теми, кто не верит в реинкарнацию.

2. Блоки в сознании и способы их устранения



Возможные блоки и их устранение

Есть ещё один момент, который необходимо прояснить, прежде чем приступать к технике воспоминаний прошлых жизней. Это основные вопросы, которые задают себе начинающие.

А смогу ли я?

А получится ли у меня хоть что-нибудь вспомнить?

А не опасны ли эти упражнения?

Следует ли человеку заглядывать в собственное подсо-

знание?

Не нарушаются ли при этом божественные или вселенские законы?

Будет ли наказание за то, что я пытаюсь вскрыть те пласты своих знаний, которые не положено трогать?

Насколько опасно погружение в транс, а вдруг я останусь там навсегда?

Таких опасений и вопросов может возникать довольно много. Страх порождают шаблоны мышления, насаждаемые нашим обществом с детства. Часто люди не доверяют себе, собственным мыслям, чувствам или порывам своей души. В целом все это формирует ненужные блоки в сознании, которые только замедляют процесс вспоминания пошлых жизней. Если у вас не возникло подобных вопросов, и вы уверены в себе или уже занимались практиками вспоминаний и медитациями, – смело можете пропустить текст ниже и приступить непосредственно к освоению уникальных техник, которые даются в этом курсе.

Если у вас все же есть сомнения, то прочитайте строчки ниже, которые посвящаются мифам о прошлых жизнях и их развенчанию в форме часто задаваемых вопросов и ответов.

Внимание! Если Вы глубоко верующий человек и сама мысль вмешательства в «Божественный промысел» оскорбляет Вас, настоятельно рекомендуем Вам отказаться от за-

нятий по данному курсу.

3. Мифы о прошлых жизнях

Разберем мифы и выдумки о прошлых жизнях в виде вопросов и ответов. Эти вопросы мы собрали и записали, занимаясь вспоминанием прошлых жизней в группе духовного саморазвития.



Вопрос: Я не смогу вспомнить свои прошлые жизни, потому что я обычный человек, я не медиум и не обладаю особыми талантами. Мне потребуется много лет практики, чтобы вспомнить.

Ответ: Каждый человек хранит в глубине подсознания воспоминания о прошлых жизнях, надо только найти к ним путь. Не требуется быть кем-то особенным, нужно только иметь нестигаемое намерение. Все на самом деле намного проще, чем кажется. Картины прошлой жизни обычно появляются уже на первом сеансе воспоминаний, если вы точно следуете указаниям этого курса.

Вопрос: Вмешательство в подсознание человека опасно, раз оно не дано нам с рождения. Узнав что-то запретное, мы нарушим волю Бога или Вселенной.

Ответ: Нам не всё дано с рождения, многому мы учимся, повторяя действия родителей. Если бы наши родители помнили прошлые жизни, они бы и нас научили этому, как в своё время научили ходить, говорить, читать и т.д. В обществе таким вопросам уделяется мало внимания, и потому сама мысль о предыдущих жизнях кажется фантастикой.

Но сейчас время пришло, – это называется *духовный прогресс*. Если бы Вселенная была против, никто бы никогда не вспомнил прошлые жизни, но вспомнивших насчитывается десятки тысяч, в это число входят и авторы данного курса.

Вопрос: Транс и глубокая медитация – опасная игра со

своим подсознанием, можно сойти с ума и не вернуться к действительности.

Ответ: Погружаясь в неглубокий транс, человек, помнит, где он находится, кто он и что делает на данный момент. Он легко возвращается к действительности, если нужно резко оборвать сеанс. Никакого глубокого сдвига, угрожающего психическому здоровью, во время нашего курса не происходит, потому что вы сами контролируете весь процесс.

Люди в повседневной жизни часто имеют дело не с одной действительностью, а с несколькими одновременно. Приходилось ли вам, например, писать сочинение или готовить курсовую под громкую музыку или сериал, идущий по телевизору? В этот момент вы одновременно воспринимаете три реальности.

Первая: следите за содержанием вашей работы, над которой вы думаете. К примеру, вы погрузились в историю Франции и представляете королей XVII века. *Вторая:* ваши мысли о себе. Возможно, в этот момент вы думаете о том, как будет хорошо быстро завершить работу и пойти с друзьями на улицу. И наконец, *третья реальность:* это фильм, идущий по телевизору, который вы слышите краем уха и даже можете следить за событиями на экране. Вот простой пример, когда сознание человека воспринимает три разных ми-

ра, при этом никакого дисбаланса не происходит.

Вспомните: каждую ночь вы смещаете свое восприятие в реальность сновидения, которая характеризуется сдвигом восприятия намного более глубоким, чем транс, но при этом каждое утро вы легко возвращаетесь к реальности. В человеческом организме есть защитные механизмы, не позволяющие глубоко сдвинуться в другие реальности и там остаться навсегда. Наше сознание как шарик на резинке (Йо-йо мяч), всегда возвращается в исходное состояние. Но все же авторы книги не советуют заниматься по этому курсу людям с отклонениями в психике или пребывающим в затяжной депрессии.

Вопрос: Если я увижу свои прошлые смерти, то испытаю невероятные страдания.

Ответ: Это очень устойчивый блок в сознании, но он легко рассеивается на практике. Все мы много раз умирали и много раз рождались на Земле, а некоторые люди и на других планетах. Наш дух помнит о том, что мы вечны и поэтому страх смерти рассеивается. Просмотр прошлых жизней может вызвать легкую грусть, как бывает в конце фильма-мелодрамы, но повлиять серьезно на ваши чувства не должен. Для этого в конце курса приводятся техники, ослабляющие действие отрицательных факторов при воспомина-

нии прошлых жизней.

Если вы прочитали все эти подробные ответы и всё же испытываете нерешительность и сомнения, начните своё удивительное путешествие в прошлое не с воспоминаний прошлых жизней, а с просмотра своего детства. Освоив техники воспоминаний, вы сможете сначала проскользнуть по ленте времени в прошлое текущей жизни и вспомнить основные моменты и важные события. После этого, убедившись, что ничего опасного с вами не происходит, смело переходите к воспоминанию прошлым жизням.

4. Шаманская практика «Пещера»

Северные шаманы входят в транс для того, чтобы пообщаться с духами-помощниками в Среднем мире, то есть в мире людей на Земле. Они в своих практиках-медитациях преследуют другие цели, не связанные с прошлыми жизнями. Эту же практику можно успешно использовать для воспоминаний прошлых жизней или просмотра событий из своего детства.



С чего начинать

Для начала сеанса вам понадобится уединение, медитативная музыка и начальные навыки по выключению внутреннего монолога. В первый сеанс не надо ставить грандиозных целей или заранее писать список из множества вопросов (о них подробнее будет сказано в следующей главе). Достаточно будет самого освоения техники и получения результата. Если у вас не получилось в первый раз, – не стоит огорчаться, вспомните: читать и ходить вы научились не сразу, а только через какое-то время, и после того как приложили немалые усилия. Здесь действует тот же принцип: чем больше вы практикуетесь, тем лучше будет результат. Но, как

правило, большинство людей сразу же входят в воспоминания своих прошлых жизней.

Итак, запланируйте себе просмотреть определённую прошлую жизнь. Это может быть последняя жизнь перед текущей, первая на Земле или самая значительная. Дайте задание своему подсознанию. Приготовьтесь увидеть картины из другой жизни и максимально запомнить увиденное.

Практика

Предположим, вы выбрали последнюю жизнь перед нынешней, и готовы погрузиться в легкий транс. Теперь принимайте удобную позу, сидя или лежа (у спины должна быть опора). Если вокруг шумно, – наденьте наушники с медитативной музыкой, но не включайте слишком громко. Можно использовать запись шаманского бубна.

Вы должны сидеть или лежать в удобном положении. Шаманы используют «неделание» во время практики, – то есть, надевают на себя что-то непривычное из одежды, чтобы показать духу свое измененное состояние сознания. Для первого сеанса вы так же можете надеть, например, бандану на голову. Любое необычное действие помогает вниманию концентрироваться, что в целом облегчает практику. Но без этого можно обойтись.

Ещё хорошо использовать кристаллы, которые можно

держат в руке во время путешествия в прошлое.

Вход в шаманскую пещеру

Закройте глаза и прислушайтесь к музыке или к тишине вокруг себя. Остановите внутренний монолог. В этот момент вы не должны думать об обыденных вещах или мысленно комментировать всё происходящее. Теперь представьте пещеру в горе. Это может быть реальная пещера, которую вы видели раньше, или придуманная, всё равно.

Пещера – это тайный вход в ваше подсознание. Если вы увидите всего одну пещеру, значит, вам открылся пока что один вход, но может оказаться, что пещер – несколько и все они ведут в прошлые жизни. Это означает, что ваше подсознание предлагает вам *выбор*.

Осмотритесь вокруг: что вы видите? Как выглядит место, в котором находится ваша пещера? Посмотрите вверх, как выглядит небо, и опуститесь взглядом вниз, – посмотрите вокруг. Что здесь находится? На улице день или ночь? Это может быть лес, пустыня или даже город. Это место входа будет в дальнейшем использоваться вами всегда. В этом месте вам должно быть уютно и комфортно, а также вы должны понимать, что здесь абсолютно безопасно, в этом пространстве есть только вы. Никто посторонний не может появиться здесь без вашего согласия. Шаманы в своих практиках призывают помощников, духов деревьев или животных, с кото-

рыми знакомятся ранее, но для просмотра прошлых жизней это не обязательно. Ваше высшее «я», ваш дух вполне способен самостоятельно проникнуть в тайны предыдущих рождений.

Теперь обратите внимание на саму пещеру: рассмотрите её, она узкая или широкая, как выглядят её края, есть ли рядом другие пещеры. Если их несколько, выберите ту, которая вам больше всего нравится и войдите в нее. Если она узкая, возможно придется не войти, а вползти на коленках, но это не имеет значения. Двигайтесь вперед, параллельно рассматривая саму пещеру. Внутри она может быть узким лазом или очень широкой, оборудованной лестницами. В дальнейшем там может оказаться что угодно: лифт, современная комната, длинный коридор, даже станция метро. В любом случае, это будет образ пространства, дороги, по которой вы войдете в другой мир.

Проходя через пещеру, ещё раз мысленно озвучьте свою цель: «Я намереваюсь увидеть свою последнюю прошлую жизнь». Теперь ищите выход в пещеры, ведущий в другой мир. Обычно это светлый тоннель или отверстие наружу. Проходите через него.

Вы попали в память своей прошлой жизни

Не спешите, осмотритесь вокруг, вы увидите определен-

ный пейзаж. Это может быть что угодно: лес, город, горы с озером, улица в мегаполисе, корабль в море и т.д. Если вы видите вдали город или лес, направляйтесь к нему. Вы можете пойти пешком, а можете полететь, ведь вы – лёгкий дух. Если это лес, идите по тропинке, ваше подсознание само вам подскажет, куда надо двигаться. Когда вы окажитесь на месте, то увидите фигуру человека, он будет выделяться среди других, если их несколько. Быть может, вы не сразу рассмотрите его лицо, но какие-то детали попадут в поле зрения, например: прическа, одежда или средство передвижения (машина, корабль или лошадь). Постарайтесь запомнить как можно больше деталей.

Если во время сеанса что-то будет вас отвлекать или появится ненужный поток мыслей, постарайтесь усилием воли вернуться к тому месту, где вы встретились со своим прошлым воплощением.

Первое знакомство

Первое, что следует сделать, это задать вопрос, как его (ее) зовут и кто этот человек. Часто вы услышите только имя, но не фамилию или вообще не разберете, на каком языке разговаривает ваше прошлое воплощение. Это нормальный процесс, конкретную информацию вы можете получить в следующих сеансах. Если ответа не последует, то постарайтесь рассмотреть лицо человека, и, став легким духом, про-

никайте в голову этого персонажа.

Теперь задайте тот же вопрос, как бы находясь внутри вашего аватара. Здесь ответ может прийти не словами, а сразу непосредственным знанием. Узнав имя, спросите, чем занимается человек, в каком городе и в какое время он живет. Ответы не всегда приходят с первого раза, но вы сможете посмотреть на местность глазами вашего прошлого воплощения и узнать, где вы. Например, по внешнему виду домов будет понятно, что это город в Европе прошлого века.

Просмотр значительных моментов прошлой жизни

Теперь, когда вы познакомились, можете попросить *показать самые значительные моменты жизни*. Картины начнут разворачиваться перед вашим мысленным взором. Не следует пугаться и выходить из сеанса, надо твердо помнить, кто вы сейчас и чтобы не показала ваша память, – всё это уже давно прошло. Из значительных моментов может быть: рождение, смерть, смерть близких, встреча с возлюбленными, поступление в учебное заведение, рождение детей, эмоциональные события на работе и т.д.

Возвращение

Для первого раза достаточно просмотреть несколько таких моментов. Если вы ощутили усталость или желание вернуться, оставьте местность и отправляйтесь обратно ко входу в пещеру. Обратный путь может занять у вас значительно

меньше времени, чем появление, – это нормально.

Вы обнаружите, что не идете по дороге, а летите по воздуху или сразу оказались возле входа в пещеру. Теперь возвращайтесь обратно, входите в пещеру и двигайтесь в сторону выхода в вашем мире. Когда вы благополучно выйдете из пещеры и увидите то самое место, с которого начинался ваш путь, – завершайте сеанс, открывайте глаза и выключайте музыку.

Вас могут захлестнуть эмоции от увиденного, или вы испытаете потрясение от мысли, что всё это оказалось правдой, и свою прошлую жизнь можно легко увидеть. Берите ручку и записывайте подробно всё, что видели и ощущали, важно записать даже самые незначительные детали. Ваш дневник должен быть где-то рядом, чтобы по свежим следам записать все увиденное.

После сеанса

После сеанса у вас может появиться недоверие к переживаниям и картинам своих прошлых жизней. Могут появиться мысли, что все это выдумка, фантазия. Но поверьте, человек в состоянии транса (даже легкого) с выключенным внутренним монологом обычно редко поддается приятным фантазиям. Есть большая вероятность того, что вы увидите не радостную жизнь, и уж точно не то, что ожидали в своих радужных фантазиях.

Это происходит потому, что все мы приходим учиться и развиваться на эту планету. Земля – наш полигон, и только в борьбе и сражениях мы оттачиваем силу своего духа, так что совсем лёгких и полностью счастливых жизней не бывает. Возможно, вы увидите смерть в прошлой жизни, что будет точным доказательством, что это не фантазия.

Дальнейшие сеансы будут очень полезны, вы сможете увидеть определяющие моменты своей прошлой жизни, которые частично сформировали вашу нынешнюю личность, её проблемы и болезни. Например, вы поймете, почему у вас часто без причины болит левая нога (в прошлой жизни вы увидели, как упали с лошади и повредили ногу, что оставило в вашей душе психологическую травму). Или поймете, почему у вас есть конфликты с вашими родственниками (например, ваш брат в прошлой жизни был с вами связан и вы обращались с ним слишком строго).

Хотя у нас другое тело в это жизни, – некоторый душевный отпечаток проблем и болей мы несем из прошлой жизни. Примеры таких историй читайте во второй части книги «Беседы с Кетцалькоатлем». Вы можете узнать некоторых людей, которые появляются рядом с вами из жизни в жизнь и являются вашими родственными душами, членами одной духовной семьи.

5. Использование практики «Шаманской пещеры»

для просмотра детства и юности текущей жизни

Перед погружением в прошлую жизнь можно потренироваться на вспоминании детства и совершить путешествие к началу жизни. Метод тот же самый. Вы останавливаете внутренний монолог, представляете себе пещеру и просите ваше подсознание показать себя в институте, потом в школе, в пятнадцать, в двенадцать, в десять лет и так далее, до самого момента рождения и нахождения в утробе матери. Многие люди, используя подобные практики или гипноз, вспомнили, как выглядел их родильный дом, ощутили, как чувствуешь себя, находясь в утробе.



Иногда некоторые проблемы вашей жизни, которые появились в детстве (особенно в результате психических травм) можно обнаружить и решить при помощи этой практики. Можно поговорить со своим «внутренним ребёнком», то есть, с самим собой в детстве и понять какими несущественными были страхи и обиды того возраста. Если у вас есть такие психологические проблемы, то отправляйтесь через «пещеру» в своё детство; посмотрите взрослыми глазами и простите тех, кто вас обижал; обнимите вашего внутреннего ребенка, наполните его светом и любовью и скажите: «Я прощаю и отпускаю тебя». Через некоторое время после этого сеанса вам станет значительно легче идти по жизни.

Именно к таким приёмам прибегают психологи и регрессологи, только они вносят в эти сеансы много личного и направляют вас по заранее заданной схеме. Вы сами в состоянии решить все ваши проблемы, – главное увидеть их. Если вы совершили путешествие по ленте времени в своё детство, то запишите его в дневник и понаблюдайте за собой, – вы заметите, как изменились ваши чувства и некоторые реакции. Результатом обычно бывает смягчение боли и печали, пересмотр отношений с близкими и наполнение новыми силами.

Резюме по практике «Шаманская пещера» (используйте для повторного вхождения)

Сядьте удобно, выключите внутренний монолог.

Представьте скалу с пещерой, осмотритесь, обратите внимания на детали вокруг.

Выберите пещеру и войдите в неё.

Пройдите пещеру и найдите выход из неё в прошлую жизнь.

Осмотрите местность, направляйтесь к цели, которая возникнет перед вами (город, место в лесу, морской берег и т.д.).

Ищите человека, которого вы сразу узнаете.

Поговорите с ним, спросите имя, название города, род его занятий.

Попросите его показать самые значительные моменты в жизни (рождение, свадьбу, смерть и т.д.).

Поблагодарите своё подсознание за проделанную работу и возвращайтесь через пещеру обратно.

Выходите из сеанса и по свежим следам запишите всё, что запомнили (как выглядело место, как был одет человек, запишите диалоги с ним и особенно имена и названия, которые слышали).

Можно проверить в сети интернет, есть ли сведения об этом человеке или его эпохе.

6. Список вопросов во время сеанса

Процесс воспоминаний прошлой жизни может быть очень увлекательным и эмоциональным. Точнее сказать: он вызывает не поверхностные эмоции, а глубокие чувства, такие как радость (например, вы осознаете, что ваш избранник является родственной душой) или грусть; чувство легкости и освобождения от тяжелых эмоций, которые раньше мешали жить и развиваться.



Но кроме этого, сам процесс должен быть ещё и информативным, то есть отвечать на поставленные вами вопросы. Иногда, в момент просмотра прошлой жизни, забываешь, что именно хотел узнать, поэтому рекомендуем заранее продумать ряд вопросов. Эти вопросы можно задать своим прошлым воплощениям (можете рассматривать весь про-

цесс как *разговор со своим подсознанием*), или людям, которые были как-то связаны с вами в прошлом (здесь будет применяться практика «Пирамида Света», описанная ниже).

Чтобы помочь вам в процессе вспоминания прошлых жизней в рамках этого курса (на основании опыта вспоминаний с разными людьми) были подготовлены вопросы, которые следует задать во время просмотра своих прошлых жизней. Они сформулированы по значимости. Вы так же можете самостоятельно дополнить список вопросов, исходя из истории своей прошлой жизни.

Общий вопрос, который следует задать в первую очередь. (Это даже не вопрос, а настоятельное обращение к памяти своего подсознания).

«Прошу показать самые значительные моменты своей прошлой жизни».

Приготовьтесь, это может быть смерть предыдущего тела, рождение, обучение в школе или в вузе, знакомство с любимым человеком и т.д. К сожалению, чаще всего запоминаются трагедии, поэтому первое впечатление от прошлой жизни может быть немного грустным. Настройтесь увидеть как приятные, так и не очень приятные моменты. Примеры вспоминаний можете прочитать во второй части книги «Беседы с Кетцалькоатлем».

Второй вопрос.

Очень важный вопрос информационного характера, который следует задать вторым по счету. *«Как зовут, какая фамилия»*. Опыт показывает, что имя легко можно вспомнить, с первого или второго сеанса, а вот на счёт фамилии в вашем подсознании могут быть блоки, не позволяющие вспомнить, особенно если это был известный в истории человек. Иногда фамилию персонажа можно вычислить по имени и времени, если он оставил след в истории.

Третий вопрос.

Исходя из второго вопроса, задаем сразу третий: *«Время и место»*. Просим показать город или место, где жил персонаж. Часто само собой всплывает название местности или по одежде людей, которую вы увидите, по архитектурному стилю зданий можно определить примерное время, век и годы рождения.

Следующий вопрос: просим показать дом, где жил аватар.

Дом можно досконально обследовать, посмотреть комнаты, мебель, вещи, а так же увидеть прилежащую территорию или улицу.

В рамках одного сеанса еще следует задать *вопрос о своих близких людях* в прошлой жизни. Например: *«Кем были родители, супруг (супруга), дети, братья и сестры»*. Может оказаться, что вы кого-то из них узнаете в своей нынешней жизни. Например, ваш сын в прошлой жизни сейчас может

оказаться вашим племянником.

Это говорит о том, что вы ищете свою настоящую семью, состоящую из *родственных душ*, которые долгое время воплощаются вместе. Такие близкие вам души поддерживают вас, помогают решить поставленные перед данным воплощением задачи. Все это в целом помогает понять роль тех людей, которые сейчас рядом с вами и перестать обижаться на них, требовать то, на что они не способны или проявить к ним больше внимания. А так же простить тех, кто поступает по отношению к вам несправедливо. Вполне вероятно, вы сами, ещё до своего рождения, попросили этих людей относиться к себе определённым образом, чтобы решить задачи своей жизни. Все эти примеры будут подробно разбираться во второй части книги «Беседы с Кетцалькоатлем».

Есть еще вопрос, который обязательно надо задать.

Речь идет о ваших профессиональных навыках в прошлой жизни, об опыте в определенной сфере. Вопрос звучит так: «*Кем я был по профессии?*».

Наблюдая за людьми, можно заметить, что некоторые люди рождаются с определенными умениями. Кто-то легко осваивает музыку или живопись, кто-то сразу же направляет свой интерес в науку, а некоторым легко дается, например, вождение машины или управление самолетом (кораблем, мотоциклом и т.д.). Создается ощущение, что человек

как будто знаком с определённой деятельностью или уже многое умеет в данной области. Ответ вы можете найти в своих прошлых воплощениях.

Возможно, вы уже были врачом, воином, художником, поэтом, финансистом, преподавателем, швеей, поваром, умелым наездником, охотником или изобретателем. В этой жизни вы продолжаете оттачивать свои навыки и умения.

Гибридные души

Немного забегая вперед, во время сеанса вспоминания можете попросить своё подсознание показать вам свою первую жизнь на планете Земля, а так же задать очень важный вопрос: *«Были у меня воплощения до жизни на планете Земля»?*

Если вы увидите, хотя бы расплывчато и туманно образы инопланетян, то это значит, что вы – гибридная душа. Такое определение дал М. Ньютон в своей книге «Предназначение души» тем, чьи души и тела изначально были созданы не на Земле.

Гибридные души – это те, кто раньше рождался в других мирах. Это означает, что ваша жизнь особенная, что вы несколько отличаетесь от тех, кто был первый раз рожден на этой планете. И конечно же, это обещает очень интересное путешествие не только в прошлое на Земле, но и просмотр совсем других миров, где вы рождались до того, как пришли

сюда. Чем гибридные души отличаются от земных, вы так же можете прочитать во второй части книги «Беседы с Кетцалькоатлем».

Есть ещё один важный вопрос, который следует задать своим прошлым воплощениям, чтобы лучше понять задачи нынешней жизни. Вопрос звучит так: «*В чем было мое предназначение? Чему нужно было научиться в этом воплощении, какие извлечь уроки?*».

Задавайте этот вопрос всем прошлым аватарам. Если вы пришли чему-то учиться, преодолеть свои страхи или особенности характера ещё в прошлой жизни, то, скорее всего, след этой духовной работы над собой будет сохранен и в этой жизни. Чтобы понять себя, нужно знать в первую очередь, в чём были *задачи прошлого рождения*, они могут перейти полностью и в эту жизнь, если не были решены раньше. Полученные ответы старайтесь записать максимально точно в дневник.

Есть ещё возможность через прошлые жизни узнать причины болезней в этой жизни, особенно, если эти боли не имеют явных причин. Итак, спросите свои прошлые воплощения: «*Почему у меня болит...* (назовите свою проблему)?». Понимание и прощение самого себя и отказ от ненужной кармы – может быть первым шагом к выздоровлению.

Если мои действия в прошлой жизни могли отрицательно повлиять на жизни других людей, то могу ли я их чем-то компенсировать в этой жизни? Так бывает, что люди проявляют агрессию и насилие по отношению к другим людям. Увы, но это заложено в природе человека, наш разум всегда соревнуется с окружающими и иногда готов дойти до крайности. Здесь возникает вопрос: если человек в прошлой жизни применил неоправданное насилие, причинил другим людям зло, то как это влияет на настоящую жизнь? Опыт просмотра прошлой жизни показывает, что сильно влияет.

Душа, находясь в пространстве между жизнями, в духовном мире, планирует свою следующую жизнь так, чтобы получить необходимые уроки. Зачастую, уроки заключаются в понимании чужого страдания, а это значит, что человек на себе испытывает такое же насилие и агрессию, которую применял раньше к другим.

Это не закон возмездия, не наказание и не гнев богов, это необходимая коррекция души, которая запланирована самим человеком. Поэтому полезно совершать благие поступки и облегчать себе выполнение задач, запланированных перед рождением. В любом случае, от ваших хороших поступков будет только облегчение.

Если вы продолжите упорствовать, и, как в прошлой жизни, применять насилие, агрессию по отношению к людям, то, скорее всего, сами себе выроете яму, попадете в неё и испытаете все «прелести» кармы уже в этой жизни. Уроки даются

для того, чтобы их усваивать, а не убегать от них. Это в школе можно было сбежать со скучного урока и потом догнать других учеников, прочитав учебник. В духовной жизни от уроков уйти нельзя.

Резюме. 10 вопросов к своим прошлым жизням

1. Прошу показать самые значительные моменты своей прошлой жизни.
2. Как меня зовут, моя фамилия.
3. Время и место моего предыдущего рождения.
4. Как выглядел мой дом.
5. Кто были мои родители, мой супруг (супруга), мои дети, мои братья и сестры.
6. Кем я был по профессии.
7. Были ли у меня воплощения до жизни на планете Земля.
8. В чём было моё предназначение. Чему я научился в этом воплощении, какие извлек уроки.
9. Почему у меня что-то болит, в чём причина моей болезни или слабости.
10. Как компенсировать в этой жизни зло, которое я причинил людям в прошлой жизни.

Кроме этих вопросов, вы зададите ещё много других вопросов, когда начнете выяснять детали предыдущих вопло-

щений, это хорошо и это полезно. Развивайте своё внутреннее видение, рассматривайте детали обстановки или пейзажи, запоминайте даты и имена, это всё вместе с пониманием предназначения души, целей и задач жизни станет в дальнейшем духовной картой вашей души. А, как известно, ценность карт в том, что они ведут к сокровищам! И пусть вы не найдете клада (хотя в шаманских практиках бывает и такое!), но поймете кто вы, кем были и куда идете, – что даст вам опору в жизни, силу и спокойствие.

И самое главное: *зная путь и его конечную цель, всегда легко найти возможности*. Основная беда людей в современном обществе, в том, что они не знают, в чем цель их жизни, куда им направляться и как сделать правильный выбор. Они не живут полной жизнью, а лишь выживают, не мечтая о большем.

Просмотр прошлых жизней многим даёт понимание правильных ориентиров и наполняет жизнь смыслом. А человек, имеющий цель и несгибаемое намерение, может многое преодолеть, даже то, что на первый взгляд ему не по силам.

7. Практика «Путешествие в Верхний мир»

Если вам в процессе выполнения упражнений данного курса приходилось видеть необычные пейзажи (не существующие в этом мире), встречать нечеловеческих существ (да-

же сказочных), или вам приснились фантастические города или другие планеты, – это может означать, что у вас *гибридная душа*.



Гибридные души до планеты Земля воплощались в других мирах. О том, как выглядят эти миры и насколько они похожи на нашу планету, – в данном курсе речь не идет. (О них вы узнаете во второй части книги «Беседы с Кетцалькоатлем», там есть такая информация).

Если даже никаких признаков гибридной души у вас нет, – всё равно, следует попробовать еще одну шаманскую практику, которая называется «Путешествие в Верхний

мир».

Что такое шаманский Верхний мир

Верхний мир у шаманов – это небо, космос, звезды и высшее духовное пространство. Во многих религиозных и мистических системах есть представление о небе как об обители высших духовных существ. Воздушные, прозрачные, чистые, сияющие, ангельские, – все эти существа помогают нам, с сочувствием глядя на Средний мир, – мир людей. Мы долго воспринимали эти рассказы как сказку, приятное утешение и придуманный мир. Но есть люди, убежденные, что кто-то «присматривает» за ним с небес, это может быть индивидуальный помощник, или умерший (развоплощенный) родственник или сверхсущество.

У Майкла Ньютона в книге «Предназначение души» такие сущности называются гиды-помощники. Это души обычных людей, но более развитые духовно, чем их подопечные, что-то вроде *духовных учителей*. Возникает вопрос: если столько людей в это верят, может ли это быть правдой? Большой плюс этого курса в том, что вы можете самостоятельно получить ответы на эти вопросы через практику «Путешествие в Верхний мир».

До этого вы путешествовали только по Земле, отправлялись в разные времена и там искали свои прошлые вопло-

щения. Теперь же перед вами стоит задача найти своих духовных помощников в пространстве среди звезд, и если вы гибридная душа, то увидеть свои *прошлые воплощения на других планетах*. Задача может показаться сложной, но на практике она осваивается намного легче, чем даже практика «Пещеры», потому что у вас уже есть наработанный опыт.

Предупреждение

Приступая к духовному путешествию в Верхний мир (или в пятое измерение, кому как больше нравится), будьте готовы отказаться от некоторых своих шаблонных представлений, особенно: о рае, Боге, ангелах и пришельцах из других миров. На практике все оказывается несколько иным. Если же вы в духовном путешествии увидели нечто похожее на картины из фильмов или картинок в Библии, то следует спросить своё подсознание, не является ли это удобной игрой воображения.

Транс легко отличить от дремы или воображения по некоторым признакам:

- Вы видите далеко не то, что хотели или что вам нравится.
- В трансе вы воспринимаете новую информацию, а это значит, – видите неожиданные или даже невероятные образы.
- В трансе события разворачиваются сами собой, вы ред-

ко можете их контролировать, а простая фантазия вполне управляется вашей волей.

– Вы более глубоко, на уровне чувств, переживаете увиденные события.

– Вы услышите конструктивную критику своих действий и поступков.

Иными словами, – редко может возникнуть такая ситуация, что человек вместо сеанса духовного путешествия предается своим мечтам. Например, если вы всю жизнь считали, что являетесь далеким предком великих магов из Атлантиды и, закрыв глаза, представили, что вы и есть атлант, возможно, это – всего лишь ваша фантазия. Ещё раз подчеркну, – прошлые жизни и путешествие в Верхний мир не похожи на ваши представления о них. Хотя, не исключено, что вы были магом из Атлантиды. Всякое бывает в этой жизни.

В верхнем мире вам предстоит встретиться с высшими сущностями, теми, кто может свободно перемещаться по космосу и летать среди звезд. Но это не значит, что ваши души чем-то хуже, а встреченные вами существа намного вас превосходят и являются богами. Да, они могут оказаться более развитыми, но это не повод для унижения. Никто вас не упрекнет за то, что вы, например, учитесь в третьем классе, а ваш брат – в десятом. Здесь тоже самое: более продвинутые на пути духовного развития существа будут готовы вступить

с вами в контакт и поделиться знаниями или показать вам ваши жизни на других планетах, но никто не поставит вам в упрек ваш нынешний путь.

И последнее напутствие перед началом практики

В космосе, огромном и бесконечном, нет понятия бога, во всяком случае, такого, как мы представляем его на Земле. Есть существа, которые практически вечные и всеильные по сравнению с людьми, но и они смертные и пришли в этот мир учиться. Так что проявите уважение, столкнувшись с кем-то великим, но не преклоняйтесь, создавая идола.

В книгах Майкла Ньютона и других авторов, исследующих прошлые жизни, нет никого, кто бы встретил в духовном пространстве грозного бога. Главный вопрос, который задают все, кто готовится к путешествию в Верхний мир: а все-таки, Бог есть? То, что порождает жизнь, описано по многочисленным наблюдениям людей, находящихся в транссе, как источник невероятной силы и света, М. Ньютон так и называют его «Источник». На самом деле это сила не изучена и не описана в полной мере, поэтому, приближаться к ней или нет в своих духовных исканиях, – исключительно ваш выбор. Вначале надо разобраться со своими личными проблемами и привести жизнь в порядок, а потом уже обращаться к самому яркому свету во Вселенной.

Все это было сказано, чтобы вы осознали: ваши представ-

ления о мире и сам мир несколько отличаются. Шаблоны, по которым мы действуем и думаем, сковывают нашу силу и не дают ясно видеть правильный путь. Отправляясь в Верхний шаманский мир, будьте готовы отбросить шаблонные представления о себе и о жизни в целом. Новые миры, живущие по иным законам, ждут вас в вашем духовном путешествии.

Практика «Путешествие в верхний мир»

Подготовка к практике следующая: уделите немного времени прогулке на природе. Это понадобится для того, чтобы выбрать дерево-помощник. Пройдитесь по парку (саду, аллее, лесу), присмотритесь к деревьям. Если какое-то дерево вам понравилось, прикоснитесь к нему и мысленно спросите, будет ли оно вашим помощником. Для практики путешествия в Верхний мир необходим такой помощник, хотя позже вы узнаете о технике «Пирамида света», где можно попасть в пятое измерение напрямую, выстроив там свою пирамиду.

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.