Автор: Наталья Котельникова
04.12.2018 12:12 - Обновлено 04.12.2018 12:25

04.12.18.

Сейчас много говорится в эзотерических статьях и на семинарах о том, что надо очищать себя от негатива, чтобы поднять собственные вибрации. Некоторые понимают это в том смысле, что нужно вычистить повседневные мысли и чувства. Конечно, это правильно, но не до конца верно, потому что мы внутри несем в себе опыт всей своей жизни, начиная с зачатия, память всех чувств и мыслей.

Разумеется, вы пришли на планету уже с кармическими заготовками - пройти тот или иной урок, часто травмирующий, но необходимый вам по той или иной причине. Не будем сейчас вдаваться в эти причины, просто примем на веру, что не всегда, но часто ваш негативный сценарий был заранее определен – ваша семья, развод родителей, нелады с учебой или одноклассниками, первая любовь, брак и пр.

Когда начинаешь работать на консультациях с клиентами, то понимаешь, что многое

осталось в теле – ошибки, обиды, вина, стыд, страдания, гнев, злость, которые были в течение жизни, сидят как нарывы в теле, в мышцах, в энергетике – эфирном и астральном телах, если человек уже не работает сам над этим. Такие блоки создают болезни, и пока вы осознанно не раскроете свои блоки, они остаются и мешают здоровью.

Только что вынимала практически большой нарыв из сердечного центра, с болью, с напряжением, с кашлем и слезами…

«У меня это было давно, а сейчас все хорошо»…

«Я имела очень сложные отношения с матерью или отцом, но они уже умерли»…

«Я развелась давно, и долго не могла простить»…

«У меня умер ребенок (другой близкий человек), давно»…

«Я делала аборт(ы)»…

- Что вы чувствуете сейчас, когда думаете об этом?

«Злость, обиду, несправедливость, жалость к себе, негодование, боль…»

Как видите, несмотря на то, что «это было давно», все те негативные чувства, которые вы испытываете **сейчас** по отношению к тем событиям или отношениям, не добавляют вам света, а наоборот, опускают вас снова в те переживания, от которых хочется раз и навсегда отделаться. Не заживает и углубляется рана…

Все это живо и закрыто в сундуки, которые спрятаны на дно колодца, но как только вы об этом вспоминаете, они тут же приоткрываются и портят вашу воду, весь колодец…

Что же делать? Как с этим расстаться?

Существует несколько способов работы с негативными воспоминаниями.

1. **Прощение и отпускание**.

Здесь на память сразу приходят несколько способов, которые хорошо известны.

А) Метод Хоопонопоно

Самая главная суть, а именно, секрет техники Хоопонопоно заключается в постоянном проговаривании 4 фраз, которые и составляют формулу счастья:

«Я люблю тебя»

«Мне очень жаль»

«Прости меня»

«Я благодарю тебя»

В этих волшебных словах кроется рецепт очищения памяти, и неважно, осознаете ли Вы их или нет, главное повтор.

Формула помогает человеку посылать сигналы о любви и прощении.

https://silavmisli.ru/podsoznaie/metod-xooponopono.html

Б) Практика прощения Свияша:

ДЛЯ ТЕХ, КТО ИСПОЛЬЗУЕТ ЭФФЕКТИВНОЕ ПРОЩЕНИЕ Свияша. ВАЖНО! Это техника безопасности

http://www.sviyasha.ru/blog/tema-6/6-11-dlya-tekh-kto-ispolzuet-effektivnoe-proshchenie-vazhno/

***

Здесь всё объяснение самой техники, без которого вы не сможете ее провести.

А. Свияш ЭФФЕКТИВНОЕ ПРОЩЕНИЕ СЕБЯ Женский Вариант с озвучкой. 100%

эффективность!

Вариант с объяснением

https://www.youtube.com/watch?v=TmWOHyLaei0

Краткий вариант без объяснения

https://www.youtube.com/watch?v=ZtpUea6u5RA

***

Свияш - Эффективное прощение мужчин. Практикум для женщин

https://www.youtube.com/watch?v=hqtBLGKkgnk

***

Много разных практик прощения (ссылка)

В) Медитация прощения в свободном виде – вы вспоминаете случай, прощаете **себя в первую очередь**

, и другого, кого считаете виноватым. Прощаете не головой, не словами, а сердцем. Хороший признак прощения – ваши слезы. Это ваше сердце прощает от всей души.

2. **Метод осознания, понимания, рефлексии**

Вы с высоты ваших накопленных теперь знаний осознаете, что те события, которые с вами произошли, были

а) вами как-то спровоцированы, или

б) возможно, вывели вас на духовный путь (благодарю их!), или

в) служили вашим глубоким осознаниям, инсайтам, глубочайшим переживаниям.

Возможно, если эти объяснения не подходят, то здесь могут быть

а) различные кармические причины,

б) особые контракты,

в) нужный для вашей души опыт как обратная связь. Возможно, в другой жизни вы были «на той стороне», а теперь познаете изнанку.

3. Мудрость

Еще один уровень осознания состоит в том, что спустя несколько лет те опыты, которые вы проходили «с кровью», теперь, спустя годы, кажутся незначительными.

«И что я так переживала?» «И зачем столько дров наломала?» «Заварила же я кашу на пустом месте!»

В таком случае просто прощаете себя, принимаете себя такой, какая вы есть, со всеми своими «поварскими способностями». Утешаетесь тем, что теперь-то вы уже набрались мудрости, и та зависть, злость или непримиримость переходят сначала в досаду, а затем можно поменять ее на юмор. Постепенно ослабляя вибрации чувств, вы помогаете себе выкарабкаться из ямы недовольства собой или осуждения.

4. **Покаяние** часто может помочь в том случае, если есть глубокая вина. Не обязательно идти к священнику. Можно побыть наедине с Создателем и покаяться в тишине; и так покаяться, чтобы сердцем понять до конца, почему и как это произошло.

Понимаем, что мы все ошибаемся. Возможно, и наш мир в целом является не лучшим местом, большой ошибкой создателей, в котором невозможно заранее знать, где упадешь, где оступишься. Нет на Земле тех, кто не ошибался, не оступался. Поэтому, возможно, ваша вина и не такая уж страшная. Все проходит со временем, и ваша душа осознает ЦЕННОСТЬ вашей ошибки как опыт для рода, для души, для будущего. Любой негативный опыт – вдвойне ценный для остальных и для вас.

Здесь стоит заметить, что невозможно ВЫПРОСИТЬ прощение у кого-то – Отца Небесного, Христа, Бога, Кармического Совета. Вы сами должны и понять свою вину, и простить себя. Ибо никто, кроме вас, вас не осуждает. Вы сами несете в себе и

наказание, и прощение.

Если бы вы могли вместе с нами во время медитации подняться на более высокие уровни сознания, вы бы явственно ощутили, что никто вас не судит. Вас принимают безоценочно.

Простить себя (притча)

https://www.youtube.com/watch?v=KfoOMutwJe0

5. **В нашей Школе Саната Кумары** мы проходим не один метод вычищения своих негативов, вплоть до клеточного уровня. Приходите поучиться на следующий год!

Еще раз о том, зачем нам это нужно.

Мы занимаемся просветлением. Сундуки с ветошью (не сказать хуже) какую энергетику имеют?

Какие болезни вызывают в теле?

Чему служат? Просветлению?

Какие энергии притягивают в энергетические тела?

Сколько боли все еще вызывают при воспоминаниях?

Ограничивают вас в ваших выборах и целях (обжегшись на молоке…).

Не способствуют вознесению вашего сознания и подъему вибраций.

Оказывает влияние на все человечество в том объеме, сколько вы несете этого в себе. (Всё влияет на всё. Ложка дегтя…).

***

Эта статья написала под влияние вчерашней консультации, где пришлось вычищать не только ложку, а бочку дегтя из сердечного центра – тягучей аморфной черной жижи, проросшей в тело многочисленными корнями… Психосоматика этого человека – инсульт и бронхиальная астма.

Надеюсь, что мои слова как-то поспособствуют вашему пониманию необходимой глубокой и терпеливой работы с собой.

6. Если трудно сосредоточиться, и работы достаточно много, приглашаю пройти коучинг вместе со мной, где мы вместе будем идти к результату

http://sanatkumara.ru/seminari-2017-goda/kouchingovie-programmi-u-natali-kotelnikovoy

или приходите на личную консультацию

http://sanatkumara.ru/obyavleniya/konsultatsii-onlayn-2016