

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Об авторе.....	9
Благодарности.....	10
Примечание автора.....	11
Введение.....	12
Мой путь.....	15
Ваш путь.....	20
Наслаждайтесь процессом!.....	21
Глава 1. Назад к основам.....	23
Прежде чем двигаться дальше.....	24
С кем устанавливать контакт.....	25
Определение ваших способностей.....	27
Типы ясновидения.....	28
Настройка.....	31
Распознавание вашего уровня экстрасенсорных способностей.....	33
Отпустите страх.....	34
Боязнь сцены.....	35
Не бойтесь.....	37
Шаг назад.....	38
Глава 2. Экстрасенсорные символы и образы.....	39
Экстрасенсорные символы.....	39
Буквальные, метафорические и смешанные значения символов.....	42
Дневник символов.....	47
Знаки.....	49
Получение сообщения.....	52
Глава 3. Энергия и чакры.....	53
Защита вашей энергии.....	54
Почему энергия важна.....	57
Чакры.....	60
Когда чакры выходят из равновесия.....	64
Ауры.....	68
Фокусировка на энергии для пробуждения вашей силы....	73
Отрицательная энергия не всегда во вред.....	80
Одно не работает без другого.....	84

Глава 4. Расширение границ своих способностей . . . . .	85
Усиливаем вибрацию мыслей . . . . .	85
Медитация и осознанность . . . . .	88
Экстрасенсорные способности, медитация, гипноз и их взаимосвязь. . . . .	91
Медитация и астральные путешествия . . . . .	92
Выход за пределы своего эго . . . . .	101
Глава 5. Инструменты дальнейшего развития. . . . .	106
Продвинутые методы работы с проводниками . . . . .	106
Психометрия как расширение арсенала . . . . .	113
Глава 6. Медиумизм . . . . .	120
Как установить связь . . . . .	120
Интуитивный поиск доказательств. . . . .	127
Трансфигурация в медиумизме. . . . .	132
Закрытие ваших экстрасенсорных способностей . . . . .	138
Глава 7. Дары из прошлого . . . . .	143
Возвращение способностей из прошлых жизней . . . . .	144
Помощь от умерших близких. . . . .	150
Глава 8. Продвинутая практика с друзьями-экстрасенсами. . . . .	154
Общие интересы . . . . .	154
Экстрасенсорное слово дня. . . . .	156
Усиление способностей через работу в кругу . . . . .	158
Работа с наставником . . . . .	160
Глава 9. От среднего уровня к профессиональному. . . . .	164
Не обязательно уметь все, чтобы двигаться вперед . . . . .	164
Этика и обязанности. . . . .	167
Не позволяйте противоречивым ощущениям и эмоциям удерживать вас . . . . .	170
Радуйтесь неудачам. . . . .	173
Победите в себе скептика . . . . .	176
Бесплатные сеансы . . . . .	178
Рабочий процесс . . . . .	179
Глава 10. Выход на профессиональный уровень. поделитесь своим даром с миром . . . . .	181
Что дальше? . . . . .	181
Несколько практических советов . . . . .	197
Заключение . . . . .	199
Библиография . . . . .	203

# Глава 1

## НАЗАД К ОСНОВАМ

**В**ыход за пределы начального уровня — это углубление осознанности и способностей, которыми вы уже обладаете. Развитие дара не требует каких-то секретных знаний, вступления в закрытые клубы или использования сложных слов, придающих большей важности. Зная все это, мы все можем двигаться вперед и делиться опытом выхода за рамки своего начального потенциала.

Я всегда говорю людям, что каждый может сыграть ноту на пианино, но не каждый может стать Бетховеном. Это же верно и для экстрасенсорных способностей.

Учащиеся не будут развиваться одинаково и не станут использовать дар одним и тем же способом. Тем не менее начало у всех общее — та самая нота. Чтобы вывести способности за пределы начального уровня и стать более искусным во всем, что касается метафизического мира, мы должны вернуться к основам. И конечно же, трудиться усерднее, чаще практиковать, жаждать знаний и развивать интуицию.

## Прежде чем двигаться дальше

Нет никакой особой магии или специальных навыков, которые необходимы для усиления способностей. Возвращение к основам вовсе не означает, что нужно начинать с нуля. Это лишь способ укрепить связи и развить потенциально безграничные экстрасенсорные таланты. Хотя нет никакого волшебного выключателя, способного моментально привести эти таланты в действие, практика усилит ваши дарования. Волшебство состоит в том, чтобы понимать, как они работают, — в этом и есть суть метафизического интеллекта. Гордон Смит, практикующий медиум, учитель и писатель, утверждает: «Какими бы обширными ни казались ваши познания и как далеко бы вы ни прошли по пути духовного развития, всегда можно открыть для себя нечто новое, вспомнив начало этого пути»<sup>1</sup>.

Формулы, по которой можно рассчитать силу экстрасенсорных способностей, не существует. По правде говоря, нет даже шкалы измерений, которую можно было бы для этого применить, нет установленных правил. Некоторые люди более глубоко связаны с метафизическим миром, чем другие. Но сравнивать тех, кто находится на одном уровне, практически невозможно. Возьмем, к примеру, математику. Вы не перейдете к продвинутым вычислениям, пока не научитесь складывать  $2 + 2$ . Но как только освоите основы сложения, сможете преуспеть в геометрии, тогда как кому-то другому проще будет даваться алгебра. Вы, к примеру, можете успешно настраиваться на прошлое клиента, тогда как ваш друг окажется сильнее в предчувствии будущего.

---

<sup>1</sup> *Смит Гордон*. Интуитивное обучение: полный курс по медиумизму.

Однако, как и в случае с математикой, необходимо понимать общие правила в установлении духовного контакта, прежде чем двигаться дальше. Если вы читаете эту книгу, то как минимум обладаете базовым интуитивным пониманием или определенным интересом к другой стороне мира. Вы непременно почерпнете что-то новое, если уже владеете какими-либо экстрасенсорными техниками. И хотя некоторые упражнения могут показаться элементарными, ключ к совершенствованию с их помощью находится в ваших руках.

## С кем устанавливать контакт

Способов установить контакт и добыть информацию с помощью экстрасенсорного дара — великое множество. Возможно, вы уже имеете доступ к другой стороне, используя некоторые из них. Но знаете ли вы, откуда именно приходят сообщения? Многие люди не имеют ни малейшего представления, с кем они в действительности «говорят». Они просто знают, что получают необходимую информацию. Как правило, ничего страшного в этом нет, но вам наверняка захочется удостовериться, что вы не контактируете с чем-то опасным. Знание о том, кто делится информацией, позволит усилить способности и развить свой дар.

Зачастую мы чувствуем присутствие близких людей рядом и потому предполагаем, что на контакт выходят они. Иногда так оно и есть. Но чаще общаются ваши духи-проводники или даже сами ангелы. Они сопровождают вас долгое время, возможно, даже на протяжении нескольких жизней, чтобы помогать. У каждого из нас множество проводников, готовых откликнуться на просьбу о помощи.

Все виды помощников обладают набором особенностей, о которых стоит помнить. Ушедшие из мира доро-

гие вам люди — это знакомые, члены семьи, как жившие несколько поколений назад, так и близкие родственники, друзья. Чтобы считаться близкими людьми, не обязательно быть кровными родственниками. Они могут оказаться родней со стороны супругов или приемными детьми. Духами-проводниками могут стать дальние родственники из предыдущих поколений, с которыми вы никогда не были знакомы, или просто люди, готовые помочь. Ангелы, в отличие от духов-проводников, никогда не ходили по земле.

Итак, теперь, когда вы знаете, кто может выйти на контакт, поговорим о том, что они могут сделать для вас. Покойные близкие были людьми и многое о вас знают. Они прошли через те же трудности, что и мы, испытали те же радости. Кроме того, они сохранили многие характерные черты, которыми обладали еще при жизни. Благодаря этому они идеальные помощники в повседневности. Однако стоит просить их о помощи в том, в чем они были сильны, когда еще были с нами. Например, я бы не стала просить о помощи в спорте кого-то, кто при жизни был ужасно неуклюжим и никогда спортом не занимался, но я бы попросила того, кто был атлетом. Моя мама была потрясающей медсестрой и лекарем, но совершенно не умела обращаться с деньгами. Поэтому я постоянно прошу ее о помощи с исцелением, но ни за что не стану просить о содействии в финансовых делах!

Духи-проводники несколько отличаются от ушедших близких. Существуют обычные духи-проводники, готовые оказать помощь во всевозможных повседневных делах. Но есть и особые проводники, которые могут содействовать чему угодно. Мы можем попросить проводника-атлета помочь победить в спортивном соревновании, проводника-ученого — написать тест в школе, а когда нужно хорошо провести время, можно обратиться к проводнику радости и веселья.

Ангелы помогают нам в чем-то глобальном — например, в спасении жизней. Они приходят, чтобы помочь вытащить лучшего друга из попавшей в аварию машины или дают силы доплыть до берега, после того как вас унесло приливом; указывают верное направление, чтобы предназначение души исполнилось. У ангелов есть иерархия: архангелы — на высшей ступени, ангелы повседневности — на низшей. В целом архангелы более могущественны и могут находиться в нескольких местах одновременно, чем отличаются от обычных ангелов.

Если вы все еще не уверены, с кем именно говорите, можете спросить. Узнав, кто контактирует, вы получите более глубокое понимание возможной помощи. Это также позволит гораздо лучше и полнее понимать сообщения, которые они вам пересылают.

## Определение ваших способностей

Определение понятия «экстрасенсорные способности» важно как для начинающих, так и для опытных экстрасенсов. Вне зависимости от того, профессионал ли вы или просто надеетесь повысить врожденную духовную осознанность, важно понимать многообразие доступных экстрасенсорных чувств. Знание того, что может дать каждое из них, открывает возможность прокачивать свои сильные стороны и подтягивать слабые. Концентрация на каждом чувстве в отдельности поможет расширить экстрасенсорное восприятие в целом.

Сейчас мы рассмотрим базовые черты каждой способности. Конечно, можно работать методом научного тыка в надежде, что необходимая информация придет в той форме, в которой возможно правильно ее истолковать.

## Типы ясновидения

Развитие экстрасенсорных способностей невозможно без работы над различными типами ясновидения. Собственно ясновидение, или экстрасенсорное видение, — одно из наиболее общепризнанных чувств. Его часто ошибочно приравнивают по значению к экстрасенсорике. Ясновидение, однако, позволяет вызывать в сознании образы, в том числе и покойных людей. Есть два похожих экстрасенсорных чувства: ясновосприятие и ясноэмпатия. Ясновосприятие — это часто встречающаяся экстрасенсорная способность, которая позволяет ощущать физические и эмоциональные состояния других людей. Оно же задействуется, когда вы что-то чувствуете нутром. Ясноэмпатия — способность чувствовать чьи-либо эмоции, такие как радость или печаль. Яснослышание — это способность экстрасенсорно слышать в своем сознании слова, музыку или даже звуки. Яснознание — способность знать что-либо, не имея никаких оснований или сведений. Довольно часто встречающаяся форма яснознания — предвидение того, что сейчас зазвонит телефон, который молчит. Это самые распространенные виды ясновидения, и они служат важной частью дальнейшего развития ваших способностей. Есть еще два типа ясновидения: яснообоняние — способность к экстрасенсорному ощущению запахов, и ясновкусие — экстрасенсорное ощущение вкуса. Возможно, вы уже испытывали какие-то из них.

Меня часто спрашивают, какие чувства я использую для выхода на контакт. Как правило, это комбинация всех экстрасенсорных ощущений. Я позволяю информации приходить в той форме, в которой она была отправлена, и прошу уточнить непонятные детали.



Я всегда чувствовала людей или места ясночувствованием, полагая, что и остальные могут то же самое. И, подрастая, нередко познавала окружающий мир яснознанием. По мере моего развития ясновидение и яснослышание становились все сильнее. Получение информации от всех доступных экстрасенсорных способностей может дать более широкую картину. Чем больше исходных данных, тем больше вы можете передать словами. Как и в случае с нашими пятью физическими чувствами, доступ к большему количеству данных позволяет получать более точную информацию.

Много лет назад я проводила сеанс по телефону. Это была новая клиентка, с которой я никогда ранее не общалась. Перед каждым сеансом я провожу короткую медитацию, чтобы настроиться на следующего клиента. Я записываю любые приходящие впечатления, включая информацию, получаемую экстрасенсорными способностями, не фильтрую ее. Ким ничем особым не отличалась. Одним из образов, который я увидела, были младенцы на облаке. Для меня это символизирует потерю детей из-за выкидыша, аборта или в результате мертворождения. Я чувствовала, что это была непреднамеренная потеря и дети не прошли весь срок беременности. У Ким дважды случился выкидыш.

Я использовала ясновидение и ясночувствование, чтобы получить более конкретную информацию. Когда сеанс начался, я просмотрела все записанное и сказала, что в другом мире у нее есть дети, присматривающие за ней.

— Я чувствую, что они никогда не появлялись здесь, на земле. Но они часто бывают рядом, готовые помочь, когда вы попросите об этом, — продолжала я.

— Невероятно. Теперь все случившееся не кажется таким ужасным, — ответила она. — Но, как думаете, я когда-нибудь смогу снова забеременеть? Доктор сказал, что это невозможно.

Она объяснила, что у нее есть дети, но от предыдущего брака.

— Я бы хотела хотя бы одного ребенка от нынешнего мужа, — объяснила Ким.

Я настроилась, чтобы позволить всем своим чувствам получить максимум информации. То, что я уловила, поначалу было многообещающим, но потом мне стало немного грустно, хотя и не совсем понятно, почему.

— Вы снова будете беременны, несмотря ни на что, и срок в июне. Но ожидаемый результат может не случиться.

— Ого, здорово! Спасибо!

Позже Ким связалась со мной для еще одного сеанса и рассказала, что была у врача, который раньше утверждал, что она больше не сможет зачать. Он подтвердил, что она должна родить в в июне. К сожалению, вскоре после этого у нее снова случился выкидыш. Это объясняло мою грусть.

Я рассказала Ким об этом ощущении печали и поделилась опасениями о повторном выкидыше, если она действительно сможет зачать, и спросила ее, как она себя чувствует.

«Я смирилась с этим. По крайней мере, теперь понимаю, что больше не нужно пытаться. У меня есть замечательные дети, на которых я сосредоточу всю свою энергию. Потрясающе, что вы смогли увидеть мою беременность, хотя доктор сказал, что это невозможно! И смогли назвать срок родов!» Мне было жаль Ким, но я была рада тому, что она смогла принять ситуацию и идти дальше. Используя сочетание разных экстрасенсорных способностей, я настроилась на Ким и получила подробную информацию. Используя ясновидение, я увидела ее беременной, яснознание — чтобы выяснить дату, и ясночувствование — чтобы ощутить печаль из-за очередного выкидыша. Ясноэмпатия помогла понять горе из-за потери ребенка.

## Настройка

Итак, как вы настраиваетесь? Используете только одно или два своих экстрасенсорных чувства? Даже если вполне хватает двух, это не значит, что не нужно исследовать другие. У каждого есть преобладающее экстрасенсорное чувство, иногда их несколько. И это здорово! Но ваши способности можно развить еще глубже. Вы уже можете использовать все интуитивные чувства, просто нужно их активировать.

У нас всегда были экстрасенсорные способности — они даны от рождения. Тем не менее часто они находятся в состоянии покоя. Для запуска в действие к ним нужно обращаться и духовно заряжать. Если вы подавили их в детстве и чувствуете, что потеряли связь, или же больше сосредоточились на одних способностях и не чувствуете контакта с другими, это можно исправить. Лучший способ активировать экстрасенсорный дар — начать применять его на практике. Поначалу это будет казаться немного странным и может даже вывести из зоны комфорта — бывает, перемены приносят неприятные ощущения. Но эти изменения не обязательно будут трудными. Нужно выяснить, какое экстрасенсорное чувство в вас преобладает.



### Упражнение Какое чувство в вас преобладает?

Прежде чем начать (это касается большинства последующих упражнений), выберите комфортное место, где вас никто не побеспокоит, и не забудьте взять дневник.

Определение преобладающего чувства поможет перейти на следующий уровень осознанности. Возможно, оно уже известно. Если так, есть вероятность выяснить, какое именно служит вспомогательным.

Глубоко вдохните пять раз и закройте глаза. Почувствуйте, как пальцы на ногах расслабляются. Сделайте еще один вдох и, выдыхая, позвольте чувству расслабленности подняться вверх по ногам к бедрам. На следующем долгом, глубоком вдохе проведите это чувство полного расслабления через живот в грудь. Вдохните снова и позвольте ему дойти до кончиков пальцев. Еще один вдох — расслабьте шею и мышцы лица и челюсти. Позвольте расслаблению подняться прямо до макушки.

Теперь представьте себя стоящим перед дверью. По ту стороны двери вас ждет доступ к экстрасенсорным способностям. Через мгновение вы откроете дверь и встретите своего проводника — того, кто будет помощником с другой стороны. Это может быть кто-то знакомый или неизвестный вам.

Прежде чем открыть дверь, сконцентрируйтесь на намерении определить, какое чувство позволяет ощутить проводника. На счет три, не открывая глаз, откройте дверь. На один сделайте глубокий вдох. На два возьмитесь за ручку двери и поверните ее. На три откройте дверь и обратите внимание на то, как воспринимаете своего проводника.

Вы увидели его? Почувствовали физически? Услышали? Уловили запах? Ощутили вкус? Просто поняли, кто он? Распознали его эмоции?

Теперь сделайте шаг вперед. Вы ощутили проводника сначала одним чувством, а затем другим? Запомните впечатления: оказались ли они предсказуемыми или что-то было неожиданным?

Давайте продолжим. Используя зрение, подробно опишите, как выглядит ваш проводник. Слушайте, что он говорит. Как вы его ощущаете, какие чувства он вызывает? Есть ли что-то, что знаете о нем, чего не знали сначала? Чувствуете ли какой-либо вкус? Преобладающий запах?

После того как исчерпаете все экстрасенсорные чувства, сделайте два глубоких вдоха. Когда будете готовы, откройте глаза и сразу же запишите впечатления в дневник. К какому чувству вы обратились в первую очередь? Оно и будет преобладающим. Какое использовали вторым? Обычно это вспомогательное чувство. Всегда ли все происходит подобным образом? Удивило ли вас что-то?

Отличная работа! Это только начало. Вы можете возвращаться к упражнению и повторять его, читая эту книгу, чтобы увидеть отличия в результатах. Возможно, вы обнаружите, что преобладающее чувство меняется с практикой.

Применение всех экстрасенсорных способностей открывает более широкий диапазон для работы. Не ограничивайте себя, используя только наиболее комфортные чувства. Когда настроитесь на сеанс для себя или кого-то еще, позвольте информации приходить всеми способами. Сосредоточьтесь на каждом отдельном чувстве и посмотрите, какая информация поступает. Возможно, не все экстрасенсорные чувства будут задействованы, но будьте готовы и открыты ко всему. В нашем стремлении к экстрасенсорному развитию всегда полезно расширять осознанность, чтобы задействовать все чувства, имеющиеся в распоряжении.

## Распознавание вашего уровня экстрасенсорных способностей

Осознание, какую именно экстрасенсорную способность вы используете, не обязательно. Но когда вы только начинаете пользоваться своим даром, оно становится крайне важным шагом на пути развития интуиции и помо-

жет убедиться, что это не просто игра воображения. Определить, какие способности вы используете, когда пытаетесь настроиться, очень важно, если вы только начинаете практиковать и развивать эти конкретные навыки. Вы уже далеко не новичок, если получаете информацию, не беспокоясь о том, какие способности для этого использовали.

Это похоже на вождение автомобиля: когда вы впервые садитесь за руль, нужно знать, как положить руки на руль, с каким усилием нажимать на газ и так далее. Но спустя некоторое время процесс становится естественным, вы не задумываетесь о нем и просто водите. Действия становятся автоматическими. Так же и с экстрасенсорными способностями — чем больше вы применяете их на практике, тем более естественными станут ваши действия, и вам не придется углубляться в детали.

## Отпустите страх

Есть два совершенно разных способа идти по жизни, будь то физический или метафизический мир. Один путь очень легкий, другой — сложнее. Автор и духовный наставник Марианна Уильямсон утверждает: «Самый сильный страх — не наша слабость, а чрезмерная сила. Больше всего нас пугает собственный свет, а не тьма»<sup>1</sup>. Боязнь овладеть силой может помешать собственному прогрессу.

Принятие экстрасенсорного дара для многих может оказаться нелегким. Бесполезно пытаться развивать способности, пребывая в страхе. Страх блокирует позитивную энергию. Любовь, напротив, открывает дорогу к доброте. Она создает позитивное пространство, увеличивающее ваши силы, и дарит чувство удовлетворения. Но от-

---

<sup>1</sup> Уильямсон Марианна. Любовь! Верните ее в свою жизнь. Курс на чудеса.

пустить страх, который сдерживает вас, может оказаться трудной задачей. Мы склонны бояться всего, что не поддается контролю. Если мы не чувствуем полной власти над своим интуитивным даром, это может дезориентировать и привести к страху.

Я — профессиональный экстрасенс и уже почти 20 лет провожу индивидуальные сеансы. Но я люблю и выступать, учить других и передавать сообщения от умерших близких. Это сочетание — то, что действительно заряжает меня энергией и даже вызывает мурашки. Проблема в том, что я часто позволяла страху сдерживать меня, опасаясь, что никто не выйдет со мной на контакт перед аудиторией. В конце концов, мы не можем заставить мертвых говорить, верно?

## Боязнь сцены

Много лет тому назад я сидела в первом ряду на вечернем шоу в «Омеге» — холистическом учебном центре в Рейнбеке, штат Нью-Йорк. Принимая участие в недельном семинаре, я весьма успешно скрывала, что я практикующий экстрасенс. (Потом я обнаружила, что если раскрыть правду, отношение к тебе меняется. Я же пришла туда, потому что мне нравится учиться и вносить свой вклад наравне с другими учащимися.) В последний вечер наш учитель Джон Холланд, уважаемый экстрасенс, продемонстрировал навыки медиума. Он вышел на сцену и начал представление, объяснив, что будет делать, и рассказал, как обычно, несколько забавных историй. Затем учитель сказал, что уйдет со сцены и вернется чуть позже, чтобы начать сеанс.

Джон зашел в закулисное помещение, а мы с другими студентами начали общаться. Разговор шел о том, что привело нас сюда. Рядом со мной были мать и дочь —

мы работали вместе в течение недели. Мне было очень комфортно с ними. Они высоко оценили мою работу и отметили, что я прекрасно умею настраиваться. Пришлось признаться, что я действительно профессиональный экстрасенс. Они ответили в один голос: «Ну это все объясняет!»

На их вопрос, чем бы мне хотелось заниматься, я ответила:

— Этим. Я хочу преподавать в группах, проводить сеансы для большой аудитории.

Конечно, следующим вопросом стал: «Тогда чего ты ждешь? У тебя прекрасно получается!»

Было трудно объяснить, что меня сдерживал страх. Это был не страх стоять на сцене перед людьми, такого опыта у меня было достаточно. Меня пугала перспектива сеансов, когда все зависит от того, выйдут ли покойные на контакт перед лицом сотен людей, затаивших дыхание в ожидании сообщений от своих усопших близких, или нет.

— Хорошо, но ты боишься, что они могут не выйти на контакт? — спросили они. — Покойные наверняка захотят помочь своим близким, используя тебя как проводника. Конечно же, они придут. Ты уже доказала, что можешь их понимать.

Мне было страшно оказаться на сцене, рассчитывая лишь на милость покойных.

— Я знаю, это звучит разумно, но страх иррационален. Когда выхожу на сцену, сердце начинает биться как сумасшедшее! — сказала я со скромной усмешкой.

В этот момент вернулся Джон Холланд. Поднимаясь по лестнице на сцену, он начал рассказывать, что всегда испытывает тревогу, опасаясь, что сеанс не состоится. Затем он сказал: «Но на этой работе вы должны верить, что другая сторона хочет выйти на контакт и будет использовать нас при любой возможности».



Это было невероятно! У него были те же страхи, что и у меня! Но что действительно поразило, так это его следующее действие. Он остановился на полпути, повернулся и посмотрел прямо на меня. В аудитории среди сотен людей Джон указал именно на меня.

— Я верю, что они всегда будут приходить, и ты тоже должна верить! — И он продолжил путь по лестнице на сцену, оставив меня с друзьями сидеть с раскрытыми ртами.

## Не боитесь

Один из величайших страхов для начинающего экстрасенса, помимо беспокойства о том, придет ли дух с другой стороны, — опасение дать неверную информацию во время сеанса. Передача сообщений становится непростой задачей, если мы сами не уверены в том, что получаем. Желание делать все правильно или давать только подтвержденную информацию сильно тревожит в процессе сеанса. Страх ошибиться или принять игру собственного воображения за послания духов вполне рационален. Умалчивание получаемой информации может помешать сеансу, но поверить в ее достоверность зачастую трудно.

Никто не хочет ошибаться. Тем не менее мы лишим себя возможности оказаться правыми, если не будем честно делиться полученными сведениями. Я все время говорю людям: «Рассказывайте обо всем!» Не сбрасывайте со счетов никакую информацию. То, что кажется нелепым или смешным, может значить многое для человека, с которым вы проводите сеанс, и зачастую так оно и есть. Переступите через себя! Перестаньте сдерживаться из-за боязни допустить ошибку. Рискните оказаться правыми. И знаете, иногда вы действительно можете ошибаться, но в этом нет ничего предосудительного.

Собственные страхи ограничивают нас. Да, мы должны быть крепко привязаны к работе или хорошо понимать, как подключиться к интуиции, но просто необходимо доверять процессу.

Страх мешает двигаться вперед. Если вы сможете сделать этот смелый шаг и довериться получаемой информации, то заметно преуспеете на фоне экстрасенсов, продолжающих бояться своего дара.

## Шаг назад

Независимо от того, сколько вы уже знаете, первая глава, вероятно, открыла что-то новое. Узнали ли вы, какое экстрасенсорное чувство преобладает или от кого поступают сообщения, возвращение к основам помогло получить свежий заряд энергии и взглянуть на свой дар под другим углом. К тому же это отличный шанс переосмотреть отношение к собственным способностям. Признание того, что у вас, вероятно, есть сдерживающие страхи, — хороший способ преодолеть их.

Выполнение упражнений и даже их повторение может расширить восприятие и добавить уверенности в своих силах. Вернувшись к основам, вы подготовили себя к выходу за пределы начального уровня и заложили базу для понимания символов и знаков.