



Г Л А В А

Исцеляющие путешествия в прошлые жизни

Наконец-то мы добрались до раздела, который вы так долго ждали, — собственно регрессии в прошлые жизни. Теперь вы знаете, с какими местами и вещами у вас есть связь. Если расширить и углубить этот опыт и свое восприятие, можно достичь исцеления. Отправиться в определенное место из вашей прошлой жизни, где вы жили или просто бывали, или сталкивались с каким-то предметом. Я расскажу вам несколько методов спонтанных воспоминаний, которые позволят вам избавиться от груза прошлого, пройдя сеанс регрессии и поняв причины тех или иных ситуаций в вашей жизни. Давайте начнем!



Регрессия в любимое место

В предыдущих главах этой книги вы исследовали свои воспоминания и нашли среди них места, где вы бывали когда-то давно в прошлом. Подумайте о том, которое нравится вам больше всего. Пусть ваше сердце наполнится теплотой и счастьем при мыслях о нем. Существующая между вами связь станет отправной точкой для регрессии в прошлые жизни.

Это место необязательно должно быть каким-то особенным. У вас может вызывать восторг неприметное местечко рядом с вашим домом или какой-то район в городе. Мы посвятили немало времени теории и практике поиска таких мест. Однако если вам сложно остановиться на каком-то одном, помните, что можете проделать это упражнение с каждым из них. Я советую начать с самого первого, которое придет в голову. Готовы? Давайте начнем.



УПРАЖНЕНИЕ

Сядьте в тихом и спокойном месте так, чтобы ноги касались пола. Руки положите на колени. Закройте глаза. На вдохе почувствуйте покой, расслабленность и исцеляющую энергию, которые наполняют ваше тело. На выдохе отпустите все переживания и напряжение. Отлично.

С каждым вдохом вы погружаетесь во все более расслабленное состояние. Представьте луч чистого белого света, проходящий через вашу макушку. Он наполняет собой голову, спускается вниз по шее и рукам к самым кончикам пальцев. Свет течет по позвоночнику, принося с собой



исцеление и покой. Он проникает в сердце и желудок, спускается вниз по ногам до самых стоп.

Позвольте этому свету омыть вас с головы до ног, унося с собой напряжение и беспокойство. Вся нежелательная энергия как будто стекает с вас и уходит в землю, где преобразуется в теплый исцеляющий свет. Отлично.

Теперь свет становится ярче. Он исходит от вашего сердца. Его сияние настолько сильно, что оно создает вокруг сферу золотистого света, которая расходится примерно на метр от вас во всех направлениях. Представьте, как парите в этом золотом свете. Вам ничего не угрожает, вы в абсолютной безопасности, ведь внутрь сферы может проникнуть только то, что пойдет вам во благо. Отлично.

Представьте перед собой дверь. Это может быть образ, ощущение или просто уверенность, что она перед вами. Через мгновение, когда я досчитаю до трех, вы откроете эту дверь и окажетесь в своем особом внутреннем пространстве. Готовы? Раз, два, три. Открывайте дверь. Войдите в красивую комнату. Здесь вы почувствуете себя под защитой, вы в полной безопасности. Отлично.

Оглядитесь. Что находится в комнате? Что вас окружает? Ощутите вибрации покоя и умиротворения, которыми пропитано все вокруг. Знайте, вы в абсолютной безопасности, вам ничего не угрожает. Вы спокойны и расслаблены. Отлично.

Посмотрите вокруг. Перед вами парит ваш ангел-хранитель. Он здесь, чтобы помочь вам, и он знает все о вас, вашей душе и пройденном ею пути. Ощутите всю его искреннюю любовь и обожание. Он пришел сегодня, чтобы помочь вам узнать нечто важное.

Подойдите к нему и возьмите за руку. Вместе вы начинаете парить. Все выше и выше. Комната остается внизу,



под ногами, а вы поднимаетесь к облакам. Чем выше вы оказываетесь, тем спокойнее и расслабленнее вы себя чувствуете.

Внизу под собой вы замечаете луч света. Представьте, что смотрите на течение времени со стороны. Вы парите над сегодняшним днем. И через мгновение ангел-хранитель поможет вам перенестись в прошлое. Он направит вас к тому событию, которое положило начало вашей связи с любимым местом.

Когда я досчитаю до трех, вы окажетесь там. Готовы? Раз — двигайтесь назад по ходу времени. Два — все дальше и дальше, возвращаясь к истинной причине вашей связи с этим местом. И три — вы у цели. Этот момент сейчас внизу, прямо под вами. Возьмите ангела-хранителя за руку и начинайте опускаться вниз. Вы оказались в далеком прошлом, в той ситуации, которая случилась с вами когда-то очень давно. Что происходит?

Где вы находитесь? Важны первые ответы, которые приходят вам в голову. Какой сейчас год? Как вы себя чувствуете? Вы мужчина или женщина? Вы в одиночестве, или рядом с вами кто-то есть? Не торопитесь, постарайтесь увидеть как можно больше.

[Пауза.]

Теперь перенеситесь чуть вперед, к следующему наиболее важному событию, когда вы находитесь в окружении людей. Что происходит? Кто рядом с вами? Какие у вас отношения? Почувствуйте энергию окружающих. Есть ли среди них те, кто знаком вам по нынешней жизни? Если да — замечательно. Но это необязательно. Обратите внимание на тех, кто оказался вам знаком. Кем они вам приходятся? Какие между вами отношения были тогда? А в нынешней жизни? Отлично.



Что происходит в то время? Почему эти события оказались важны для вас?

[Пауза.]

Продолжайте просматривать прошлую жизнь в своем любимом месте. Наблюдайте за мыслями, образами и чувствами, появляющимися в вашем сознании.

[Пауза.]

Помните, что вас окружает сфера золотистого света. Внутри нее вы всегда в полной безопасности. Перемотайте события вперед и перенеситесь в самый последний день этой жизни. Как вы умерли? Что с вами произошло? Покиньте тело, почувствуйте, как поднимаетесь все выше и выше.

Сейчас вы находитесь в умиротворяющем пространстве между жизнями. И с вами ваш ангел-хранитель. Подумайте о той инкарнации, в которой только что побывали. Какие уроки вы извлекли из этого без сомнения важного опыта? И какое влияние они оказывают на вашу нынешнюю жизнь?

Как вы считаете, почему ваша душа решила вернуться в это место снова? С какой целью?

[Пауза.]

Отлично. Теперь, когда вы нашли ответы на все свои вопросы, возьмите ангела-хранителя за руку и начинайте вместе спускаться вниз, сквозь облака, обратно в ту комнату, откуда начинали свое путешествие.

Сейчас вы можете задать ему любой вопрос, который интересует вас в данный момент. Если что-то осталось для вас непонятным, попросите ангела-хранителя это объяснить.

[Пауза.]

Отлично. Поблагодарите его за помощь. Представьте, как он уходит. Теперь повернитесь и тоже направляйтесь к двери, через которую вошли. Закройте ее за собой. Скоро вы вернетесь сюда. Отлично.



Вы по-прежнему находитесь под защитой сферы из золотистого света. Когда я досчитаю до одного, вы откроете глаза и будете чувствовать легкость и прилив сил. Готовы?

Пять — вы спокойны и беспристрастны. Четыре — готовы во сне проработать полученную информацию, чтобы принять ее как часть своего жизненного пути. Три — вы в полной безопасности. Два — вы спокойны и беспристрастны. И один — открывайте глаза!

Как все прошло? Удивило ли вас то, что вы узнали? Почему в нынешней жизни вас снова потянуло в это место? Запишите все, что удалось узнать и испытать, в свой дневник. Советую делать так после каждого сеанса. Помните, вы всегда можете повторить свое путешествие в любую из прошлых жизней, чтобы найти в них необходимые подсказки или объяснения. Отличная работа!



Регрессия в нелюбимое место и исцеление

Если честно, мне не нравится вспоминать о плохом. С другой стороны, а кому это нравится? Тем не менее, за годы практики я поняла, что и неприятные моменты полезны и могут в конечном итоге принести мир и счастье в вашу жизнь. Я убедилась в этом на примере многих своих клиентов и искренне верю, что то же самое может произойти и с вами. Когда будете готовы испытать себя, достаньте записи, которые делали о местах, вызвавших у вас явные негативные эмоции или где вам внезапно становилось плохо. Как и всегда, доверьтесь своей интуиции. Ваша душа знает, что вам на самом деле нужно