



Анаста Даймонд

БОЛЬШАЯ СТИРКА

В книге выражено личное мнение автора, которое может отличаться от мнения читателей. Ни автор, ни издатель книги не несут ответственность за неверную интерпретацию читателями содержания книги. Читатель принимает ответственность за использование книги на себя. Все права на материалы книги принадлежат Анасте Даймонд и охраняются законом об авторском праве и смежных правах. Запрещается изменение формата книги и использование материалов книги в коммерческих целях. Запрещается полное или частичное копирование материалов книги. Транслирование по аудио- и видеоканалам, а также и заимствование её фрагментов.

Автор книги - ©Анаста Даймонд
www.happyselfmade.com

Содержание

	Введение	4
Глава 1	Конец работы	8
Глава 2	Чистка сосуда кармы	12
Глава 3	Тело – на помывку!	16
Глава 4	Сознание. Перезагрузка.	19
Глава 5		
Глава 6		

Вся серия мини-книг «Счастье Self-made»:

Первая книга «Мир имени меня»

Вторая книга «Власть иллюзии»

Третья книга «Верим в блоки»

Четвёртая книга «Большая стирка»

Пятая книга «Остановка по требованию»

Шестая книга «Миссия выполняема»

Седьмая книга «Устройство мира»

Восьмая книга «Закон сохранения»

Девятая книга «Спасибо зарядке»

Десятая книга «Счастье быть собой»

Введение

*«Возвращать своей природе изначальную чистоту –
все равно что есть, когда ты голоден,
и пить, когда мучим жаждой».*

Хун Цзычен

Мир вокруг нас непредсказуем и удивителен, как доказала мне та девочка в метро. И мы вправе выбирать – быть нам счастливыми, радуясь каждому мигу – и приятному и неприятному, как новому рождению, как возможности обогатить свой мир, выбирая тот или иной способ реагирования. Или повторять чужие сценарии, не несущие удовлетворения, не проживая жизнь, а лишь существуя в страхе проявлять истинного себя.

Я уже писала, что в тот день я твердо решила, во что бы то ни стало, реализовать свою мечту – обрести счастье. Для начала я решила избавиться от того, что мешало мне понять, чего я хочу, и отнимало много времени. Я говорю о работе. Потому что, если вы работаете больше одной трети светового дня, то вы – раб, как бы ужасающе для вас это ни звучало. Кстати, чем ужаснее вы себя ощущаете, осознавая это, тем лучше и тем больше энергии вы сможете направить на изменение своего образа жизни. Под работой я подразумеваю эксплуатацию вас и ваших знаний и умений кем-то с целью получения прибыли для себя. Если вы работаете по найму полный рабочий день, закономерно, что вы не получаете удовольствия от своей работы. Как правило, вы работаете на износ, отдавая около 90% (а то и все 150%!) своих сил и энергии на то, чтобы чужая компания развивалась. Хотя, по сути, этот владелец бизнеса – просто продавец ваших умений.

Что вам мешает продавать свои способности самостоятельно? Это намного приятнее делать, а доходы значительно выше, чем если бы вы работали по найму. Другое дело – команда единомышленников, которая формируется на вертикальной основе, или партнёрство. В ней отсутствует иерархия, а доход делится пополам, при условии, что каждый участник вкладывает определенное и согласованное со всеми членами команды количество сил. Попробуйте найти единомышленников и начать собственное дело. Это первый шаг выхода из образа жизни «как белка в колесе». И основан этот шаг на понимании того, чем вы любите заниматься, процесс чего доставляет вам истинное удовольствие.

Вполне возможно, что вы можете не сразу понять, как называется то, чем вы занимаетесь. Например, одна моя хорошая знакомая любила заниматься сексом, она изучала эту область и с практической и с теоретической стороны. В итоге, она стала коучем в области секса, и сейчас ведёт тренинги на развитие сексуальности. Другой мой знакомый очень любил вкусно поесть и путешествовать. В итоге, он организовал туристическую фирму, которая предлагает гастрономические путешествия. Как видите, абсолютно любое ваше пристрастие может приносить вам доход, если грамотно подать его. Станьте экспертом своего любимого дела – ведь это так просто: обучая других, обучаться самому. И делайте то, что хотите.

Однако прежде чем вы будете готовы вкладывать энергию и силы, вам нужно как следует почиститься. Я говорю о чистке ментальной, эмоциональной, душевной, телесной и вообще об избавлении всего того, что мешает вам двигаться вперед.

Очищение души происходит через очистку сосуда кармы – в течение жизни мы участвовали в огромном количестве ситуаций, встречались с миллионами

людей. И с каждым у нас было взаимодействие. С каждым завязался кармический узелок. То, как вы ведёте себя в жизни – фиксируется в вашей кармической памяти, или оседает в кармическом сосуде, как я ещё её называю. И совсем необязательно встречаться со всеми людьми, достаточно простить их и отпустить. Также важно поработать с прошлым с эмоциональной точки зрения. Прожить его снова и выявить новый способ реагирования на произошедшее.

Тело очищается посредством питания. Я есть то, что я ем. Пища и вода – строители не только для нашего физического тела. То, что мы помещаем внутрь себя, содержит информацию, которая остается в структуре нашего сознания. Продукты, содержащие информацию о насилии, боли, страхе, «подарят» вам весь спектр не самых приятных энергий. Если вы начнёте питаться осознанно, то вскоре заметите, что меняется не только ваша внешность, рельефы тела, но и ваше восприятие – оно проясняется, появляется спокойствие. Начните очищение тела с отказа от опьяняющих средств – алкоголя, табака, лёгких и тяжёлых наркотиков, тяжёлой пищи (говядины, свинины, птицы). Увеличьте в рационе содержание свежих фруктов и овощей, пейте больше воды, начните делать утреннюю зарядку, больше потягивайтесь и внимательнее прислушивайтесь к истинным потребностям своего организма. Никто, кроме вас, не знает, что необходимо вашему телу для активной и осознанной жизни.

Очистка сознания происходит постфактум – невинная, как у ребенка, душа и очищенное тело в совокупности дарят легкость и ясность сознанию. Вы словно убираете всё лишнее из своего внутреннего мира, и, как по волшебству, замечаете, что изменяется мир внешний. Жизнь становится радостнее и ярче, повышается осознанность и появляется вдохновение продолжать поиск и саморазвитие.

Не бойтесь сбросить отмершую кожу. Под ней растёт новая – молодая и яркая. И даже если вы не видите её, это не повод ходить в обносках. Сбросьте лишнее, освободите место для нового в своей жизни! Подготовьте место для того, чего вы так долго ждёте, и оно обязательно придёт!

Для того, чтобы новая информация легла на ваш жесткий диск, вам необходимо отформатировать себя, и, как следствие, своё жизненное пространство. Ведь известно, что наполнить сосуд можно, только если там ничего нет. Вам придётся избавиться абсолютно от всего того, что не приносит вам счастья. Ведь даже маленькая капля дёгтя способна испортить огромную бочку с мёдом.

Глава 1. Конец работы.

Я предлагаю вам начать с конца. С конца вашей «работы на дядю». Вы должны быть замотивированы на изменение по максимуму! Если вы не переключитесь на занятие по душе, вам никогда не испытать того, что называется счастьем. Вы должны уйти с работы, которая пожирает вашу жизнь, здоровье, время. Так сделали миллионы людей! Значит получится и у вас! Да, вы вольны очень долго тешить себя тем, что сможете параллельно гнаться за двумя зайцами: и работать и заниматься любимым делом. Но это невозможно. Выбудете продолжать тратить свое время, получать множественные стрессы и жить от зарплаты до зарплаты. Если вы выбираете такой образ жизни осознанно, можете прямо сейчас закрыть эту книгу и забыть о том, что прочитали до этого навсегда. Если же вы нацелены меняться, развиваться и осознавать, для чего вы живёте, продолжаем.

Я тоже когда-то работала. В самых разных местах. Я так же искала себя, думая, что меняя работодателей, я меняю свою жизнь. В итоге, я доросла до работы в крупной компании производившей рекламный носитель для аудитории класса de lux. Я работала на износ, отдавая всю себя с утра и до позднего вечера. При достаточно высокой зарплате эта же работа пожирала все мои кровно заработанные! Мне приходилось обедать в лучших ресторанах города, потому что встречи с клиентами назначались именно там, я носила одежду из первых линий брендов, чтобы соответствовать своему статусу, арендовала дорогое жильё, ездила на такси бизнес-класса, и мой ребёнок ходил в самый лучший детский сад. Но каждый день неизменно в 6 часов утра я уже была на ногах, а в 23:00 падала обессиленная. И так каждый день.

Помню, как однажды утром я просто не смогла выйти на работу, потому что почувствовала сильнейшее напряжение в области живота. Меня тошнило от

всего, что было связано с работой. Мой телефон разрывался от звонков, а я лежала, повторяя одну и ту же мысль «Всё, я больше не могу. Я ухожу».

В ту ночь мне приснилось, как я рассылаю резюме и хожу по собеседованиям. Очевидно, так проявлялся мой страх остаться без средств к существованию. Я была уверена, что деньги и мечта – несовместимые понятия. Так вот, в том сне я пришла на очередную встречу. За столом сидел деловитый и исполненный важности директор. Он предложил мне сесть и стал задавать вопросы, параллельно рассказывая о специфике работы. Он предлагал мне возглавить один из редакционных отделов на новостном портале. Передо мной стоял выбор – ежедневно поставлять новости о мире моды или готовить политические обзоры. И тем и другим я когда-то занималась в реальной жизни. И я бы справилась. Но пока он расписывал мне преимущества работы на его компанию, его тело теряло очертания, становясь полупрозрачным. Внутри директора я увидела маленькую девочку с большим рупором. Рупор и превращал детский голосок в мужской бас. Меня принимала на работу маленькая девочка! Зазвонил телефон, и я проснулась.

Первое, что я почувствовала, было сожаление! Я так и не узнала о размере заработной платы. Представляете, даже во сне я думала о зарплате! Настолько было автоматизировано моё сознание. Еще минут пятнадцать я лежала в кровати расстроенная, пока не поняла, что это сон. А значит не будет никакой работы, политических статей и, тем более, денег. Я испытала колоссальное облегчение – всё это произошло со мной за доли секунды, пока звонил телефон. Я взяла трубку. На том конце провода послышался голос моего знакомого, который владел компанией, предлагающей лечебные массажи. И когда я рассказала ему о своем сне, он ответил: *«Да уж.. Кажется, я узнаю в этом директоре себя»*.

Значило ли это, что внутри каждого управленца, как в скафандре, сидит маленький ребенок, который жаждет вырваться на свободу? Вполне вероятно, управленцы не захотят признаваться в этом. Спустя некоторое время после моего звонка, я узнала, что знакомец, которому я рассказала свой сон, перебрался с Урала в Крым, где открыл приключенческий лагерь, о котором всю жизнь мечтал. Всего один разговор смог изменить его жизнь кардинально!

Только представьте, что со всеми нами происходит! Мы заранее программируем сценарий, по которому планируем жить, и – либо отчаиваемся, если заезженный сценарий не сбывается и впадаем в депрессию, либо упорно продолжаем идти к достижению ложных целей, игнорируя то, что на самом деле приносит нам удовольствие, лишая права голоса интуицию. Так мы ходим по кругу: сценарий-стереотип – повторение сценария – отчаяние; сценарий-стереотип – повторение сценария – снова отчаяние. Как белки в колесе! Но выпрыгнуть из колеса – значит стать не таким, как все! Значит рискнуть оказаться непонятым и попасть в неизвестность, где каждый день непредсказуем и наполнен неожиданностями!

Страаааашно? Еще как! Вот и мне было страшно шагнуть в пустоту. Но и от автоматизма так тошнило, что я слегла с температурой и спазмами во всём теле. Занимаясь не тем, чем хочу, я заблокировала энергетический поток. Я не чувствовала удовлетворения от работы, не ощущала себя счастливой. Однако я всё-таки нашла в себе силы уйти с работы и начать свою жизнь заново – с нуля.

И конечно, я оказалась в пустоте. Для меня было открытием то, что в моей душе скопились тонны переживаний, событий из прошлого, опыта, впечатлений. Воспоминания из прошлого подавляют наши мечты о будущем. Иногда мы боимся даже подумать о чём-то желанном, потому что сразу отматываем назад плёнку жизни, которая зафиксировала наши неудачи,

унижения, боль. И желанное кажется недостижимым. Всё это лежало огромным скарбом на плечах и мешало создавать ту реальность, которой я хотела.

Испытывая огромное желание избавиться от лишнего груза, я закрылась на пару недель дома, отключилась от мира, и 14 дней «выгуливала эмоции», гуляла в парке, готовила себе вкусную еду, молчала, плакала, танцевала, разговаривала с собой по душам, в общем, восстанавливалась. В эти дни абсолютной свободы, я была счастлива, как никогда ранее. Можно сказать, что этот поворотный момент стал моим перерождением и вдохновил меня на жизнь в счастье и любви к себе. И, кстати, именно в тот самый день я и начала писать эту книгу.

Глава 2. Чистка сосуда кармы

Что такое карма? Считается, что карма – это та жизнь, которую вы получаете в результате своих действий в прошлом. В концепции кармы: то, как мы живём сейчас – наша личная заслуга.

Хочу вам признаться на берегу, что вы вольны жить в той концепции, какую считаете максимально приятной и удобной. Например, «Карма есть, и из неё не выйти», «Карма есть, и её можно растворить», «Кармы нет, её придумал человек, её никогда не было и не будет». Жить в первой концепции, значит ограничивать себя. Третья концепция – другая крайность, в которой вы лишаете себя опыта. Я предлагаю вам испытать на собственном опыте влияние кармы и благополучно избавиться от неё. Не будем лишать себя драгоценного опыта осознания и рассмотрим карму, как временный инструмент, который поможет нам вскрыть архивы и избавиться от устаревшей информации.

Итак, погружение! Если сравнивать нашу жизнь с океаном, то стремление к счастью – это очищение жизненных вод от мусора и ужасных чудовищ, которые обитают на самом дне. Сначала мы работаем на поверхности, затем углубляемся в толщу океана, где нас может ждать все, что угодно. Погружаясь в самую глубину своих страхов, задавая себе вопросы, мы находим ответы. И даже иногда встречаем таких же, как мы аквалангистов, которые показывают нам большой палец, словно говоря «не бойся, чувак, здесь не так страшно, как ты думал, тебе понравится здесь». Вот почему обмен опытом важен и даже необходим.

Такая поддержка успокаивает, позволяет расслабиться и спокойно смотреть своим страхам в лицо. Иллюзорный страх и реальная опасность – ощутите различие. Возникает понимание, что чудовища притягиваются на страх. Они

питаются страхом. Нет страха – нет чудищ. Закон! И для того, чтобы заполнить свой океан красивыми обитателями, нужно его почистить. И сделать это придется самостоятельно, погружаясь на самую глубину, как бы страшно нам не было. Это единственный выход. Иначе как заполнить то, что уже полно? Это один из вариантов. Есть другой.

Когда счастье можно сравнить с опавшим листом, качающимся на поверхности реки и плывущим по ее течению. Совсем недавно он зеленел на солнце и шелестел на ветру, но прошло время, и он отжил, отпал от дерева и засох. Ветер перенес его к реке, и лист понесло течением в неизвестном направлении. Это другой вариант счастья. Счастье – быть в иллюзорной вечности. Думать, что даже после смерти, ты вечен. И томиться, и ждать чуда, а чудо не происходит. Потому что самый главный катализатор счастья в твоей жизни – ты сам. Только ты знаешь, что может тебя вдохновить, а от чего руки опускаются. И только ты можешь помочь себе и помочь другим понять тебя, манифестируя о своей мечте, потребностях, принципах – о законах в твоём мире. Твой мир – твоё государство – твои правила.

Пространство вариантов предлагает даже харакири. Так для сегунов счастье – достойно умереть. Жизнь они воспринимают, как подготовку к уходу в мир, где им будет хорошо и спокойно. Для японских воинов жизнь – искусство умирания. Тоже вариант, но подходит не всем.

Посмотрите – я привела в пример только три возможных варианта развёртки событий. А сколько их на самом деле? Миллиарды... Жизнь – сосуд, который наполняем мы сами: концепциями, людьми, событиями, ощущениями, впечатлениями, фантазиями, иллюзиями, действиями и т.д. Мы можем наполнить ее всем, чем угодно. И я рекомендую делать это осознанно. Осознанно, значит, понимая, что мне полезно, а что нет. Если у меня

разболелся живот от общения с моим начальником – ну его этого начальника, не способствует он здоровому пищеварению. Если голова болит от шума, уйду в другое, тихое место. Мне полезна тишина. Если я голоден, я поем то, что я хочу на данный момент, в чем у моего организма есть реальная потребность. Я делаю то, что я хочу, потому что я знаю, чего я хочу. И я принимаю себя в своих желаниях. Я есть такой, какой я есть. Это мой опыт. Моя жизнь. Мой путь. Я выбрал именно этот жизненный сценарий, и я проживу его мастерски. И в этом мое предназначение.

Чистка не обходится без прощения. Необходимо простить всех тех, на кого вы обижены. Обида тормозит, сжигает такое ценное время, пожирает изнутри. Неэффективно тратить время на обиду. Поэтому очень важно простить всех, на кого вы так или иначе обижены, и отпустить. Они неэффективны для реализации вашей цели. Оставьте их. Займитесь своими делами. Вам некогда тратить время на тех, кто не верит в вас. Главное, что вы верите в себя. Вы знаете, чего вы хотите. И вы можете сами это себе дать при желании. Безжалостно обрубайте канаты зависимости от обстоятельств, прекратите предавать себя, станьте искренними с самими собой и начните проживать свою жизнь.

Упражнение «Я отпускаю...»: Возьмите лист бумаги и напишите список всех, кого вы встречали когда-то в жизни. Приготовьтесь к долгой и глубинной работе. Ведь даже человек, случайно встреченный вами в метро, может повлиять на ход дальнейших событий в вашей жизни, где важна каждая мелочь! Список начните с самых «проблемных» людей, с которыми вы повздорили и не можете выстроить контакт. Обратитесь к каждому человеку по имени, если оно вам известно, или просто с искренним уважением, и попросите у этого человека прощения, а затем простите его, что бы он вам ни сделал. Прощая, вы отпускаете проблему, вы позволяете себе идти дальше!

Простить искренне – это значит отпустить. Это значит позволить человеку быть собой, каким бы он ни был. И позволить себе то же самое. Все конфликты основаны на доказательстве своей правоты. Мы доказываем свою правоту только тогда, когда сами не верим в сказанное. Позволяйте себе проживать желанный опыт без доказательств на право его проживания. Как только вы позволите себе быть собой. Вы сможете относиться с пониманием и к выбору других людей. И простите себя за то, что не осознавали этого ранее. Вы плачете? Прекрасно! Через слёзы идёт очищение от инородной информации. Вода – известный информноситель. Плакать – полезно, если плачется! Плачьте – это самый простой способ отпустить себя.

Глава 3. Тело – на помывку!

Тело – створожившееся сознание. Есть такая наука «психосоматика», которая достаточно подробно описывает причинно-следственные связи между нашими переживаниями и заболеваниями. Психосоматика небезосновательно утверждает, что причины появления любой болезни кроются в нашей голове. Почему в голове? Потому что все наши переживания берут начало от наших мыслей. Да, мы можем очистить нашу душу, можем очистить наше сознание, чтобы болезни не развивались. Но устранять существующие физические проявления разрушительного образа жизни следует на физическом плане.

«Помывка» должна состоять из внутренних и внешних очистительных процедур. Внимательно следите за своим телом. Заметьте, что это живой дышащий организм. И от его чистоты зависит ваше здоровье. Помните о том, что наше тело дышит не только нос и рот. Оно дышит каждой порой на коже. Поэтому очень важно поддерживать своё тело в чистоте. Чистое тело – дышащее тело!

Так же, как вы моете тарелки и чашки, точно также очищайте сосуд своей души. Используйте натуральные средства. Вы можете прибегать и к химическим веществам, но вряд ли вам понравится результат. Сравните, что лучше – химический шампунь или натуральное травяное мыло ручной работы? То же касается и лечения – химические таблетки или тарелка сочной клюквы с мёдом, прогревание ног и горчица в носки? Любите себя настолько, чтобы дарить себе всё самое лучшее, натуральное, природное. Ваше тело хочет дышать!

Как можно тщательнее выбирайте то, что собираетесь закинуть себе в рот. Не верьте рекламным обещаниям. Проработав около 7 лет в сфере создания

рекламы, я ни разу не встречала добросовестного и честного производителя – каждый старается преувеличить или, как правило, придумать достоинства своему товару и скрыть его явные недостатки.

Продукты, что лежат на магазинных полках – это бизнес. В продвижении товаров не самого лучшего качества идут в ход любые ухищрения. Манипуляция сознанием потребителей – обычное явление в среде рекламщиков. Обману даже посвящено специальное направление – нейромаркетинг. Нас приучают потреблять, подсаживают на продукты, добавляя в них наркотические добавки (тот же глюконат натрия, усиливающий вкусовые качества «пустых» блюд), о которых даже не пишется на упаковке!

И сейчас происходит массовое отравление людей, в буквальном смысле этого слова. Ради денег производители готовы убеждать вас в том, что сигареты изменят вашу жизнь к лучшему, а алкоголь – это единственный повод встречаться с друзьями. Не позволяйте рекламе засорять ваши мозги. Доверяйте своему телу – оно НИКОГДА вас не обманет! Прыщи, отёки, нарушение обмена веществ, головная боль, ожирение и многие другие проявления неправильного питания – всё это симптомы, которые не просто указывают, а кричат вам о предательстве самого себя!

Особая тема – синтетические лекарства и прививки. Прививка – это, по сути, то же самое, что систематически есть таблетки от головной боли на случай, если голова заболит. Согласитесь, как глупо. Не позволяйте государству, врачам или кому бы то ни было вмешиваться и нарушать естественный баланс вашего организма. Наше тело уникально! Оно способно самостоятельно защититься от болезней, если направить все усилия на укрепление его защитных структур, в частности – иммунитета.

Большая ошибка сбивать температуру. Появлением жара наш организм естественным путем борется с инфекцией. Сбивая температуру, мы препятствуем естественной защитной реакции организма на болезнь. Защита спадает, инфекция сначала подавляется, а потом снова вылезает и её, на этот раз, приходится лечить таблетками – всё это бизнес. Иначе не было бы врачей, не было бы синтетических лекарств. Их появление – закономерный результат нашего неправильного отношения к своему телу. Элементарные обливания холодной и горячей водой, прогулки в лесу, витаминные фрукты и овощи уже закалят ваш организм настолько, что он сможет самостоятельно справиться с болезнью. А вы ему можете в этом помочь – натуральными средствами. Волшебной таблетки, которая исцеляет за один раз не бывает. Обычно такой подход чреват последствиями – в частности, подавлением заболевания и его протеканием в хронической форме.

Допустим, мы уже осознали важность отказа от синтетических лекарств, прививок, алкоголя, мяса, табака и других лёгких и тяжёлых наркотиков. Осталось вывести остатки этих веществ из организма. Очистительные клизмы, практика пракшаланы (очень эффективная чистка с помощью солёной воды и комплекса физических упражнений), периодические разгрузочные голодания, умеренная физическая активность, частые прогулки в лесу, очистительные и оздоровительные процедуры – всё это поможет очистить тело. Я не буду подробно останавливаться на этом вопросе, потому что любую информацию о чистке проще простого найти в интернете. Там же познакомиться с теми, кто уже ощутил на себе оздоравливающий эффект на собственном опыте. Спрашивайте людей, интересуйтесь, находите для себя то, что подходит именно вам. Стремитесь к поддержанию своего организма в чистоте, и, как следствие, он будет намного дольше радовать вас молодостью и энергичностью.

Глава 4. Сознание. Перезагрузка.

Переагрузка – это полное обнуление датчиков ради избавления от устаревших программ и подготовки очищаемого пространства к новой и более актуальной информации. Переагрузка – это отсекание привязок, когда никого и ничего нет, а есть только ты и чистое восприятие жизни, незамутненное навязанными извне стереотипами и догмами. Переагрузка – это очень смелый шаг, в результате которого ты всё теряешь, а обретаешь намного большее.

Переагрузка не может произойти за один день, если вы уже накопили багаж знаний или убеждений. Но начать её определённо стоит. Хотя бы с осознания того, что каждый из нас приходит в этот мир в полном одиночестве и уходит один, не взяв с собой ничего из приобретенного, даже собственное тело. Встает вопрос: стоит ли так цепляться за материальные блага или же довольствоваться лишь малым, удовлетворяя основные потребности тела – в тепле, еде, сексе, активности, отдыхе.

Нецепляние – это принятие и отпускание всего, что приходит в нашу жизнь с радостью и благодарностью. Это правило применительно как к физическому миру, так и к области мыслей, впечатлений, сознания. Только после того, как вы перестанете цепляться, а начнете жить в любви к себе, вы сможете выбирать те игры, опыт игры в которых обогатит вас необходимыми качествами.

Не цепляйтесь ни за что! Ни за гуру, ни за своих родителей, ни за своих детей! Будьте ежесекундно в готовности отпустить всё, с чем вы соприкасаетесь! Не цепляться – это не значит бежать. Это значит принимать то, что приходит и отпускать то, что уходит.

Стоит осознать, что мы – это не наши родители, мы не привязаны к ним. Мы – не наши дети. Мы не привязаны к ним. Мы – не наши возлюбленные. Мы не привязаны к ним. Но мы можем с радостью и теплотой принимать их в свою жизнь. И с такой же радостью и теплотой отпускать из своей жизни. Любая душевная боль свидетельствует о цеплянии. Будьте осознанны в моменты боли – проживайте её осознанно. Позвольте ей быть, но осознавайте, что так вы очень крепко сейчас за что-то держитесь. А это что-то рвётся из ваших объятий на свободу. Отпускайте!!!

То же самое касается и денег, и любых материальных благ, ценность которых определяет общество. А что ценно для вас? Только ли внешняя искусственно созданная напускная вычурность или комфорт и истинная природная уникальная красота? В гонке за деньгами мы упускаем из виду свою настоящую цель, достичь которую мы и пришли на Землю. Не догадываетесь, почему люди не могут найти ответы на банальные вопросы «Кто я?» и «В чём моё предназначение?» Потому что фокус смещен с истинной цели на мнимую, навязанную. А в приоритете у души остаются такие вечные понятия – как искренность, доброта, взаимовыручка, уважение и т.д.

Всему нужна мера. И бедности, и богатству. Из дня в день мы лишаем себя этой золотой середины – комфорта, которого мы заслуживаем, поддерживая систему, в которой большинству отведено рабское существование на грани выживания. Если каждый из нас выйдет из этой системы потребления и начнёт жить согласно интуиции, слушая свое сердце, то система рухнет. Произойдёт перезагрузка, полное обнуление, и на освободившемся месте можно возводить новый мир, где природные ресурсы не продаются за бешеные деньги, а делятся поровну. Где каждый волен построить дом там, где ему хочется. Кто определил, что земля должна продаваться? Человек. Продается сейчас даже вода. На самом деле, любые природные богатства – это дар каждому из нас. И каждый из нас

волен воспользоваться любыми ресурсами от природы для собственного обустройства. Нас же приучают к выживанию.

Итак, все мы пришли в этот мир, чтобы насладиться жизнью! И у каждого из нас есть инструмент, который позволяет делать это – наше любимое дело. Занимаясь тем, что нам нравится, мы выполняем своё предназначение! Сомневаюсь, что вы стремились родиться, чтобы пойти работать секретарем или менеджером – по сути, работать на дядю, помогая ему накопить богатство. Даже если вы родились в очень богатой семье, вы должны понимать, что предназначение – это то, что реализуется независимо от наличия или отсутствия денежных единиц. Ваша миссия – это то, что вы сможете сделать в любом случае, будь то бедность или богатство. Миссия – это ваша задача на планете Земля. О том, что вы её не выполняете, может сигнализировать неудовлетворение тем, что у вас есть, или тем, что вы делаете.

Как понять, в чём моя миссия? Отложите все свои дела на время. Оставьте любые цели и остановите ум. Понаблюдайте за собой. Что вы делаете в состоянии ничегонеделания? Вы только едите и спите? Вы ленитесь и смотрите телевизор? Позвольте себе всё, что на данный момент хотите. Пусть это продолжается, пока вам не надоест. Ключевой момент произойдёт, когда вам **наскучит такое существование**. Помните о том, что у вас всегда есть **выбор!**

Главное, не ищите преград, смело беритесь за любое самопроявление, даже если оно покажется вам нетипичным для вашего привычного образа жизни или странным для других. **Делайте только то, что хотите!** К чему лежит ваша душа. Делайте то, чего вы не можете не делать, к чему рвется всё ваше нутро, что зажигает и воспаляет вашу суть! И не слушайте никого, кто скажет, что вы не сможете добиться в этом успеха! Первый, кто должен поверить в вас – это вы сами!

Идите смело по выбранному пути, шаг за шагом осознавайте, что происходит. Обогащайтесь, наполняйтесь, развивайтесь в выбранном деле! **И не бойтесь ничего.** Позвольте вашему уму угаснуть на время и проявите свою истинную суть во всей красе – будьте живыми, будьте здесь и сейчас, проявляйте себя осознанно – даже если вам кажется, что вы занимаетесь полнейшей невыгодной ерундой, но получаете от этого колоссальное удовольствие – делайте это. **Будьте собой!** И не позволяйте никому ломать сценарий вашей жизни. Лучше поздно, чем никогда. Вдумайтесь в эти слова *«он пришёл на землю, но так никогда и не стал собой»*. Что может быть ужаснее, чем забыть о себе и проживать не свою жизнь? Что может быть хуже предательства самого себя? Невзирая ни на что воплощайте в жизнь ваши самые искренние устремления – не потому что кто-то сказал вам, что вы должны это делать, а потому что вы чувствуете себя ЖИВЫМ, когда занимаетесь этим! **ИДИТИ Е ИДЕЛАЙТЕ ТО, ЧТО ЛЮБИТЕ!!!**

Я понимаю, что сделать шаг к себе – это очень сложно, если вы всю жизнь живёте на автоматизме. Мы так долго позволяли закабалить свои души и сердца в нечеловеческие унижительные условия. Настало время проявить свое человеческое величие, потому что никто – не раб! Каждый из нас – вольная свободная птица, которая может парить высоко в небе и наслаждаться своим полётом! Конечно, она совершает определенные действия для поиска пропитания, но она не гонится за излишествами! Птица свободна, чиста и естественна! Что мешает вам быть такой птицей? Не становитесь ограничением самому себе. Отпускайте балласт и летите!

Нам внедряли с самого рождения, что мы должны поддерживать эту систему. Но попробуйте выйти из неё, и вы увидите, насколько прекрасен мир, насколько щедра природа и насколько велики возможности любого из нас.

Начните перезагружать своё сознание прямо сейчас: больше прислушивайтесь к своему внутреннему голосу (интуиции, а не мыслям), чувствуйте сердцем, доверяйте себе. Вы знаете и видите всё в верном свете, но не осмеливаетесь сказать об этом, потому что внутри живёт страх. Никто не вправе вас осуждать за вашу искренность, честность, доброту, за вашу любовь к жизни! А вам и не нужно никого слушать, кроме себя! Настало время сделать шаг в направлении к себе – с любовью и прощением. Освободитесь!

СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ!!!*

(*только для читателей данной книги)

ДЕСЯТЬ МИНИ-КНИГ

из трансформационной серии

«Счастье **Self-Made**»

ПО **СУПЕР ЦЕНЕ**!!!



Внимание! Если у Вас не получается попасть в интернет-магазин, нажимая на картинку или на кнопку, Вы можете скопировать прямую ссылку и вставить в своем браузере:

<http://happyselfmade.justclick.ru/order/kniga>