

ГЛАВА 3

ВНУТРЕННИЕ ИЗМЕНЕНИЯ

Приветствуем вас, возлюбленные, мы Основатели. Сейчас, когда вы получили обзор, чего ожидать в грядущие годы, и кратко познакомились с природой времени, мы будем детально описывать то, что вы сможете пережить в будущем.

Подытожим: начиная эту главу, мы высказываем несколько предположений. Во-первых, мы полагаем, что все вы представляете просветленных людей, наследующих красивую планету. Во-вторых, огромное большинство вас пребывает на пути вознесения. Однако вы обнаружите, что многие проблемы, описанные в данной и последующих главах, касаются и вас, независимо от уровня вашей вибрации.

Примечание: вы уже заметили, что мы часто повторяемся. Это не плохое редактирование со стороны канала, а намеренное движение для подчеркивания наиболее важных идей. А сейчас давайте продолжим.

Катализаторы изменения

В духовных терминах, катализатор - это механизм запуска для продвижения эволюции. В некоторых случаях катализатор будет запускать мутацию в ДНК или радикальное преобразование в сознании видов. Сейчас, на каждом уровне человеческого опыта, у вас есть катализаторы, подсказывающие совершить изменения на фундаментальном уровне бытия.

С перспективы чисто третьей плотности, ваши виды не могут продолжать идти нынешним курсом. История, приведенная в главе 1, иллюстрирует, что произойдет с миром третьей плотности, если вы продолжите игнорировать предупреждающие знаки, свойственные выборам образа жизни.

Кратко повторим. Вы отказываетесь от чистой воды и свежей органической пищи. Климат меняется, частично из-за вмешательства человечества, частично в результате естественных циклов. Население не способно прокормить себя и обеспечивает элементарный уровень жизни лишь одной четверти людей. Вы продолжаете пользоваться ископаемым топливом и ядерной энергией, несмотря на недавние катастрофы. Земле трудно корректировать проблему. Пища отравлена и содержит десятки химикатов, с которыми ваше тело не знает, как справляться. Из-за постоянных стрессов дает сбой иммунная система. Факторы стресса включают постоянный шум, электромагнитное загрязнение от радио и башен мобильных телефонов, бомбардировку со стороны СМИ и реклам, поп-культуру, проповедующую потребление и криминал, подкупленную особыми интересами политическую систему, корпоративные монополии, генетически изменяющие урожаи и чрезмерно использующие пестициды, коррумпированную медицинскую систему, ставящую прибыль выше людей, оружие, распыляющее в воздух радиоактивные элементы (обедненный уран и так далее), изменения погоды в результате распыления веществ в атмосфере, гидравлическое разрывы сланцев в целях получения природного газа, загрязняющего подземные воды, постоянные мелкие разливы нефти, наряду с крупными разливами, утечки из ядерных реакторов, утончение озонового слоя и истощение природных ресурсов. И все это для того, чтобы удовлетворить растущие потребности и желания - больше, больше, больше.

Все вышеперечисленное должно служить достаточным катализатором для запуска главных изменений в поведении человеческих существ, но большинство людей продолжает балансировать на краю пропасти, мимолетно замечая проблему и иногда рассматривая решение, а затем устраняясь и возвращаясь к спячке. Души приучены верить, что они беспомощны и мало что могут сделать с тем, что происходит в вашем мире. Ощущение беспомощности произрастает из-за отождествления с телом и комплексом эго-ум. Отождествление с формой, которое началось во время снисхождения в материю, - вот основная причина того, что в следующие 20-30 лет почти три четверти человечества покинут Землю.

С перспективы четвертой плотности, именно ваши души являются катализаторами, стоящими за изменениями, которые вы стремитесь совершить. Многие из вас - это так называемые "старые души", уставшие от войны, бедности, несчастий, страдания, контроля, подавления и так далее. Вам хочется изучать новые уроки - любви, безусловного принятия, ответственности перед Матушкой Землей и жизни в гармонии с окружающей средой.

Даже не учитывая угрозу катастрофы с окружающей средой, вы не можете продолжать жить жизнью третьей плотности. Вас больше не интересует, какой крем для бритья или дезодорант самый лучший, или как сделать больше денег, чем ваш сосед. Давным-давно вы отказались от безумной идеи, что тот, у кого больше игрушек, "выигрывает" в жизни. Сейчас вас больше всего волнует личный рост, духовное раскрытие и налаживание глубоких поистине любящих отношений с другими, тоже стремящимися к

эволюции душами.

Как просветленный человек, вы ищете опыты, выносящие на поверхность те проблемы и паттерны, которые нуждаются в исцелении и интегрировании. Конечно, временами человеческое эго еще может сопротивляться и жаловаться, но доминирующая сила в вашей жизни желание расти к более высокой истине посредством сострадательного служения.

Вне земной драмы, свой вклад в изменения вносит ряд других катализаторов. Они восходят к Источнику всего. Вы могли бы сказать, что имеется Божественный указ или предписание, что вся жизнь на Земле должна развиваться или куда-то идти. Это ответ на призыв самой Матушки Земли - живого сознательного существа, существующего в семи измерениях.

И если в уравнение ввести три портала - 2012, 2017 и 2030 (обсужденные раньше), вы обнаружите все катализаторы для роста, сходящиеся в настоящий период времени.

Причина тьмы на Земле

Причина тьмы на Земле восходит к Первопричине. Поскольку миллионы лет Земля была планетой третьей плотности, души, воплощавшиеся здесь, забывали свою Божественную природу и начинали отождествлять себя с материальностью, по крайней мере, в некоторой степени. Частью желаний душ было исследование низших плотностей временно опутываться такими мирами, чтобы пережить их во всей полноте. К сожалению, многие души, желающие освободиться от отождествления с материальностью, находят это довольно трудным. Большая часть трудностей произрастает из того, что на Землю пришли "неповоротливые" души; их вибрация очень низка из-за медленной кривой обучения или откровенного отказа учиться.

Будучи бесконечно сострадательным, наш Творец предоставил душам миллионы лет, чтобы выучить уроки на Земле, но сейчас самой жизни низшей плотности Земли угрожают души, отказавшиеся свернуть с деструктивного поведения. Это темные души, застрявшие в негативном восприятии реальности на эоны времени. С их искаженной перспективы, Бог - это враг, которого следует победить силой или властью. В их сознании глубоко укоренились гнев и страх, связанные с изначальным падением в материю (Первопричина). Вследствие отождествления с формой они пришли к ошибочному выводу, что они - мелкие, беспомощные, бессильные существа, одинокие во враждебной вселенной. В результате веры в отделение от Бога, они считают, что должны контролировать и манипулировать другими, чтобы чувствовать себя могущественными и значимыми.

Большая часть вас жила на Земле во время расцвета и падения великих цивилизаций, таких как Пангея, Лемурия, Атлантида и нынешняя цивилизация. Каждый раз, когда вы поднимались к высотам личного достижения, что-то происходило и, казалось, сводило на нет все ваши усилия. Иногда это была так называемая "естественная" катастрофа, но чаще всего это являлось результатом вторжения негативных инопланетян или упадка и разложения самой культуры. Обычно так называемый "цивилизованный" мир скатывался в войну и подавляющие диктаторские режимы, созданные для того, чтобы удерживать людей в страхе и порабощении.

Как вы думаете, почему все рассыпалось именно тогда, когда, казалось, все идет хорошо?

Ответ коренится в природе отрицания и подавления изначальных опытов. Большинство из вас никогда полностью не очищались от чувств, возникших во время Первопричины. Страшась повторения нисхождения во тьму и сжатия, вы заперли этот страх глубоко в своем подсознательном уме и притворяетесь, что все прекрасно. Нельзя освободиться от негативности, подавляя ее. Согласно закону притяжения, она все еще работает за сценой. А это значит, что ваша душа притягивает негативные опыты, чтобы зеркально отражать все, не разрешенное в душе.

Дорогие Творцы, если бы у вас не было скрытых неразрешенных психологических проблем, вы бы не притягивали негативных инопланетян, природных катастроф или лидеров, предающих или пытающихся вас контролировать.

Попытки аватаров изменить положение вещей

Как разрешить эти проблемы? Вплоть до недавнего времени исцелить Первопричину и мириады связанных с ней расстройств, таких как страх быть отвергнутыми, вина, позор, депрессия и отчаяние, было очень трудно.

Видя затруднительное положение, в котором вы оказались, на Землю были посланы учителя, чтобы помочь вам вспомнить, что вы есть нечто большее, чем просто тело-ум. Они напоминали вам, что вы

могущественные, творческие и духовные существа, способные вспомнить свое истинное величие и проявление его на планете.

Учителя стали самыми сильными катализаторами для изменения, хотя многие из них столкнулись с сильной оппозицией. Они стали зеркалами не только того, что вы так тщательно спрятали внутри и на что боялись даже взглянуть, но и вашего величия. Однако вместо того, чтобы видеть свое величие, отраженное в аватарах и святых мужчинах и женщинах прошлого, вы впадали в идолопоклонство, думая, что спасение приходит от благословения гуру или мастера, капризно дарующего помилование или прощение, как в изречении "Христос умер за ваши грехи".

Веря, что одно проявление Бога в форме человеческой души - это ключ к спасению, вы отказывались смотреть внутрь себя в поисках ответов и вновь терпели неудачу в движении вперед по спирали эволюции.

Лабиринты свободной воли

Большинство промышленных и технологических высот, достигнутых человечеством в период четырех великих цивилизаций (Пангея, Лемурия, Атлантида и нынешняя цивилизация), произошло за счет вмешательства инопланетян и, часто, тех звездных рас, которые не совсем понимают и уважают свободную волю людей. Иными словами, они вмешивались в человеческую эволюцию, часто не заботясь о вашем благополучии и не уважая уроки вашей души.

Бесконечное сострадание Творца обусловило то, что не имело смысла лишать уроков одни души ради спасения других. Кроме того,

многие души - молодые и незрелые; они искренне хотят узнать о войне, бедности, несчастье, страдании, подавлении, контроле и отождествлении с материальностью. Сострадательный Бог не лишает их привилегии воспользоваться свободной волей для исследования подобных вещей. Поэтому в действие вступил план - дать всем душам то, чего они искренне желают.

В целях осуществления плана, было создано несколько новых миров. Они приютят души, частоты которых больше не увязываются с частотами Новой Земли. Покинув человеческие тела, души воплотятся в других мирах и продолжат изучение войны, бедности, несчастья, страдания, подавления, контроля и материальности.

Души, желающие жить в мире и процветании, останутся на Земле или в некоторых случаях вознесутся и уйдут на другие планеты, предоставляющие мир и процветание.

Небольшое число душ готово завершить все уроки души как смертные люди: в грядущие годы они пройдут через спираль вознесения.

Это самое волнующее время на Земле, поскольку катализаторы изменения сходятся и создают главный сдвиг во всех областях жизни. Всего за несколько коротких лет многие почитаемые учреждения старого мира разрушатся, и те, кто выбирает остаться на Земле, будут приветствовать новый образ жизни.

Духовное пробуждение

Души, движущиеся в четвертую и пятую плотности, подвергнутся важному духовному пробуждению. Начиная с 1950-го года, в начале Галактического Сдвига, множество душ пережили более высокие состояния сознания. По большей части, лишь немногим удалось удержать более высокие частоты из-за огромного количества негативности, присутствующей на Земле.

Дорогие Творцы, вам следует помнить, что Земля была плавильным котлом для душ со всей Вселенной, включая многих предателей и изгнанников из других миров. Иными словами, души, не вписывающиеся в порядок и структуру конкретного мира, часто ссылались на Землю, поскольку вплоть до сдвига Портала 2012 Земля принимала души всех уровней вибрации.

Да, у вас есть души каждого потенциального уровня сознания, от крайне невежественного до безупречно просветленного. Также у вас есть души, посвятившие себя путям тьмы и так называемому "злу". В данном случае, слово "зло" означает "сознательное намерение сдерживать души в их духовной эволюции".

Поскольку сейчас выживание самой Земли под угрозой (с точки зрения низшей плотности), был дарован ряд Божественных Благоволений, позволяющих планете двигаться в четвертую плотность. Это подразумевает, что отныне (с декабря 2012 года) на Земле будет позволено воплощаться только душам, вибрирующим в четвертой плотности и выше.

Души, решившие остаться с Землей, проходят через духовное пробуждение. Для некоторых все

начинается с осознания того, что в жизни есть нечто большее, чем работа с девяти до пяти и обеспечение семьи. Популярный переходный обряд, известный как "кризис среднего возраста", - пример частичного духовного пробуждения, происходящего с большей частью вашего населения. Просто представьте, после тяжелой работы 10-ти, 20-ти или 30-ти лет, поднявшись по корпоративной лестнице или содержа семью, а сейчас дети выросли и покинули отчий дом, такие души начинают размышлять о значении всего этого.

Работа, вначале казавшаяся такой многообещающей, сейчас перестает удовлетворять внутренним стремлениям. У матери, воспитывающей детей, могут быть прекрасные отношения с выросшими детьми, но она чувствует, что сейчас ее призывает другая цель. (Здесь мы воспользовались традиционными мужскими и женскими ролями, но мы осознаем, что роли могут меняться.)

Отвлечения от духовного пути

В некоторых ваших ранних племенных культурах у мужчин и женщин было время начать свой духовный путь (обычно после работы и воспитания детей). Обычно проводился некий ритуал перехода или церемония, почитающая разные фазы жизни племени. Часто еще в очень раннем возрасте мужчины и женщины работали - занимались охотой, собирательством или созданием полезных вещей для племени. Затем в какой-то момент они женились и поднимали семью. Как только дети достигали определенного возраста, отец и мать начинали

свои духовные ритуалы и обряды. У женщин это обычно совпадало с менопаузой. В современных культурах вы полностью утратили большинство церемоний племени и обрядов перехода.

Вместо обрядов перехода вы бесконечно заняты повседневными делами и фокусируетесь на "преуспеянии в мире". Вы могли бы сочетать духовную деятельность с другими задачами или пытаться включить ее в деловое расписание. Не так уж необычно встретить учащегося, вечером посещающего школу, работающего днем, содержащего семью, по мере возможности приобщенного к церкви или другой духовной группе. Все это в сочетании с постоянной бомбардировкой со стороны СМИ и общественных обязанностей создает жизнь, полную стрессов.

Возможно, каждое воскресенье вы уделяете час или два размышлению о Боге или Вселенной, а затем возвращаетесь к "обычной рутине" на целую неделю.

Душа подталкивает личность к выравниванию

У многих духовное пробуждение происходит самым необычным образом. Когда тело начинает бунтовать против упомянутого выше полного стрессов образа жизни, возникает болезнь, вынуждающая душу притормозить и пересмотреть приоритеты.

У многих духовное пробуждение запускает околосмертный опыт. После того, как им предоставляется "второй шанс", такие души часто посвящают свою жизнь служению. В большинстве случаев, околосмертные опыты и болезни являются последней отчаянной попыткой пробудить душу к его/ее истинной цели и миссии на Земле. Часто душа не прислушивалась и не осознавала более тонких подходов, которыми раньше пользовалась душа для привлечения внимания.

Будь то кризис среднего возраста, несчастный случай, болезнь или околосмертный опыт, все это заставляет значительный процент таких душ осознавать более величественную цель, стоящую за бесконечной занятостью земными делами.

Более продвинутым душам не понадобится сотворять неблагоприятные обстоятельства, чтобы начать процесс пробуждения. Они могут склоняться к эзотерическим наукам. В одних случаях, им достаточно везет выбрать родителей, уже занимающихся метафизикой, и они растут в окружении холистических целителей и трансовых медиумов. В других - они естественно притягиваются к индивидуумам и группам, пребывающим на духовном пути.

Происходящие сейчас изменения Земли предоставляют исключительную возможность для пробуждения. Некоторые души видят "письмена на стене" и осознают призывы к радикально новому подходу к жизни. В отчаянии, они отворачиваются от гнущегося мира третьей плотности в поисках пути выхода из путаницы. Вот когда оказываются полезными Работники Света всего мира. Пока запутавшиеся души ищут Свет, Работники Света часто ищут свой уникальный путь выражения талантов в мире.

Прежде чем перейти к более детальному описанию способов, которыми могут помогать Работники Света, позвольте рассмотреть, как Матушка Земля будет очищать себя в грядущие годы.

Очищение на Земле

Буквально все ваши религии описывают время бедствий, апокалипсиса, Армагеддона или судного дня. Многие ошибочно постулировали, что Бог собирается отделить праведников от грешников, семена от плевел или кротких и смиренных от агрессоров. Вполне понятно, что в рамках вашего ограниченного восприятия вы верите, что какая-то внешняя сила способна выносить суждение о ваших видах.

Естественные законы Вселенной, включающие как более высокие духовные законы, так и законы физики Ньютона, время/пространство Эйнштейна, квантовую теорию, теорию суперструн, метафизику, генетику и так далее, являются частью деятельности многопространственного Омниверсума, или Мультиверсума, или Вселенной Вселенных.

Хотя было бы крайним упрощением говорить, что неповиновение Божественным законам является причиной страданий, конечно, очевидно, что игнорирование естественных законов вносит основной вклад в несчастья большей части человечества.

Когда человеческое тело заболевает, его защитники вырабатывают антитела и запускают все виды биохимических реакций, таких как лихорадка, чтобы побороть проникающие организмы.

Когда ваша Матушка Земля переполняется невежественными душами, стремящимися истощить ее ресурсы и доминировать над ее

жизненными формами, она тоже начинает защищаться. Жизнь стремится к равновесию. Когда все слишком выходит из равновесия, требуется коррекция. Это не гнев Бога, а следствие игнорирования или борьбы с естественными законами.

Душа, еще не научившаяся левитировать и летать, подчиняется закону гравитации. Когда человек падает с высотного здания и ранит тело, винит ли он в этом Бога? Или ему просто нужно знать о законе гравитации и уважать его до тех пор, пока не изучит другие законы, позволяющие ее преодолевать?

Так и в случае с человечеством. Ниже приводится список катализаторов и причин для очищения, которое сейчас происходит на планете Земля.

Таблица 1

Причины очистки, происходящей на Земле

1. Матушка Земля стремится сбалансировать себя.
2. Работники Света желают жить в мире и гармонии.
3. Души завершают уроки кармы/перевоплощения.
4. Дарованы Божественные Благоволения.
5. Земля движется к трем порталам.
6. Впереди Галактический Сдвиг.
7. С Землей взаимодействуют дружественные инопланетяне.
8. Запускаются естественные периодические мутации.
9. Души желают освободиться от бед и страдания.
10. Человечество открыло, как разрушить себя/планету.

Начиная с 21 декабря 2012 года, в качестве доминантного режима выражения, ваша Матушка Земля примет четвертую плотность. Это значит, что всем обитающим на ней душам придется выровняться с принципами четвертой плотности - сотворчеством, сотрудничеством, жизнью в гармонии, уважением к окружающей среде, желанием расти и развиваться, осознанием себя как сознательных существ на спирали эволюции и вознесения.

У душ, не способных или не желающих принять вышеперечисленные качества, окажется совсем немного времени на приведение в порядок своих дел до выхода из тел третьей плотности и переселения на другую планету третьей плотности посредством процесса смерти или перевоплощения.

Похоже, период времени будет включать три портала и завершится в 2030 году. В некоторых случаях душам будет предоставлено дополнительное время для приведения дел в порядок, но, начиная с 2012 года, все входящие (воплотившиеся) души уже будут вибрировать в четвертой плотности или выше. Иными словами, Земля будет принимать лишь те души, которые будут обладать вибрационным состоянием выше 3,50 согласно шкале частот канала.

Изменения в химическом составе Земли и ее атмосферы, наряду с солнечными бурями и вспышками, а

также электромагнитные флуктуации, входящие в Землю из центра Галактики, будут способствовать мутациям в клетках человеческих существ. Те, кто поднял свою вибрацию и сохранил в безопасности иммунную систему, будут приветствовать эти мутации и принимать как катализаторы изменения, переводящего душу в более высокое состояние сознания. У тех, кто отказывается расти и развиваться, кто глубоко погряз в материальности или на уровне души не чувствует в себе готовность к приему Новой Земли, мутации будут вызывать сбои иммунной системы, открытие тела для нападений экзотических вирусов, бактерий, плесени, грибков, ядовитых химикатов, излучения и так далее.

Наш сострадательный Творец дает каждой душе то, чего она желает. Души, не готовые к Земле четвертой плотности, не будут страдать, поскольку напрасно пытались выучить уроки, к которым еще не готовы. Единственное страдание, включенное в план, возникает в результате сопротивления со стороны эго. Те, кто уже пребывает в четвертой плотности, наконец, смогут переживать радость жизни в мире изобилия, в котором самым высшим приоритетом будет благополучие людей и Матушки Земли.

Отказ иммунной системы у душ третьей плотности

Дорогие Творцы, как вы уже знаете, иммунная система - это защитный механизм вашего тела от вредных организмов, включая вирусы, бактерии, плесень, грибки, паразиты, ядовитые химикаты, излучение и электромагнитное загрязнение. В современном мире у вас есть множество захватчиков, готовых поселиться в вашем теле.

Иммунные системы истощаются в результате многих факторов, включая стрессы, плохую диету, отсутствие тренировки общения с негативно-ориентированными людьми и особенно удерживание внутри себя корневых негативных систем верований и неразрешенных эмоциональных проблем.

Конечно, вы знакомы с концепцией *пассивности*. Духовно говоря, быть пассивным значит пребывать в преобладающей энергии и сознании окружающих вас людей. В большинстве случаев, это значит, что вероятнее всего вы станете негативными душами третьей плотности, поскольку сейчас они все еще являются доминирующей группой на планете.

Если вы ничего не делаете - не медитируете, не занимаетесь холистическим целительством и не окружаете себя позитивно-ориентированными людьми, - ваш уровень вибрации будет опускаться до среднего уровня вибрации людей на Земле. Поэтому вам следует быть активными на духовном пути. Это значит - искать тех, кто обладает высоким уровнем вибрации, сознательно окружать себя красивыми высокочастотными местами, объектами и энергиями, такими как классическая музыка, положительно заряженные кристаллы, цветущие сады, запахи цветов, деревья и так далее.

Совсем не обязательно владеть сложной практикой медитации, но каждый день следует выделять время, когда вы можете отстраниться от делового мира. Чудесный и легкий способ - прогулка на природе. Она служит не только физическим упражнением, но и помогает успокоить ум.

Если вы осведомлены о негативных психологических паттернах, корневых негативных верованиях и травмирующих эмоциях из вашего прошлого, вам поможет некая форма ежедневной терапии или целительства. Это не значит, что каждую свободную минуту вам следует проводить анализируя и размышляя, это значит оставаться внимательным каждый раз, когда подобные паттерны заявляют о себе и начинают влиять на радость жизни.

Важно отслеживать ощущения, как только они возникают, но не судить их. Просто позволяйте им быть. Не вешайте ярлыки. Если вы глубоко уходите в ощущение в моменте *сейчас*, вы осознаете его как уникальный паттерн энергии. Это может быть очень сильная энергия, волнами пробегающая по телу и заставляющая его дрожать, уставать и болеть. И вновь, будьте осторожны в навешивании ярлыков на ощущения. Пытайтесь оставаться с движением самой энергии, а не с описывающими ее словами.

Если вы ежедневно заботитесь о себе, ваша иммунная система будет становиться сильнее и останется сильной, и вы физически выживете в изменениях Земли. По существу, вы будете благоденствовать. Приходя и уходя, порталы будут укреплять вашу иммунную систему, если вы выровнены с частотами, приходящими на Землю из более высоких измерений.

С не заботившихся о себе душ постоянно усиливающиеся стрессы современного мира будут взимать пошлину в виде сбоев иммунной системы. Кроме того, мутации, связанные с открытием порталов, будут значительно усиливать сбои.

Многие души решат, что не смогут совершить переход в четвертую плотность. В таком случае в теле проявятся болезни или недомогания, как предвестники покидания Земли через несколько недель, месяцев или лет. Душе как будто говорят: "Пора приводить дела в порядок. У нас есть для вас новое задание где-то

еще".

Часто эго/личность не согласны с решением души и борются с ней. В случае души третьей плотности с разрушающейся иммунной системой, часто борьба будет принимать форму затяжной хронической болезни или постепенного ухудшения способностей тела. Тело и душа пребывают в конфликте. Воля эго может попытаться вынудить тело выздороветь, поскольку оно не желает умирать. И все же, душа будет медленно подталкивать тело к отказу от борьбы.

Ваш мир не создан для того, чтобы справляться с большим числом душ с ухудшающимся состоянием здоровья. Ваши медицинские учреждения уже на грани развала. Эффект выписывания многих лекарств усугубляет проблему, поскольку финансово истощает индивидуумов и правительства из-за необходимости постоянной заботы о душах со стороны врачей и медсестер.

В грядущие годы на Земле третьей плотности будет все труднее и труднее находить чистый воздух, воду и пищу; и это, в сочетании с широкомасштабными сбоями иммунной системы, будет создавать негативную спираль, особенно в городах, где люди живут в ужасной скученности. Вследствие ухудшения функционирования иммунной системы, широко распространятся болезни, когда-то считавшиеся не инфекционными. До, во время и после открытия порталов вирусы будут мутировать. Свои "пять копеек" возьмут ядовитые металлы и излучение.

Из-за наличия свободной воли, мы не можем с уверенностью сказать, сколько душ покинет Землю, и как быстро они уйдут. Представляется, что где-то к 2015 году население Земли достигнет пика - около 8-ми миллиардов человек, потом оно пойдет на спад. Это произойдет не только за счет смертей, но и за счет снижения рождаемости. Множество факторов, разрушающих иммунную систему, также будут вызывать частичное или полное бесплодие у молодых женщин. К ним можно отнести еще и генетически модифицированные продукты и пестициды, используемые для выращивания урожаев, а также многие химикаты, применяемые для обработки пищи. Загрязнители обладают свойством накопления, и многие ученые еще не осознают долговременные последствия генетической модификации и некоторых наиболее употребляемых химических пищевых добавок.

С 1950 года, уже около 5% человечества покинуло путь ухудшения третьей плотности и встало на путь просветления четвертой плотности. И хотя может показаться, что это не много, сюда входит свыше трехсот миллионов душ. Похоже, что в период открытия портала переход из третьей в четвертую плотность совершат еще несколько миллионов человек.

Если вы живете в сельской местности, медленно развивающийся катаклизм в виде сбоя иммунной системы будет не столь заметным. Конечно, многие из ваших соседей заболеют "смертельными" болезнями или будут жаловаться на различные хронические недомогания. Однако это уже происходит в некоторой степени. Просто вы можете заметить, что все больше и больше людей заболевают необъяснимой болезнью или новыми формами рака.

У людей, живущих в городах, эффект может быть намного более трагическим. В некоторых случаях на улицах появятся нагромождения мертвых тел, поскольку больницы, морги и похоронные дома будут переполнены.

Дорогие Творцы, важно напомнить, что это - трагедия только с точки зрения третьей плотности. Уходящие души получают все, чего искренне желают - новый старт на планете, более подходящей их уровню вибрации. Переходный период будет немного болезненным, поскольку эго медленно отказывается от борьбы за выживание.

Ваша реакция как просветленных душ - дать им как можно больше любви и сострадания. Простите их за то, что они не заботились о себе лучше. Это не вина и не позор. Просто повторяйте, что каждая душа на Земле предпринимает правильные шаги для обеспечения своего наивысшего и наилучшего роста и счастья.

Исцеление душ четвертой плотности

Многие души четвертой плотности страдают от постоянных ноющих недомоганий. Для этого есть общая причина, но ее нелегко объяснить на вашем языке. Тем не менее, позвольте попытаться.

Возможно, вы слышали выражение: "Вы - суррогаты для рождения Новой Земли". Что это значит на самом деле?

Некоторые пользовались выражением: "Я принимаю карму Матушки Земли, вот почему я не могу похудеть или избавиться от проблем со здоровьем".

С перспективы четвертой плотности, в подобных утверждениях есть доля истины. В некоторой

степени, вы выступаете в роли зеркал для других душ, чтобы помочь им увидеть, что происходит внутри я. Поскольку все вы связаны, вы не можете отделиться от тех, кто страдает; поэтому вы берете на себя небольшую часть страдания. Когда они болеют, болеет часть вас, когда они ранены, ранены и вы. И хотя вы не можете оградить себя от страдания, вы можете перестать отождествляться с ним. Лучший способ это сделать, повторять:

Я могущественное, творческое и здоровое духовное существо, временно испытывающее страдание человечества.

Вы осознаете страдание, чувствуете его, знаете о нем и в некоторой степени становитесь им. Но вы никогда не забываете, что вы - нечто намного-намного большее. Иными словами, вы можете полностью переживать нечто подобное, не веря, что это то, что вы есть. Вместо того, чтобы говорить: "Я страдаю", следует говорить: "Я выбрал пережить страдание".

Единственный способ исцеления страдания мира и недугов собственного тела/ума/личности - озарять Светом сострадания самые темные места, внутри и снаружи. Когда вы озаряете темные места

Светом, они либо исчезают, либо направляются к Свету и поглощаются им. Если они исчезают, поблагодарите их и благословите их путь и возвращение в ваше Я. Бесспорно, все темные негативные верования - иллюзии, и они будут исчезать в ярком Свете Истины.

Нижеприведенная таблица 2 будет демонстрировать самые распространенные блоки к вознесению. Вы заметите, что большая их часть взаимосвязана и часто относится к одному и тому же состоянию сознания, выраженному по-разному.

Таблица 2

Самые распространенные блоки к вознесению

- ◆ Отождествление с эго (или с физическим телом/умом)
- ◆ Самоосуждение (вера, что с вами не все в порядке)
- ◆ Вина и стыд
- ◆ Боязнь Бога (боязнь жизни)
- ◆ Вера, что вы недостаточно хороши
- ◆ Вера, что вы ничего не стоите
- ◆ Вера, что жизнь - борьба
- ◆ Боязнь смерти
- ◆ Вера, что вы не защищены (потребность во внешней безопасности)
- ◆ Страх вреда или физической боли (страх тьмы)
- ◆ Вера в недостаточность (вера в нехватку)
- ◆ Потребность в одобрении других
- ◆ Боязнь быть отвергнутым (боязнь остаться в одиночестве)
- ◆ Жалоба (удерживание обиды)
- ◆ Эмоциональные привязки
- ◆ Привычки и зависимости
- ◆ Боязнь разочарования (нереальные ожидания)
- ◆ Слепая приверженность доктрине или догме
- ◆ Привязка к религиозным верованиям
- ◆ Мирские развлечения (лень, амнезия)
- ◆ Наличие негативных сущностей
- ◆ Наличие негативных мыслеформ мира
- ◆ Эфирные импринты и импланты из прошлых жизней
- ◆ Травма в детстве или в прошлой жизни
- ◆ Отсутствие дисциплины и мотивации

Мы уверены, что вы и сами можете продолжить этот список.

Рекомендованные техники исцеления и терапии

Есть много техник для исцеления, и мы не будем входить в детали, описывая каждую из них; сейчас мы поделимся своими любимыми. Имейте в виду, что оптимальная частота применения техник будет варьироваться от души к душе, поэтому свободно экспериментируйте с регулярностью практикования.

В одних случаях техники можно практиковать самостоятельно, также можно купить диски и слушать, не нуждаясь в работе профессионала. В других случаях техники лучше выполнять с помощью лицензированного или подготовленного специалиста или целителя. Для улучшения состояния мы советуем

пользоваться всеми подходами.

Медитация альфа-тета

Это базовая техника, в основе которой лежит управляемая визуализация и гипнотерапия. Идея в том, чтобы ввести душу в глубокое медитативное состояние, тогда волны мозга будут входить в режим альфа или тета. Было выявлено, что души, испускающие мозговые волны альфа и тета, намного более творческие и способны лучше направлять энергию, чем души, испускающие мозговые волны бета. Во время медитации пациент вводится в глубокий транс посредством использования гипнотерапевтической техники, известной как "стандартная индукция". Чтобы помочь пациенту расслабиться, вводятся конкретные внушения, включая визуализацию любимого места на природе.

В более сложных версиях техники пациента просят пообщаться с человеческим выражением его/ее высшего Я, которое будет выступать в роли духовного проводника во время процесса.

Когда пациент находится в углубленном состоянии ума, можно ввести ряд дополнительных техник, включая визуализацию конкретных целей и задач, а также духовное целительство. Упор делается на безопасность техники, и некоторые внушения специально направлены на максимальную безопасность. Часто перед сеансом формулируется намерение. В намерение всегда входит то, что опыт послужит наивысшему и наилучшему росту души, счастьем и благополучием.

Перепрограммирование подсознания

Это особая разновидность медитации альфа-тета. Пациент входит в глубокий транс и сознательно пользуется техниками перепрограммирования, чтобы очиститься от корневых верований подсознательного ума. Одна подобная техника включает использование экрана компьютера, на который выводится негативное программирование. Затем пациент нажимает на кнопку "Стереть", чтобы удалить верования, которые больше ему не служат.

Некоторым может показаться, что это крайне упрощенный подход; но, дорогие Творцы, помните, что подсознательный ум воспринимает все буквально. Если ему дается команда удалить программу, он честно это делает (при правильных терапевтических условиях).

Как только убраны корневые негативные верования, вводится позитивное самовнушение. Утверждения (аффирмации) всегда должны быть в настоящем времени. Их можно выражать в активных и пассивных глаголах. Например, самовнушение может звучать так: "Сейчас я переживаю свою истинную невинность". Пример пассивного самовнушения: "Я невинен".

В целях повышения эффективности, большинство техник самовнушения следует повторять очень часто, поскольку пациенты обычно подвергаются постоянному усилению негативного программирования из внешнего мира, вводящего старые негативные верования (вспомните наше обсуждение пассивности).

Прощение и высвобождение

Имеется и еще одна простая, но очень мощная техника. Пациента просят подумать об одном из трех людей, которых он или она не в состоянии полностью простить. Лакмусовый тест для определения, достигнуто ли полное прощение или нет, прост: если вы ощущаете по отношению к человеку, о котором думаете, чистую безусловную любовь, вы окончательно простили этого человека.

Обращайте особое внимание на то, что вы чувствуете в теле, когда визуализируете человека, которого хотите простить. Стеснение в груди, ощущение тошноты в желудке, энергетические паттерны печали или сожаления или просто легкое раздражение. Также следите за эгоистическим высокомерием, таким как внутренняя реакция: "Я рад быть самим собой. Ни за какие коврижки я бы не согласился стать чьим человеком". Хотя на самом деле все может обстоять именно так, обычно мысли подобной природы граничат с суждениями - в каком-то смысле вы выше человека, которого прощаете. В данном случае вы можете думать: "Я прощаю этого негодника". Если прощение не искренне, вернитесь к глубокому дыханию и попросите свое Божественное Присутствие помочь вам достичь истинного прощения. Затем возвращайтесь к процессу.

В технике прощения пациенты визуализируют души, которых прощают, и представляют их сидящими перед ними на расстоянии вытянутой руки. Затем происходит процесс высвобождения, и сидящая перед пациентом душа поднимается в небеса на золотом луче света.

После завершения процесса прощения других, прощение направляется на себя. На этот раз все происходит по-другому и включает просьбу о прощении у всех, кого вы когда-либо знали в этой или в

прошлых жизнях.

Помните, прощение, в первую очередь, полезно *вам*. Также оно полезно душам, которых вы прощаете, и это здорово. Но они обладают свободной волей и могут выбрать принять или отказаться от вашего прощения.

В некоторых случаях вы можете осуществлять процесс лицом к лицу с другими душами, но в большинстве случаев прощаемые даже не узнают, что их прощают, и вы ничего им не говорите. Их высшие Я узнают о ваших намерениях и либо отреагируют, либо откажутся, в зависимости от свободной воли. Не ваша забота, выиграют ли те, кого вы прощаете, или нет. Ваша забота - освободиться от эмоциональных привязок, психических "крючков" и эфирных или астральных "шнуров".

Поистине, все прощение - это прощение себя, поскольку все души являются отражениями вашего единого общего Я.

Геиштальт- терапия и духовное целительство

Данная техника является комбинацией традиционной терапевтической психологии (психотерапии) и духовного целительства. Психотерапевт просит пациента вспомнить время, когда проблемы, с которыми они работают, были особенно заметны. Обычно это травма из раннего детства, но может включать и событие подросткового возраста. Например, сексуальное надругательство в возрасте 7-10-ти лет. Затем пациент "создает" или "персонифицирует" версию себя, переживающего эти события, и ведет диалог с самим собой. Тому я предлагаются разные техники духовного исцеления, а также общая психологическая консультация, включающая такие утверждения, как: "Вы целиком и полностью не виновны. Вы не сделали ничего плохого. Вы - красивое творческое существо Света".

В зависимости от уровня продвижения души, подвергающейся терапии, можно включить процессы прощения и послания обидчику или устранившемуся свидетелю Божественного золотого лучащегося любящего Света.

Эта техника не заменяет консультации с квалифицированным психологом или психиатром, но часто помогает ускорить процесс восстановления и предлагает пациенту расширенную духовную перспективу на травмы в раннем возрасте.

Суть техники в том, что очень часто "внутренний ребенок" прошлого души не получил любви и заботы, в которой так нуждался, поэтому взрослое я в терапии берет на себя роль любящего заботливого родителя и дает внутреннему ребенку любовь, в которой он так отчаянно нуждался в детстве (и нуждается как взрослый).

Ребефинг

Ребефинг - это процесс осознанного дыхания, основанный на Крийя-Йоге. Впервые он был привнесен на Землю вознесенным мастером Бабаджи, (известным в разных местах под разными именами). Будучи аватаром 9-ой плотности, он учил ряду дыхательных ритмов и дисциплине, требующихся для подъема частоты физического тела. Ребефинг - это в чем-то выхолащенная, но еще высоко эффективная разновидность работы Бабаджи. Запад познакомил с ним Леонард Опп (Леонард Опп. Осознанное дыхание. М, София, 2005). Позже техника была модифицирована многими целителями.

Ребефинг включает глубокое связанное ритмичное дыхание, часто запускающее клеточную память о процессе рождения, поскольку первый травмирующий опыт переживания жизни на Земле душа обычно получает, проходя через родовый канал.

Индивидуальные сеансы с подготовленным целителем обычно длятся 60-90 минут и могут включать утверждения и другие техники управления, когда пациент дышит "круговыми ритмами".

Можно практиковать и краткую форму, без участия специалиста, просто закрывая глаза, расслабляясь и начиная дышать глубоко и свободно, без пауз между вдохом и выдохом. Делайте это пару минут. Если вы начинаете ощущать интенсивную энергию, немного замедлите дыхание и прекращайте процесс. Если вас клонит в сон, ускоряйте ритм дыхания до тех пор, пока не почувствуете себя энергичным. Очень важно осознавать дыхание и энергетические паттерны, проходящие по телу. Если ум становится слишком активным, просто наблюдайте за ним и направляйте внимание обратно на дыхание.

Соппротивление энергии жизненной силы ~ вот основная причина психологической боли. Если вы сопротивляетесь естественному ритму дыхания, интенсивная энергия, создающаяся в результате увеличения потока праны, текущего по телу, может ощущаться как боль. Если такое происходит, временно замедлите ритм дыхания и смотрите, можете ли вы воспринимать боль просто как интенсивную энергию,

разбивающую блоки в вашем теле. Учитесь как можно больше отделяться от паттернов. Просто наблюдайте их, без суждения или навешивания ярлыков. Одна из форм ребефинга позволяет переводить ощущение интенсивной энергии в ощущение радости вместо боли. И если вы уйдете достаточно глубоко, вы обнаружите, что удовольствие и боль - две стороны одного и того же феномена.

Восстановление и объединение души

Специалисты по всему миру учат разным техникам восстановления души. Самые простые техники включают восстановление связи с теми душами, которые запустили фрагментацию души пациента. Сюда могут входить семейные связи, травмирующие взаимодействия с интимными партнерами, изнасилование, инцест и любой опыт, в котором душа, переживающая травму, отделяет части себя, чтобы избежать крайней боли, связанной с травмой.

Самая простая техника восстановления души включает проецирование ментального тела в то время и место, где сейчас пребывает "злоумышленник" (знает ли его сознательный ум или нет), и просьбу вернуть назад фрагменты души. На самом деле, "злоумышленник", удерживающий фрагменты души, может отказаться их вернуть, потому что это был бы нарушением свободной воли, но если "жертва" верит, что он/она ее сможет забрать назад фрагменты, сделать это будет намного труднее. Данная техника часто сопровождается различными визуализациями.

После восстановления фрагментов души, удерживаемых другими душами, пациент будет возвращать фрагменты других душ, запертых в теле пациента.

Иногда фрагменты души застревают в чакрах (в виде импринтов эфирного тела), в других случаях могут наблюдаться области сконцентрированной физической энергии (импланты), обычно связанные с астральным телом, - по существу, это травмирующие события, внедрившиеся в клетки. С помощью глубокого дыхания и визуализации возвращения фрагментов, области, причиняющие физическую боль, могут начать восстанавливаться.

Высвобождение на уровне эфирного и астрального тел

Высвобождение фрагментов души на астральном уровне подобно высвобождению сущностей, мыслеформ и негативных энергетических паттернов. Позволение уйти шнурам, волокнам, нитям и крючкам энергии, принадлежащей другим душам, можно осуществить с помощью визуализации, утверждения, просьбы, песнопения и движения энергии (очистка ауры и балансировка чакр).

Не все высвобождения просты и легко осуществимы. Если пациент обладает кармической связью с вовлеченными в процесс сущностями или сущностью, убрать их будет нелегко. В данном случае может потребоваться исследование связей между душами, вовлеченными в кармические связи, в нынешней и прошлой жизни.

Есть разные Вознесенные Мастера и Архангелы, специализирующиеся на интеграции души и исцелении. Например, вы можете попросить Архангела Михаила очистить все негативные энергии и убрать из астрального и эфирного тела все негативные сущности и негативные мыслеформы.

Если вы чувствуете повторные нападения со стороны астральных сущностей, в вашем распоряжении множество сильных техник. По этому вопросу вы можете связаться с каналом, и он предоставит дополнительную информацию.

Целительство с помощью временной линии

Это процесс, когда определенные аспекты вашего Я возвращаются во времени назад с целью исцеления других аспектов, переживших травму или негативное программирование. Все терапии целительства с помощью временной линии основаны на принципе нелокальности квантовой физики. Один способ выражения этого принципа таков: у нас есть бесконечное число Я, по одному на каждый момент Творения, в бесконечное количество моментов. Все эти Я существуют в бесконечном моменте *сейчас*.

Некоторые ученые постулировали, что Вселенная мерцает миллионы раз в секунду, что, по существу, верно. Каждое "мерцание" содержит опыт души, каким бы кратким он ни казался сознанию третьей плотности.

"Мерцания", или Я в прошлых жизнях, пережившие травму, получили эмоциональные шрамы, астральные импланты, эфирные импринты и блоки в каузальном теле, имеющие тенденцию переноситься в будущие жизни (или в случае травмы раннего детства в этой жизни, они переносятся во взрослое состояние).

В целительстве, с помощью временной линии, душа помещается в глубокую медитацию и уходит назад во времени с целью исцеления травмированных Я. Это сопровождается использованием стандартного процесса индукции, подобного гипнотерапии, наряду с управляемыми образными и утверждающими заявлениями. Уходящие во времени назад аспекты Я - это медитативное тело Света и золотое лучащееся Божественное Присутствие. В прошлой жизни эти два более высоких аспекта являются в виде существ, мерцающих золотым светом, подобных ангелам. В некоторых случаях аспекты Я, путешествующие назад во времени, представляются ангелами, посланными Богом для исцеления прошлых Я. (Часто у прошлых Я отсутствует способ концептуализации идеи будущих версий Я, возвращающихся во времени, чтобы дать им исцеление.)

В посещениях прошлых Я включаются различные целительские техники. Важно отметить, что аспекты, возвращающиеся во времени,

не меняют физических деталей опыта прошлых Я, поскольку это было бы нарушением свободной воли душ, вовлеченных в творения прошлых Я. Целью становится изменение опыта прошлых Я, связанного с произошедшим, и устранение возникших в результате эмоциональных шрамов, астральных имплантов, эфирных импринтов и блоков в каузальном теле.

По завершении процесса целительства, высшие аспекты Я пациента возвращаются в настоящее время, и сейчас у души есть новая временная линия, включающая исцеление, полученное прошлыми Я.

Даже если процесс не достаточно глубок, он все же работает, поскольку даже поверхностная версия техники является психологическим процессом "центрирования", который часто используется целителями с целью дать людям счастливое детство, которое они всегда хотели, но никогда не получали в оригинальном линейном прошлом третьей плотности.

Если процесс целительства с помощью временной линии достаточно глубок, душа может "вспомнить" получение исцеления, особенно если посещенная временная линия включает раннее детство в этой жизни. Это называется "замыканием петли времени". У этого канала имеется ряд пациентов, воскликнувших "Ага!", когда им, наконец, становилось ясно, кем были золотые существа, приходившие, когда он/она были маленьким ребенком. И сейчас, во взрослом состоянии, процесс целительства с помощью временной линии дал ответ на этот вопрос.

Целительство с помощью временной линии, но наоборот

По существу, данная техника противоположна обычному целительству с помощью временной линии в том, что в путешествии назад во времени, предпринятому медитативным телом Света души, оно попадает в тот период опыта души, который был радостным и вдохновляющим, а не травмирующим. Суть в том, чтобы перенести счастливое, могущественное, успешное Я, ощущающее себя таким в какой-то момент в прошлом, вперед во времени в настоящее так, чтобы энергия была доступна в настоящем.

Это нечто большее, чем просто приятное воспоминание. По существу, медитативное тело Света и Божественное Присутствие уходит назад во времени и извлекает некую чудесную энергию прошлого опыта, а затем переносит ее во времени вперед и накладывает на нынешнее физическое тело пациента.

Потом пациент пользуется мощной, творческой, счастливой энергией для проецирования в мир его/ее желаний. Данная техника особенно полезна для сотворения/проявления конкретных вещей в жизни, таких как самая лучшая возможная карьера или бизнес, или более любящие взаимоотношения. Такой вид целительства основывается на законе притяжения. Если душа привносит в мир счастливую и любящую энергию, она вернется к душе разными способами.

Подчеркнем, что самая мощная и творческая энергия испускается из сердца и солнечного сплетения, а не из ума. Ум - это просто механическое устройство, используемое для выполнения желаний души (или эго, что тоже может быть).

Часть техники включает способы иметь дело с эго, когда оно пытается вмешиваться в намерения души, что оно будет делать в любом случае.

Связь с временной линией будущего

Это относительно новая техника, переданная каналу арктурианцами, в которой устанавливается связь с конкретными будущими Я. И вновь она основывается на принципах квантовой физики и, конкретно, на принципе неопределенности. Существует бесконечное число возможных временных линий будущего, вырастающих из настоящего момента, как ветки на очень большом дереве. Как только душа пожелает получить определенный результат, вероятностные временные линии сужаются до конкретного оптимального пути. Конечно, К точке пересечения проявления в будущем еще имеется бесконечное число

вероятностных путей, но сейчас установлена сама точка пересечения. А это значит, что имеется отдельное и весьма реальное будущее Я, с которым душа может взаимодействовать.

Как только будущее я установлено, открывается диалог между нынешним и будущим Я. По существу, будущее Я дает совет нынешнему Я, как с ним связаться. Например, если у нынешнего Я есть конкретная цель, будущее Я будет говорить: "Вот как достиг этой цели я. Сначала я сделал это, а потом то", и так далее.

Чтобы держать в тоне нынешнее Я, между нынешним и будущим Я устанавливается постоянная связь. Будущее Я становится как бы духовным проводником или дружественным инопланетянином, с которым тоже можно связаться подобным образом. Это напоминает шаманские техники в некоторых традициях.

Канал может выполнять каждую из этих техник или он будет рад направить вас к кому-то, кто специализируется на каком-то отдельном процессе. Как всегда, в наши намерения не входит сделать вас зависимыми от терапевта или целителя. Внутри вас уже есть самый великий целитель. Цель практикующего техники - помочь вам войти в контакт с вашим внутренним целителем, вашим Божественным Я.

Поскольку души четвертой плотности очищают негативность, многие из них будут готовы двигаться в спираль вознесения. Последующий раздел написан для душ, уже пребывающих на пути вознесения. Для остальных (кто вибрирует в четвертой плотности), читающих этот раздел: раньше или позже вы тоже начнете нижеупомянутые процессы.

Биологические изменения в возносящихся душах

Мы намерены детально описать процесс вознесения с биологической точки зрения. И хотя никакое внешнее событие не может и не будет определять результат вознесения, порталы 2012, 2017 и 2030 окажут огромное позитивное влияние на сам процесс. Рискую чрезмерно упростить, вы могли бы сказать, что 2012 год будет временем фундаментального сдвига в сознании, 2017 год - больше клеточным сдвигом, а 2030 год будет делать акцент на социальном сдвиге. Все эти катализаторы, или запускающие события, будут двигать процесс вознесения с огромной скоростью.

Многие сомневаются в том, что вы сможете воскресить свои физические тела, освободить их от болезней и покончить с процессом старения, что вполне понятно. С еще большим скептицизмом вы можете относиться к процессу омоложения - способности делать так, чтобы тело выглядело и чувствовало себя моложе и здоровее. Но даже ваши традиционные ученые знают, что это возможно. А вот то, чего они пока не осознают - никакие манипуляции с генетикой или изобретения лекарств от старения не принесут никакой пользы до тех пор, пока душа искренне не решит принять участие в строительстве Новой Земли.

Ваши тела уже меняются. Первое, что вы заметите — тесную связь между эмоциональным самочувствием и физическим состоянием здоровья. Лишь немногие осознавали, что между эмоциональным самочувствием и проявлением его в виде состояния здоровья происходит запаздывание. Когда вы будете проходить через порталы, запаздывание значительно сократится.

Например, если мысли позитивные и ободряющие, тело сразу же почувствует себя лучше. Но любой болезни или несбалансированности, которые вы вносите в клетки, обычно потребуется больше времени на исчезновение в результате позитивных мыслей. Если в вашем подсознательном уме много негатива, чтобы подействовать на физическое здоровье, вам потребуется очень много позитивных мыслей.

Поскольку вы проходите через ускоряющиеся опыты, подсознательный ум будет быстро освобождаться от старого программирования и условных рефлексов. Вам больше не потребуются месяцы или даже годы для избавления от болезни или сотворения нового состояния физического здоровья. Хотя для большинства людей это чудесные новости, это также означает, что выражение "Вы не можете себе позволить такую роскошь, как негативная мысль" станет актуальным, как никогда.

Каналу часто приходилось отвечать на вопрос «что конкретно произойдет, когда мы будем двигаться через порталы» таким образом: "Состояние сознания расширится в сотни, если не в тысячи раз". Вы могли бы сказать, что это вывод нашего вышеприведенного обсуждения. Мысли и чувства будут проявляться не только быстрее, чем когда-либо, но и с более высокой амплитудой и размахом.

Изменение сознания и исцеление тела

Самая важная задача, стоящая перед вами, как Работниками Света, - двигаясь через порталы, делать все необходимое для создания мощного, позитивного состояния сознания. Итак, как же этого достичь? Нижеприведенное упражнение поможет в сотворении состояния сознания, которое вы страстно желаете усилить и расширить.

Практически все выглядит так: представьте себе свой день и все разнообразие опытов. Люди входят и выходят из вашей сферы влияния. Одни ориентированы позитивно, другие - негативно. При встрече с каждым из них, вы либо остаетесь безоблачными, спокойными, центрированными и не позволяете влиять на себя их состоянию сознания,

либо раскачиваетесь (хотя бы чуть-чуть) под влиянием их энергетических полей. Даже если вы проводите день в одиночестве, вы подвергаетесь влиянию своих мыслей, а также влиянию психического "супа" в атмосфере Земли - мыслей, постоянно бомбардирующих вас через астральные и эфирные планы. Поэтому где бы вы не жили, эмоциональное состояние и качество мышления будут колебаться - от большого счастья до крайнего смятения. Важно отследить взлеты и падения, которые вы переживаете в "обычный" день. Замечайте не только основные ощущения, но и реакции на то, как вы себя чувствуете, и мысли по поводу вашего самочувствия.

Начните с высвобождения ВСЕХ суждений или негативных реакций на повседневный опыт. Воздержитесь от навешивания ярлыков на свое состояние - "плохо" или "хорошо". Оно просто *есть*. Как только вы вошли в состояние полного принятия того, что вы думаете или ощущаете, просто наблюдайте за уровнем вибрации. Спросите себя: "Служит ли этот уровень вибрации мне, моей миссии и цели пребывания на Земле? Позволяю ли я происходить естественному развертыванию и эволюции, или борюсь, сопротивляюсь, или пытаюсь каким-то образом контролировать свою эволюцию?" Дорогие Творцы, помните, что чистое осознание - это состояние активное, а не пассивное. В любое время вы можете активно наблюдать, что происходит в вашем сознании.

Как только вы установили, без какого-либо суждения, что ваше нынешнее состояние сознания обладает более низкой вибрацией, чем того желает душа, немедленно вступайте в контакт со своим золотым сияющим Божественным Присутствием - вашим Я 12-ой плотности, прямо сейчас существующим во все времена и во всех пространствах. Просите, чтобы Я овладело ситуацией и направило вашу жизнь. Просите очистить тело от всех негармоничных вибраций, негативных мыслей и нежелательных ощущений. Помните, вы не судите эти ощущения. Вы просто наблюдаете, что они больше вам не служат. По существу, большая часть этих мыслей и ощущений - не ваши. Возможно, они принадлежат вашим родителям, супругам, друзьям или раздраженному коллеге, сидящему в той же комнате. Почти весь негатив, который вы ощущаете, подпитывается постоянным потоком негативности, пронизывающей астральные планы Земли.

Поместите вокруг своего тела золотой экран Света и наблюдайте, как каждая клеточка тела очищается, светлеет и исцеляется от любой и всей негативности. Посылайте безусловную Любовь всем частям себя. Обращайте особое внимание на те места тела, где чувствуется напряжение, скованность, онемение, усталость и все такое. Пользуйтесь утверждением:

"Каждый день и каждый раз я вношу в свое физическое тело все больше и больше Божественного Любящего Света".

Еще одна хорошая аффирмация:

"Я целиком и полностью высвобождаю все, что мешает наивысшему и наилучшему росту моей души, счастьем и благополучием".

Сначала вы будете забывать делать эти упражнения. Амнезия и негативность на планете Земля оставались здесь миллионы лет, и на преодоление инерции негативности требуется много терпения и настойчивости. Однако, читая нашу книгу и практикуя упражнения, вы делаете именно это.

Вы делаете огромные успехи. С каждым днем все больше и больше света втекает в эту маленькую планету, в эту маленькую жемчужину в небесах. Кроме нашей коллективной группы (Основателей), на высших планах есть миллионы существ, направляющих свою мудрость и любовь в ваши астральные и эфирные планы. Затем энергия высокой вибрации проникает в физическую Землю.

Как только вы завершили выполнение вышеописанных упражнений, вновь заметьте, как вы себя чувствуете. Позвольте уйти всем системам верований, которые больше вам не служат, включая веру в то, что просветление требует многих лет борьбы и самопожертвования. Позвольте уйти вере в то, что вы не способны исцелить свое физическое тело. Дело не в природе болезни, недомогания или инвалидности. Исцелить можно даже врожденные дефекты, правда, в большинстве случаев это потребует радикального сдвига в сознании. Наслаждайтесь вероятностью того, что вы *можете* и *освободитесь* от всех досаждающих вам недугов.

По мере движения через порталы, сомнения будут улетучиваться. Вы станете уверены в пребывании на верном пути. Вы будете просто *знать*, что ваши просьбы об исцелении удовлетворяются. Вы увидите позитивные ощутимые результаты на каждом уровне вашего бытия. Исцеление *произойдет*. Будьте уверены. К концу своего кармического путешествия приближаетесь не только вы, но и вся планета очищается и избавляется от старой кармы с рекордной скоростью. Каждый день, проведенный на Земле, становится светлее, чем предыдущий, несмотря на очевидность. На вашей планете есть много учителей, которые верно постулируют следующее. Причина того, что все становится негативнее и негативнее, в том, что сейчас вся негативность выходит на поверхность, чтобы быть исцеленной. Как могут ошибаться сотни просветленных учителей? Они не ошибаются. Вы исцеляетесь. Просите свое Божественное Присутствие

удалить ВСЕ сомнения в связи с этим чудесным фактом.

Чтобы избавиться от бед и страданий, вам следует покончить с отрицанием и встретиться лицом к лицу с проблемами, стоящими перед вами. Если какой-то человек, место или объект вызывает у вас гнев или раздражение, поблагодарите за урок и будьте готовы исцелиться. Что бы это ни было, высвободите его с целью исцеления. Призывайте всю свою силу и высвобождайте. Просите помощи у своих духовных наставников. Знайте, что сейчас вы совершаете выбор высвободить гнев, страх и печаль (или любые другие формы этих ощущений), связанные с этими проблемами. Посылайте Любовь самим себе. Будьте сострадательными. И если нужно, даже внесите немного юмора. Просветляйтесь.

Значит ли это, что исцелить физическое тело легко? Нет. В большинстве случаев, это трудная проблема. Но успех неминуем из-за выбранного вами пути. Если бы вы не были готовы к исцелению себя, вы бы не притянули этот урок. Даже если кажется, что вы потерпели поражение, или не чувствуете себя готовыми противостоять проблемам, или просто хотите сбежать и забыть обо всем этом, будьте уверены, что еще страдаете самим себе. Все хорошо. Нет, вы не можете навсегда избавиться от урока или даже отсрочить его надолго, но примите то, что ощущаете себя потрясенными и не готовыми к полному исцелению. Затем скажите себе, что всегда будет завтра. Конечно, не пользуйтесь этой стратегией каждый день, иначе все всегда будет откладываться на завтра. После нескольких дней отстранения, скажите себе, что сегодня - это именно тот день. Вы *готовы*. Приветствуйте свое вновь обретенное желание исцелиться и осуществляйте его. Пора переходить к более серьезным делам.

Примечание: Обязательно будут те, кому не удастся исцелить физическое тело в период этого цикла. Это не значит, что вы потерпели поражение. Это значит лишь то, что ваша душа просит дополнительное время для завершения уроков и вхождения в просветление. Если в период изменений Земли вы потеряете свое тело, скорее всего вы воплотитесь в новом Золотом Веке и станете детьми в более мягкой и мудрой эре. Это значит, что вы получите намного лучшее образование, наполненное любовью и состраданием, чем получили в этой жизни.

Для всех остальных: появится ощущение двух шагов вперед, одного назад. Какой-то аспект низших тел исцелится, но сразу появится другой, тоже нуждающийся в исцелении. Хотя может показаться, что список бесконечен, в конце концов вы придете к тому, что здоровое Я станет доминирующей силой в вашей жизни, а не исцеленные части останутся лишь мелкой частью **Одного Святого Я**. Тогда станет легче посылать любовь и сострадание тем аспектам, которые еще сталкиваются с проблемами. Вы сможете приветствовать их возвращение в ваше Одно Существо.

Меркаба Света

А сейчас давайте обсудим одну из самых неверно понимаемых тем среди Работников Света - Меркабу Света.

Меркаба - это геометрический паттерн энергии Света, который формируется вокруг возносящихся душ на разных стадиях в процессе превращения их формы из смертной и основанной на углероде - в бессмертное и основанное на кремнии тело.

Меркаба уже частично формируется вокруг душ четвертой плотности. Ее основная цель - защищать их от неблагоприятных окружающих условий в период вознесения. Ее можно уподобить кокону вокруг гусеницы, становящейся бабочкой.

Пока душа проходит через различные стадии вознесения, Меркаба становится прочнее и легко наблюдается ясновидящими и теми, кто уже вибрирует в пятой плотности. В итоге, Меркаба помогает вознесенным душам путешествовать во времени и пространстве без нужды в механическом средстве передвижения, таком как космический корабль. Однако полностью сформированная Меркаба не проявится до самых последних стадий вознесения.

Для построения Меркабы вовсе не обязательно изучать какие-то конкретные техники. По существу, это довольно бесполезно, поскольку строительство Меркабы — это автоматический процесс, естественно происходящий в период вознесения. Единственная ценность, которую мы усматриваем в выполнении медитации Меркабы, - она помогает фокусироваться на процессе вознесения. Кроме того, то, на чем вы фокусируетесь, притягивается в ваш опыт. Поэтому знайте, состояние развития Меркабы полезно, хотя оно и не требуется. Это как фокусирование на состоянии сердца: оно полезно, хотя вам не нужно сознательно заставлять его биться.

Здоровая Меркаба ~ это, по существу, Меркаба, не связанная с попыткой ускорения процесса вознесения или попыткой сбежать от смертного человеческого я. Иначе бы вы рассматривали свое тело как несостоящее, надоедливое или мешающее духовному прогрессу.

Маленькое человеческое я - это неотъемлемая часть вашего Существа, склонная к суждению. Осуждая любой аспект Я, вы замедляете свой духовный прогресс. Нетерпение в процессе роста обычно возникает благодаря подсознательным или бессознательным суждениям, которые вы накладываете на самих себя, включая негативные отношения к эго/личности. У вас есть система верований, которая утверждает бук-

важно следующее: «если вы не будете достаточно медитировать, молиться и быстро позволять уходить всем негативным верованиям, вы не получите хорошей отметки». Позвольте заверить, само чтение этой книги свидетельствует о том, что вы уже пребываете на пути к вознесению и, скорее всего, в этой жизни. Вам не стоит казнить себя за дни, когда вы, казалось бы, не совершаете никакого прогресса.

Дорогие Творцы, не судите себя. Большинство совершило намного больший прогресс, чем вы осознаете. Даже если вы сталкиваетесь с, казалось бы, непреодолимыми блоками в эмоциональном теле или имеете хронические проблемы со здоровьем, вам много помогают. Продолжайте просить помощи у ваших проводников и Божественного Присутствия. Откройтесь получению помощи. Не судите форму, в которой она приходит. Иногда самые так называемые негативные опыты больше всего способствуют росту и благополучию души.

Энергетические симптомы вознесения

Сопrotивление процессу вознесения - это обратная сторона попыток ускорить процесс. Ниже приводятся несколько симптомов, которые вы можете ощущать, если сопротивляетесь повышающимся частотам, приходящим на Землю.

Дорогие Творцы, важно осознавать, что ваши физические тела накопили огромное количество токсинов и негативных паттернов мышления в форме кристаллизованной вредной энергии, не только в этой жизни, но и в многочисленных других жизнях. Эти паттерны переносятся из жизни в жизнь с помощью каузального тела, или аспекта души, помнящего множественные жизни. Вы не только удаляете из низших лет тысячелетия негативности, вы и живете в негативно-ориентированном мире. Он непрерывно бомбардирует вас мыслеформами, основанными на системах верований, противоречащих духовному прогрессу.

Кроме того, ваша окружающая среда очень токсична. Обработанная пища полна химикатов, которых тело даже не знает, как переварить. Почва истощена пестицидами. Вода содержит тяжелые металлы и ядовитые углеводороды. Жизнь полна стрессов, и у вас нет времени расслабиться, освежиться и восстановиться.

Поскольку на планете усиливаются частоты вознесения, более высокие энергии сталкиваются с негативностью внутри и вокруг вас, вынуждая ее выходить на поверхность для высвобождения. Симптомы вознесения включают сопротивление тела более высоким энергиям, приходящим на планету. Сопротивление возникает не только за счет вышеупомянутого процесса накопления негативности, но и потому, что человеческое тело состоит из триллионов индивидуальных клеток, и, по большей части, программы в клетках не меняются легко и быстро. Физические тела любят постепенное и мягкое изменение, а сейчас - не время для постепенных и мягких изменений. Поэтому человеческому телу довольно трудно справляться с повышающимися частотами Земли.

Требуется огромное терпение, любовь и сострадание, а также принятие вашей человеческой природы. Если вы будете лучше настраиваться на тела, вы научитесь распознавать, когда симптом возникает в результате естественного сопротивления тела усиливающейся энергии, а когда благодаря чему-то вредному в окружающей среде, с которым приходится иметь дело. Под определение "вредное" подпадают вирусы, бактерии, плесень, грибки, промышленные химикаты, излучение и электромагнитные флуктуации. Одни электромагнитные флуктуации способствуют мутации клеток, другие — препятствуют.

С помощью недавних Божественных Благоволений, негативные флуктуации сводятся к минимуму. Большая часть негативных флуктуаций возникает за счет огромного объема негативности, создающейся на вашей планете 75% человечества, вовлеченного в такую деятельность. Вихрь негативной энергии входит в линии решетки электромагнитного поля Земли и распределяется по линиям леи.

Арктуряне и другие активно вовлечены в балансирование негативности, вот почему их космический корабль наблюдается преимущественно в священных местах по всему миру.

Более чувствительные души на Земле могут чувствовать землетрясения, извержения вулканов и неблагоприятную погоду задолго до их активного проявления. Другие будут фиксировать эти события в физическом теле, когда они будут происходить в разных частях мира. Еще один способ ощутить негативность - если вы «подбираете» коллективные страхи и тревогу, генерируемые большим числом душ, находящихся в районах катаклизмов.

Пока тела будут пытаться сбалансировать негативность на Земле входящими частотами вознесения, вы будете колебаться между болезнью и здоровьем. В периоды особенно интенсивной негативности будут обостряться хронические болезни, затем они будут стихать в относительно спокойные периоды. Кроме того, время от времени, естественные циклы души будут запускать либо кризисы, либо так называемые чудесные исцеления.

Каждый человек обладает естественным циклом души, колеблющимся между стремлением идти вовне и желанием идти вовнутрь. Даже у экстрасенсов бывают периоды спокойствия, хотя очень активные души могут не осознавать и не уважать желание души периодически удаляться от мира. Знание цикла души

очень полезно тогда, когда вы выбираете время для какой-либо деятельности. В общем, главные решения следует принимать во время активных циклов души, не спокойных.

Возвращаясь к теме симптомов вознесения, мы подчеркнем равновесие между истинным побуждением иметь дело с эмоциональными и психологическими проблемами и тенденцией пытаться ускорить процесс вознесения, потому что вам хочется немедленно избавиться от негативности. Иными словами, и нетерпение, и промедление препятствуют и затрудняют биологические изменения, которым подвергается тело. Если вы ощущаете неприятные симптомы вознесения, следует проявить терпение, принять их и выразить желание пройти через все, что вас блокирует.

Существенно оставаться чистыми, спокойными, центрированными и бдительными, и в то же время искать надлежащее целительство, терапию или деятельность по перебалансированию.

Если вы относитесь к кризисам исцеления с гневом и неудовлетворенностью и говорите себе: "О, нет! Только не головная боль!", вы ставите блок между собой и открытым принятием более высоких частот, желающих войти в ваше тело.

С другой стороны, чем больше вы игнорируете кризисы исцеления или заявляете, что их не существует, или пытаетесь относиться к ним рационально, или сопротивляетесь тому, что они являются неминуемой частью процесса эволюции, тем интенсивнее будут становиться симптомы, пока вы имеете с ними дело. Хотя проявление симптомов вознесения считается "нормальным" и "естественным", это не значит, что их следует игнорировать или оправдывать. Помните: почти все, что вы чувствуете в теле, является некоей формой сопротивления - такова природа физических тел. Определенное количество сопротивления необходимо. В противном случае, через тела проходило бы слишком много энергии, и они буквально сгорали бы. Ключ к исцелению - как вы справляетесь с сопротивлением.

Мы рекомендуем дыхание, йогу, медитацию, регулярные физические упражнения и разновидности целительства, помогающие уменьшить степень сопротивления до контролируемого уровня. Психологически, сопротивление - это ваши отрицания, вещи, на которые вы не желаете смотреть. Спросите себя: "Каких частей своей жизни я избегаю? На что я предпочитаю не смотреть? Какую часть своего жизненного опыта я все еще осуждаю?"

Мы предлагаем рассмотреть техники, предложенные выше в этой главе, и выбрать те, которые лучше всего помогут справиться с симптомами вознесения, с сопротивлением и отрицанием, обычно являющимися частью синдрома вознесения.

Конкретные симптомы вознесения, такие как странные паттерны: сна или крайние усталость и беспокойство, мы рассматривали в предыдущих книгах. В Интернете имеется много материала о конкретных симптомах вознесения, поэтому мы переходим к следующей теме.

Омоложение и безграничная энергия

Двигаясь через 2012-2030-е годы и исцеляя сопротивление изменениям, большую часть времени вы начнете ощущать легкость и ясность. Энергия усиливается, а потребность в пище и сне уменьшается. Вы больше не будете болеть, а тело стареть. Сначала вы пройдете через периоды времени, когда будете чувствовать себя спокойными, центрированными и "в потоке"; они будут перемежаться с временами, когда вы будете отступать назад, в старое, невротическое человеческое я. Со временем, последнее станет менее частым, да и длиться будет короче.

Очень важно окружить себя возносящимися душами и единомышленниками. Создание резонансного поля в непосредственном окружении очень поможет в достижении оптимального уровня сопротивления.

Поскольку вы движетесь в более высокие состояния вибрации, в клеточной структуре произойдут ощутимые изменения. Со временем тренированный научный глаз обнаружит мутирующие паттерны ДНК. В какой-то момент до 2030 года несколько душ начнут демонстрировать то, что ваши ученые назвали бы "сверхчеловеческой ДНК". Биологические тесты раскроют, что возносящиеся души обретают все больше и больше "бессмертных" спиралей и меньше "смертных".

У возносящихся душ гены, ответственные за старение, заменятся генами вечной молодости. Хотя, возможно, появятся лекарства для достижения подобного результата у всех душ, такие химические катализаторы будут ненадежными, поскольку психологически души редко достаточно освобождаются от негативности, чтобы удержаться от притягивания свободных радикалов и других механизмов, разрушающих клетки в теле. Ваши религиозные тексты называют этот феномен: "вливанием вина молодого в мехи ветхие" (Матфей, 9:17).

К просветлению нет кратчайших путей. Вот почему вы никогда не изобретете "таблетку для мгновенного просветления". Даже если у вас появится такое лекарство, те, кто вибрирует на достаточно высоком уровне, чтобы притянуться к этому лекарству, не будут в нем нуждаться. Остальные, кому удастся достать подобное лекарство, переживут временный опыт "сатори", но неминуемо скатятся в дуальность из-за неразрешенных проблем.

Изменения в клетках - механика Вознесения

Недавно состоялась дискуссия ваших биологов и генетиков. Темой послужило превращение клеток тела из смертной, основанной на углероде структуры, в структуру бессмертную, основанную на кремнии. Большая часть нынешнего научного инструментария не рассчитана на обнаружение подобных изменений. Поскольку процесс мутации довольно значителен, они что-то замечают, но не могут объяснить, поскольку идея биологических жизненных форм, сдвигающих базовые химические коды из одного элемента в другой, еще не укоренилась в сознании традиционных ученых. Фактически, ваши исследователи недавно открыли жизненные формы с базовыми элементами кремния и лития. По мере ускорения процесса вознесения, все больше и больше прогрессивно мыслящих биологов будут открывать, что происходит.

У некоторых детей ученые уже обнаружили дополнительные цепочки ДНК или дополнительные рецепторы, указывающие на состав ДНК, отсутствующий в базах данных исследователей. Конечно, это просветленные души, пришедшие в воплощение из других звездных систем.

В вашей ДНК имеются рецепторы Света. Действующие кодирующие цепочки содержатся в том, что ваши ученые называют "мусорной" ДНК. Эти рецепторы чувствительны к более высоким частотам и обладают многими качествами инопланетного источника. Многие исследователи признали, что у "мусорной" ДНК должна быть какая-то цель, и они просто ее не понимают. Мы все время говорили, что "мусорная" ДНК содержит не только рецепторы Света (позволяющие пране, или энергии жизненной силы, втекать прямо в клетки тела, активируя шаблон вознесения), но и запись о воплощениях души в других мирах и связи с различными инопланетными родословными.

Возвратимся к теме Света. Когда душа проходит через физическое вознесение, диапазон зрения меняется. Это значит, что глаза будут меняться так, чтобы воспринимать более широкую полосу частот.

Иными словами, спектр видимого света расширится и будет включать больше инфракрасного и ультрафиолетового света. Рецепторам Света в ДНК возносящихся душ придется настраиваться (как радиоприемник) на входящие частоты вознесения. Имеется сложная программа - часть шаблона вознесения, - приспособливающая ДНК к входящим частотам. Вы могли бы сказать, что есть встроенный анализатор качества и структуры сигнала и резонатор, "подгоняющий" входящие частоты. Резонансное поле сознания души состоит из многих факторов, включая общее состояние эволюции души, уровень восприимчивости, спокойствие окружения, влияние других душ и так далее. В какой-то момент ученые научатся вычислять резонансное поле души с помощью продвинутой математики (то есть с помощью нелинейных векторных уравнений со многими неизвестными). Крайне упрощенное объяснение программы мастер-шаблона таково. Коды и ключи ДНК отслеживают вибрационный уровень мыслей, возникающих в сознании души и подсознательном уме. Затем шаблон создает серии электрических импульсов, выравнивающих уникальную частоту, создаваемую резонансными мыслеформами души. Отношение позитивных, улучшающих жизнь мыслей к любым негативным мыслям и верованиям является неотъемлемой частью "коэффициента света", который рассчитывается посредством вычислений, выполняемых программой вознесения. Результат - уникальная комбинация энергий, часто называемая "подписью души". Затем подпись "привязывается" к соответствующей входящей частоте. Если частота, вырабатываемая ДНК души, не увязывается адекватно с входящими частотами, возникает дисбаланс, создающий блок аурическом поле души. Если частоты увязываются адекватно, создается резонансное поле, и входящие частоты вознесения кодируются в клетки, активируя ту часть шаблона вознесения, которая резонирует с входящими сигналами.

Например, если входящая программа содержит инструкцию «вложить спираль бессмертия ДНК в существующие смертные клетки и "пробудить" атомы углерода к созданию еще одной электронной орбиты для превращения в кремниевую конфигурацию», тогда программа попытается создать резонансное поле с уровнем сознания, испускающегося из души. Если частоты увязываются, происходит преобразование обычно у определенного числа клеток в определенном месте физического тела.

Программа имеет встроенную защиту, чтобы лишь надлежащее число клеток превращалось в формат кристаллического тела Света. Если одновременно превращается слишком много клеток, в игру вступают антитела и иммунная система, и тело будет рассматривать мутирующие клетки как врагов, которых следует атаковать и/или подавлять. Это одна из причин, почему процесс вознесения в физическом теле происходит постепенно, а не мгновенно.

Хотя в нелинейном времени запускающее событие происходит мгновенно, физическая сфера и ее линейное время имеют тенденцию запаздывать за квантовым скачком. Аналогичная задержка происходит между светом и звуком за счет разницы скоростей. Выразимся по-другому: аналогично тому, как психологическое состояние человеческого существа требует времени для адаптации к новому окружению, физиологическим компонентам души тоже требуется время на акклиматизацию в новых частотах вознесения.

Чем больше сопротивления присутствует в физическом теле, тем труднее процесс преобразования. В

идеале, душа просто позволяет процессу вознесения происходить с оптимальной скоростью, но души редко входят в состояние полного принятия. С раннего детства вас программируют иметь определенные психологические характеристики. Есть традиции, культурные верования и различные влияния окружающей среды, а также наследственные связи, генетика и память о прошлых жизнях, и всем им приходится противостоять. Более того, имеются медицинские "верования" традиционных врачей, убежденных, что тело должно проходить через определенные стадии - рождение, дряхление и смерть.

Программы на смерть закодированы в вашей ДНК, и "запуски" бессмертия должны происходить до того, как новые частоты вознесения смогут ассимилироваться надлежащим образом. Иными словами, вы должны принять идею физического бессмертия, а не избегания смерти (или сублимации страха смерти), понять регенеративные свойства Вселенной (также известные как "негэнтропия") и как эти энергии взаимодействуют со вторым законом термодинамики ("энтропией"). Энтропия - это тенденция объектов в третьей плотности замедляться, изнашиваться и гнить. (В технических терминах, энтропия диктует, что со временем энергия движется к более беспорядочному состоянию, например, от электромагнетизма к теплоте.)

Влияние сдвигов порталов на вознесение

Поскольку порталы 2012, 2017 и 2030 влияют на Землю, величина, амплитуда и периодичность входящих частот вознесения будут такими, чтобы новые частоты могли разбить "барьер" сопротивления со стороны старого программирования и различных влияний окружающей среды. Если индивидуум сопротивляется особенно сильно симптомы вознесения будут крайне суровыми. В некоторых случаях входящие частоты быстро усугубят подавленную негативность так, что проявится болезнь.

Очень важна способность души очищаться и позволять уйти сопротивлению. Многие души осведомлены о процессе очищения и оценили, смогут ли они выдержать повышающиеся частоты, втекающие в Землю, или нет. Если души не адекватно выучили уроки, для изучения которых пришли на Землю, и чувствуют, что им нужно больше времени для усвоения смертных опытов, они не совершат сдвиг к бессмертию. Сопротивление будет создавать блокады в ауре души, препятствующие мутации к бессмертию. Тогда шаблон-программа вознесения временно удалится из души. В результате, может показаться, что душа скатилась к прежним формам поведения, поскольку вернулись старые смертные программы, свободные от "вторгающихся" энергий вознесения.

Большая часть душ, отказавшихся от новых энергий вознесения, начнет процесс быстрой деградации иммунной системы, поскольку душе станет очевидно, что на планете Земля она больше не найдет необходимых ей уроков. Она начнет готовиться к выходу из тела и воплощению в другом мире, более благоприятном для воспринимаемого уровня осознания.

У душ, готовых к вознесению, новые частоты сначала будут невысокими, но со временем повысятся в логарифмической прогрессии. У души с активированным шаблоном вознесения, за десять лет, превращенным в структуру кристаллического тела Света окажется лишь 1% клеток. Однако следующий 1% процент может появиться всего через два-три года, еще один - через несколько месяцев и так далее.

На количество земных лет, требующихся душе для полного физического вознесения, нет единой точки зрения. Теоретически, душа может вознестись мгновенно, но почти всегда процесс занимает многие годы. Типичный временной интервал составляет от 20 до 30 лет, а у некоторых душ - от 40 до 50 лет. Все зависит от того, как быстро душа сможет приспособиться к новым частотам.

Души, проводящие много времени в медитации, но ведущие активный образ жизни - самые лучшие кандидаты на плавное и быстрое вознесение. Если психологически вы не привязаны к смертному типу мышления, у вас есть преимущество над теми, кто еще верит тому, что говорят смертные врачи.

Требуется эмоциональное и физическое отстранение от ловушек и условностей вашего мира. И вновь, это не значит, что вы должны вести монашеский образ жизни. Вы можете пребывать в мире и быть свободным от него. Не имея энергетической привязки к смертным жизням масс человечества, вы свободны принять идею, что ваше тело может становиться моложе и энергичнее.

Дорогие Творцы, чтобы суммировать биологические изменения, которые вы можете ожидать в период вознесения, разрешите мягко напомнить, что состояние сознания оказывает непосредственное влияние на конфигурацию ДНК. До тех пор, пока вы не верите в противоположное, между внешним миром и внутренним состоянием нет разделения. Если вы не видите Единства, присущего внутренней и внешней реальности, вы не увидите связи между качеством мыслей и ощущений и способностью тела приспосабливаться к постоянно повышающимся частотам, входящим в Землю.

Большая часть ваших биологических процессов совершается без сознательного осмысления, с помощью так называемой автономной нервной системы, или автоматического подсознания. Вам не нужно думать о сердцебиении или как перекачивать кровь. Что же касается вознесения, оно часть автоматической биологической системы, и если вы выровнены с вашим существом, не требуется ничего, кроме принятия процесса. В последующем разделе, посвященном психологии, мы делаем акцент на

эмоциональных и ментальных процессах, которые возникнут при вознесении, а также на блокадах, способных препятствовать естественному процессу вознесения.

Психологические изменения, которые следует ожидать при переходе через порталы

Как мы констатировали в главе 1, основное психологическое изменение, которое вы можете ожидать при прохождении порталов, - ощущение завершенности и уверенности, что вы никогда больше не вернетесь к старому образу жизни. Вплоть до настоящего времени вы балансировали между старым я, эго, и Божественным Я. И хотя наиболее базовые аспекты человечества магически не исчезнут за одну ночь, возникнет определенное ощущение, что внутри вас что-то фундаментально изменилось. Вы уже не сможете вернуться к тому я, кем были до сдвига порталов. Старые способы просто больше не сработают.

Одно из состояний, которое мы наблюдаем у этого канала и других возносящихся душ, - тенденция становиться тем, что они называют "более правополушарным". Например, этот канал рос в интеллектуальном научном окружении и привык гордиться своей логикой, рациональностью и приземленностью. Однако в последние годы левополушарная интеллектуальная сторона все больше и больше уступает позиции спонтанному, интуитивному правополушарному подходу к жизни.

В некоторых самых крайних случаях, у вас есть ученые, перенесшие инсульт. Вдруг они лишаются своих интеллектуальных доблестей. Сначала это настораживает, но очень скоро души открывают, что обладают великими дарами интуиции и психических функций, которых не замечали раньше.

Этот канал верно постулировал, что одна из причин подобного эффекта такова. У вас есть многочисленные я, работающие на разных уровнях, чтобы помочь вам совершить сдвиг. Например, фрагменты вашей души могут быть рассеяны в разных местах на Земле, чтобы помогать в кризисных ситуациях или отработке кармы. После особенно значимого изменения Земли станет трудно концентрироваться на повседневных делах, даже если вы сознательно не думаете о них. В традиционных терминах - вы считаете себя рассеянным, и вам трудно сосредоточиться, потому что вы продолжаете думать о том, что происходит где-то в мире.

Хотя фрагментация души чаще всего происходит в результате травмы, она может происходить и тогда, когда травмирующие события происходят где-то в мире, с людьми, которых вы не знаете лично. После масштабной катастрофы или беспорядка, было бы неплохо воспользоваться техникой интеграции души, даже если вы не вовлечены в подобные события физически.

Вы становитесь более чувствительными. В зависимости от точки зрения, это может быть благословением или проклятием. По мере развития, вы будете обретать большую способность менять уровень осознания по желанию; но, в общем, вы будете все чувствовать глубже. Сюда входят печаль и боль человечества. Иногда кажется, что их невозможно выдержать, поэтому вы устраниваетесь, закрываетесь или стремитесь убежать. Вместо этого мы рекомендуем призывать силу и присутствие духовных наставников, ангелов, Архангелов и Вознесенных Мастеров, чтобы они помогли вам вернуться в центр, откуда вы сможете излучать любовь и сострадание нуждающемуся сегменту человечества.

Вы Одно со всей жизнью; поэтому, естественно, вы будете чувствовать боль жизненных форм, переживающих трудные времена в связи с изменениями Земли. Психология сдвига включает обучение переживанию Единства и одновременному отстранению от него эмоционально.

Как мы уже упоминали много раз, принятие изменения - это краеугольный камень готовности к вознесению. Часть процесса - психологическое отделение и даже психологическая невидимость миру третьей плотности. С мягким отказом от суждения, вы свободны принимать только те аспекты жизни, которые ободряют в каждом ощущении мира.

Хотя когда-то борьба являлась неотъемлемой частью роста души, как полностью зрелая душа, вы осознаете полную бесполезность цепляться за старую систему верований, утверждающую, что для достижения просветления необходима борьба. Сейчас вы распространяете это осознание на сферу физического вознесения. То, что с начала мира вознесения достигла лишь горстка душ, не означает, что его почти невозможно достичь. Может, все и обстояло именно так - до последнего Божественного Благоволения; но сейчас оно в пределах достижения.

Ликуйте, дорогие Творцы, поскольку требования к вхождению в мир истинной свободы снизились. Вам больше не нужно быть белкой в колесе реинкарнаций. Смерти и новые рождения подходят к концу. Заботьтесь о физическом теле, питайте сердце и очищайте ум. Позвольте уйти всем системам верований, рисующим картины отсутствия, ограничения и смерти. Вы созданы по образу и подобию Творца - безграничного и свободного.

Вспоминание прошлых жизней

Поскольку вы растете и развиваетесь, способность вспоминать прошлые жизни значительно усиливается. Вы завершаете кармические паттерны. Это кульминация жизни. Это похоже на окончание

спектакля, когда все актеры выходят на сцену на последний поклон. Вот почему в грядущие годы вы будете встречать души из далекого прошлого, буквально из тысячелетия назад, которые играли важную роль в вашей эволюционной спирали. Это люди, которых вы давно забыли; они участвовали в ситуациях с самого начала путешествия вашей души.

Совсем необязательно вспоминать все прошлые жизни, а только те, которые соотносятся с тем, что вы изучаете сейчас. Обычно воспоминания всплывают тогда, когда вам нужно понять что-то конкретное. Поскольку осознание расширяется, у вас могут происходить вспышки воспоминания многих жизней; они будут выстраиваться в линию, как жемчужины на нити.

Например, вы сможете высветить все жизни, в которых вас преследовали за убеждения. Вместо того, чтобы вспоминать их по одиночке и вовлекаться в трагедии и эмоции того времени, вы обретете способность видеть весь паттерн сразу - в каждой жизни вплоть до настоящего времени. Тогда вы сможете воспользоваться разными техниками целительства с помощью временной линии, чтобы очистить всю оставшуюся карму и застойную энергию, связанную с этими опытами.

Один из самых прочных барьеров, который следует преодолеть - боязнь неудачи. Часто она порождается воспоминаниями из прошлых жизней, в которых нам не удалось выполнить свою миссию. Этот канал консультировал сотни душ, живших в последние годы существования Атлантиды. Преобладающий негативный психологический паттерн, присутствующий в этих душах, включает идею, что они не достаточно сделали для предотвращения разрушения любимой родины. Многие чувствуют ответственность и вину за свою часть в коллективной карме того периода. Они находят необходимым постоянно прощать себя за свою роль в трагедии.

Атлантида - часть большой проблемы, восходящей к Первопричине или Падению из Благоволения. По существу, расцвет и падение цивилизаций на Земле происходят за счет фундаментальной блокировки в сознании человечества. Во времена падения (которое на самом деле является ни чем иным как нисхождением в более плотные миры, отождествлением себя с ними и забыванием своей истинной Божественной природы) опыт оказался настолько травмирующим, что человечество сделало все возможное, чтобы никогда больше не повторять подобный опыт.

Если вы воспринимаете все, что мы говорили о падении раньше в этой книге, память служит вам надлежащим образом. Мы обсуждаем Первопричину не в первый и не в последний раз.

Отказ посмотреть на то, что происходило в период изначального схождения в низшие миры - вот главная причина, казалось бы, бесконечного повторения причинения вреда самому себе и неудачи миссии, что всегда приводило к коллапсу продвинутых обществ на Земле.

Вина, переживаемая многими душами, настолько неудобна, что остается скрытой в бессознательном я. Это значит, что многие отрицают и подавляют часть Я, ответственную за падение.

Удерживание фрагмента души отдельно от сознания требует огромной энергии и приводит к истощению жизнеспособности души. Энергетическое ослабление души означает, что у человечества недостаточно энергии для очистки старых кармических паттернов, связанных с падением. Поэтому каждый раз, когда человечество достигало высот цивилизации, оно не могло выйти за определенные пределы. Канал называет этот кажущийся барьер "духовным стеклянным потолком".

Внешнее проявление данного первичного психологического паттерна - притягивать условие или событие, вредящее успехам цивилизации. В одних случаях, это могли быть негативные инопланетяне, приходящие на Землю и скрещивающиеся с человечеством, выхолащивая ДНК до такого состояния, когда частота и вибрация падают ниже уровня, необходимого для поддержания цивилизации. В других - это проявляется как недостаток энергии и проницательности для преодоления влияний прецессионного выравнивания оси планеты или мутаций, связанных с прохождением кометы, или флуктуаций, связанных с прохождением планетоида.

Души с колоссальным отрицанием Первопричины будут иметь тенденцию становиться самодовольными и ленивыми, поскольку жизнь становится лучше. Им удобно в своем относительном благополучии и роскоши. Они перестают искать опыты, помогающие расти и развиваться. Это можно уподобить стоячей воде в заводи.

Со временем, подобные коллективные "плато" приводят к загниванию и распаду, аналогично тому, как со временем загнивающий пруд высыхает, и вся жизнь в нем умирает.

Страх столкнуться с первичными ощущениями, связанными с нисхождением в низшие миры, всегда удерживал человечество от достижения массового психического вознесения; его достигла лишь крошечная горстка душ. Страх намного хуже самого опыта столкновения с первичными ощущениями. Как только люди начинают мужественно смотреть в лицо ощущениям разделения и заброшенности, утерянные фрагменты души возвращаются к душе; и теперь у нее достаточно энергии для преодоления энтропии, связанной с низшими мирами, и это означает возвращение на путь вознесения.

Сейчас человечество вновь достигло пика. Однако, благодаря многим Божественным Благоволениям, сейчас все по-другому. Имеется достаточное количество душ, способных и желающих пройти через Первопричину, чтобы позволить массовое вознесение. Имеется и много душ, не готовых к вознесению.

Тем не менее, многие души имеют в качестве ведущего урока желание жить в относительной гармонии и мире на Земле. Все вместе они будут строить Новую Землю, о которой говорилось в главе 1.

Метафизические и духовные осмысления

Давным-давно, изучая метафизику, души на Земле обнаружили, что мысли являются энергетическими посылками, способными изменять внешнюю реальность. Простые демонстрации этого принципа учителями осуществлялись с помощью напоминания учащимся, что все в мире людей начиналось как идея в уме. Некоторые метафизики довели идею до крайности и предположили, что *вся* внешняя реальность - это проекция мыслей, удерживаемых в уме, и что простое изменение мыслей могло бы изменить внешнюю реальность. В подобном подходе присутствует некое неверное понимание, что и привело канал к пересмотру констатации закона творческой мысли:

Качество сознания определяет ощущение реальности.

На уровне эволюции человечества, мир природы и небеса не являются непосредственными продуктами человеческой мысли. Хотя души влияют на внешнюю реальность, многое зависит от уровня энергии, вырабатываемой их мыслями, будь то коллективные мысли или индивидуальные. Индивидуальные мысли, в основном, влияют на индивидуальные временные линии душ, а коллективные - создают коллективные временные линии. Силы нескольких индивидуальных душ достаточно для того, чтобы значимо влиять на коллективные временные линии, но в данный момент эволюции человечества количество подобных душ не превышает всего нескольких тысяч.

Если достаточное число душ сильно верят во что-то, они сотворяют доминантную временную линию. Это значит, что она превалирует над всеми другими и со временем проявляется в физическом мире как часть линейной последовательности событий. Поскольку Земля достаточно велика и является пристанищем огромного разнообразия душ, можно творить одновременные реальности, каждая с разными проявлениями. Например, война и мир. Если одна группа душ желает мира, интенсивно визуализирует спокойствие и постоянно проецирует мысли и ощущения мира, весьма вероятно, что регион проживания этих душ на Земле становится намного спокойнее. И наоборот: если другая группа одержима (игра слов) войной, они окажутся в состоянии конфликта.

Поскольку, по существу, человечество - Одно Существо, разные сознания разных представителей человечества будут влиять друг на друга. Если группа миролюбивых душ визуализирует и молится за мир, и направляет энергию мира в отдаленный регион планеты, пребывающий в конфликте, она способна оказывать значимое позитивное влияние на воинственные группировки. К сожалению, это работает и наоборот. Если миролюбивые души недостаточно очистили свою негативность, души, вовлеченные в войну, могут оказывать негативное влияние на молитвы Работников Света о мире.

В конечном счете, способность негативно ориентированных душ мешать человечеству (будь то души, обитающие на Земле или влияющие на Землю из космоса или астральных сфер) зависит от степени очищения человечеством своих собственных негативных аспектов сознания. Именно по этой причине одни новости, транслирующиеся на Земле, вас восхищают, а другие почти ничего не значат. Вы будете притягиваться к тем трагедиям и травмам, которые запускают ваши собственные неразрешенные проблемы. В некоторых случаях у вас достаточно симпатии и воспоминаний о подобных опытах для совершения действий, продиктованных состраданием. Конечно, это хорошо. Мыслеформы, связанные с этим уровнем запуска, примерно таковы: "Я понимаю, как трудно сейчас дяде Джону, потому что несколько лет назад я сам оказался в подобной ситуации".

В таком случае вы можете продемонстрировать дяде Джону шаги, которые вы предприняли для того, чтобы выбраться из подобной трагедии. Однако важнее, чем "как", является резонансное поле, которое вы можете создать с дядей Джоном, временно увязываясь с его уровнем вибрации. Поскольку вы очистили большую часть негативности, подобной затруднениям дяди Джона, вы подвергаетесь относительно небольшому риску увязнуть в деталях жизни вашего родственника. Иными словами, способность дяди Джона "задеть" вас уменьшается за счет того, что вы больше не реагируете на многие детали ситуации, подобной той, через которую прошли сами.

В вышеприведенном примере помощь вашему страдающему родственнику проистекает частично из любви и сострадания, частично из приветствия его в открытой вами новой вибрации, поэтому вы можете переживать радость вознесения вместе. Вы не вносите личный вклад в его прогресс, но, тем не менее, ликуете, когда он реагирует на предложение помощи.

А вот с тетушкой Салли возникает совсем другая ситуация. После того, как вы внимательно прислушались к внутреннему руководству и ощутили тяжесть в теле при вовлечении в ситуацию, вы можете прийти к выводу, что здесь работают два фактора. 1. Вы недостаточно очистили собственные психологические миазмы для оказания эффективной помощи тетушке Салли, ее обстоятельства вас сильно задевают, и вы не можете отстраниться от трагедии достаточно для того, чтобы быть по-настоящему

полезным; 2. Вы понимаете, что вы - не тот человек, чтобы эффективно общаться с тетушкой Салли и помогать интегрировать неразрешенные негативные паттерны. Возможно, опыт не достаточно одинаков, или вы не совсем понимаете ее затруднения.

В результате, вы любезно прекращаете потенциальное общение с ней и предлагаете целителя, который сможет добиться результатов. Третья сторона будет полностью отделена, поскольку целитель является независимым наблюдателем. Также вы можете найти кого-то, кто обладает подобным опытом и достиг большего уровня понимания, чем вы.

Знание, когда вмешиваться, а когда позволять всему идти своим чередом, - один из главных духовных уроков на пути. Именно этот урок нам - Основателям - пришлось изучать на многих уровнях и измерениях. Все ваши духовные наставники тяжело трудились над тем, чтобы обеспечить максимальный уровень поддержки и ободрения. Между слишком упорными попытками помочь (что означает взаимную зависимость и вовлеченность) и отстраненностью (что часто означает давать советы из головы, а не из сердца) пребывает совершенная точка равновесия.

А если вы еще и становитесь фактором в переменах, связанных со свободной волей, нахождение совершенного равновесия крайне проблематично.

Вы пребываете в двух мирах (на самом деле, в трех). Каждый день часть времени вы уделяете заботе о том, что называете человеческими делами. Сюда входят основные виды деятельности, такие как одежда, оплата счетов, ответы на телефонные звонки, беготня по поручениям и так далее. Другая часть времени занята стремлениями четвертой плотности - образованием, просветлением и высшим пониманием. Большая часть взаимоотношений будет иметь целью стремление к более высоким качествам. Еще одна часть времени уделяется активации шаблона вознесения путем медитации, священных звуков, дыхания, визуализации или связи с другими, пребывающими на пути вознесения.

Вероятно, несколько раз в день вы будете балансировать между тремя главными аспектами Я (человеческим эго, просветленным умом и вознесенным существом), в зависимости от того, какой из них призывается в любой данный момент. Если вы целиком и полностью посвящаете себя пути вознесения, вы будете уделять время (хотя и не большое) выполнению духовных практик. Вы определите, какие из них работают, а какие нет. Одни виды деятельности будут оставлять вас приподнятыми и вдохновленными, другие - ощущаться как рутинка. Чаще и чаще вы будете выбирать те виды деятельности, которые подпитывают и поддерживают ваше Высшее Я,

Самый важный аспект духовного просветления на Земле включает способность действовать из точки отчета Божественного Я. Вы есть могущественное, неограниченное, творческое духовное существо, живущее в материальном мире. Такова ваша личность. Человеческое я - крошечное по сравнению с духовным Я. И все же, оно не менее важно, чем духовное Я, поскольку является его неотъемлемой частью. Будете ли вы считать правую руку менее важной, чем все остальное тело просто потому, что она является небольшой частью тела?

Истинное превосходство означает движение за пределы отождествления с эго, или человеческой личностью. С более высокой перспективы, у вас еще остается человеческое эго, но оно становится маленькой частью большой картины. Цитируя этот канал, оно становится покорным слугой, с готовностью выполняющим волю хозяина - Божественного Я.

Балансирование роли духовных наставников

В ваших взаимоотношениях с духовными наставниками и учителями из других сфер мы наблюдаем две крайности-зависимость и надменную изоляцию. Одни слишком надеются на духовных проводников, другие не пользуются преимуществами свободно предлагаемой помощи.

И вновь, ситуация такова, что вам придется пребывать в двух мирах. Человеческое я нуждается в помощи - либо непосредственно Божьей, либо духовных проводников, либо других представителей человечества. Обычно в ходе процесса призывается одна из трех. Научиться принимать помощь, когда это уместно, - важный урок на вашем пути.

Возвращаясь к примеру с зыбкой почвой, проведем аналогию: если ваш лучший друг падает, и вы не знаете, как ему помочь, вы быстро побежите и получите помощь от кого-то, более опытного, или призовете все свое внутреннее мужество и попросите высшего руководства.

Если вы сами угодили в трясины, вы не будете просто пожимать плечами и говорить: "Уходи. Я найду способ выбраться. Мне не нужна никакой помощи".

И наоборот, если вы не оказываетесь в угрожающей жизни ситуации, а просто ощущаете легкий дискомфорт, вам не хочется сразу же бежать за помощью. Это могло бы стать моментом принятия на себя ответственности за свои поступки и обучением новым способам справляться с ситуацией, исходя из внутренней мудрости. Будучи ребенком, вы надеялись, что мама облегчит ваши раны, но сейчас вы самостоятельный человек, и мир ожидает, что небольшие раны вы будете исцелять сами.

Иногда ранения слишком серьезные или тяжелые, и вам нужна внешняя помощь. Научиться

эффективно просить помощи - великое искусство. Здесь может возникнуть финансовая проблема, и вы временно не сможете просто пойти к врачу и договориться о сеансе. Поэтому вы выполняете исследование и находите духовного консультанта, который готов принять вас за небольшие деньги или бесплатно. Или вы ищете профессионалов, и после посещения трех или четырех специалистов решаете, что один из них абсолютно точно подходит для оказания помощи в ситуации наличия конкретных эмоциональных паттернов.

То же относится и к духовным проводникам. Их миллионы. И большинство жаждет и готово помочь. Некоторые жаждут слишком сильно. И вам понадобится выполнить некое внутреннее исследование. Вы ведь не захотите бегать к ним каждый раз, когда вам понадобится помощь с каким-то небольшим аспектом вас, вышедшим из равновесия. С другой стороны, если проводник с любовью напоминает: "Я здесь для тебя. Чем тебе помочь?", вы ведь не захотите игнорировать его или просить уйти и оставить вас в покое.

У вас есть контракт с вашими духовными проводниками. И это их обязанность определять, когда общаться с вами, а когда молчать. У одних душ духовные проводники всегда "под рукой", у других - появляются лишь в трудных ситуациях. Для определения самой лучшей реакции на духовных проводников и самого лучшего уровня вовлеченности вам следует преодолеть любые устаревшие паттерны гордыни или высокомерия: "Я зрелый человек. Сейчас я надеюсь только на себя. Мне не нужно никого другого". Это может быть столь же пагубным, как и ожидать, что мама будет спасать вас каждый раз, когда в вашей жизни что-то идет не так.

Большинство душ имеют разных духовных наставников, специализирующихся в разных видах помощи. Знание, кого призывать, - часть процесса распознавания. Кроме нас, у этого канала есть несколько других наставников и групп, работающих с ним. Мы - не всегда лучший выбор в любой данной ситуации. Обычно его высшее Я определяет, кого призывать. Иногда один из наставников или одна из групп проявляют активность и связываются с ним сами, но всегда в виде предложения, а не требования. Если духовные проводники требуют изменения или безоговорочного подчинения, пора изгнать их из вашей ауры. За помощью можно обратиться к этому каналу или другому уважаемому целителю.

Если вы пройдете через вознесение, вы обнаружите, что источники помощи периодически меняются. Вы можете перерасти некоторых духовных наставников, и вам понадобится прервать взаимоотношения. У вас есть право отказаться от услуг духовных проводников; у вас есть право убрать любых наставников, которые больше не служат вам в вашем путешествии, невзирая на то, будут ли они счастливы уйти или нет. Отказываясь от них, лучше всего сказать: "Идите с миром. Я высвобождаю вас в Свет" или нечто подобное.

Когда вы будете готовы, вы обретете новых наставников. Будьте уверены в себе, приветствуйте новых наставников и благодарите их за появление в вашей жизни.

Совсем необязательно знать своих духовных наставников. А если вы их знаете, совсем необязательно знать их имена. Имена будут меняться, в зависимости от языка и уровня осознания. Подлинная ценность имени в том, что оно создает резонансную частоту, когда вы произносите имя, и запускает сознательную память о призываемом наставнике.

Не переживайте, если вы не знаете своих конкретных наставников. Вы можете пользоваться общим приглашением, например:

"Сейчас я призываю моих великодушных духовных наставников помочь мне. Придите, возлюбленные существа Света. Спасибо, чудесные существа".

Многие спрашивали: "Как понять разницу между высшим Я и духовными наставниками?"

Вообще говоря, в начале общения духовные наставники будут называть себя. У них будет конкретная "энергетическая подпись", которая может состоять из ощущения, ряда мыслей, видений, впечатлений или интуитивного знания определенного качества. В случае этого канала, его наставники всегда появляются в одном и том же месте в его эфирном поле, с согласующейся энергией и присутствием.

Чем больше вы практикуете контакт с духовными наставниками и работаете с ними, тем легче будет их распознавать. К сожалению, есть много преисполненных благими намерениями существ, которые хотят помочь так сильно, что будут выдвигать ложные требования для обретения лояльности с вашей стороны. В некоторых редких случаях, очень темные существа будут выдавать себя за существа Света. Обращайте пристальное внимание на то, как вы себя чувствуете, призывая своих духовных наставников. Если в процессе вы ощущаете тяжесть, смущение, тревогу или гнев, визуализируйте золотой свет, окружающий ваше тело и очищающий ауру. Просите духовных наставников работать с вами позже, когда вы будете чувствовать себя более центрированным. Просите о том, чтобы в ваше пространство позволялось приходить только тем существам, которые представляют собой стопроцентный Божественный Любящий Свет. Требуйте, чтобы все остальные немедленно покинули ваше пространство. Свяжитесь с каналом или другим учителем в поисках дополнительных техник духовной и психической защиты.

На Земле есть много учителей, способных помочь в обретении контакта с духовными наставниками,

поэтому мы больше не будем тратить время на эту тему.

Сейчас мы обратим внимание на тему психологии души.

Два шага вперед, один назад

Проходя через порталы, вы будете знать, что движетесь вперед, и что назад пути нет. Тем не менее, природа духовного пути такова - проходить через то, что канал называет периодами быстрого роста души, за которыми следуют плато. Идеальный духовный путь чем-то напоминает лестницу в небеса. Есть всплески движения вперед, называемые периодами быстрого роста души, когда все быстро движется, легко проявляется и чудесным образом разрешается. Затем наступают периоды, когда, кажется, ничего не работает, энергия вялая и никакого движения. В предыдущей книге канала имеется раздел о психологии духовного роста, обсуждающий интеграцию, укрепление, очистку и так далее. Мы рекомендуем еще раз внимательно прочитать этот раздел.

По существу (для тех, кто не читал нашей предыдущей работы), в ней говорится, что одни части вас развиваются быстрее, чем другие, и иногда необходимо остановиться и подождать, пока подтянутся отстающие части. Кроме того, у вас имеются циклы души, циклы человечества и естественные ритмы космоса. Важно осознавать циклы и пользоваться ими себе на благо.

Однако не совершайте ошибки, приписывая им чрезмерное могущество и важность. Некоторые души будут воздерживаться от действий, поскольку "Меркурий в ретрограде" или "это неподходящее время месяца". Если вы действительно проходите через цикл души, обращенный внутрь, тогда, конечно, лучше отложить действие. Но будьте уверены, что прислушиваетесь к внутренней мудрости, а не просто ищите оправданий из-за неразрешенного страха перед действием.

Учитесь распознавать естественные циклы души. Учитесь видеть "лестничную" природу роста души. Большую часть времени вы будете просто позволять душе выражать циклическую природу и соответственно организовывать свою жизнь.

Сейчас, на Земле, одна из основных проблем душ - ощущение перегрузки, связанной с повседневными делами. Кажется, сейчас на планете жизнь, полная стрессов, становится модной. Однако для жизни здесь вовсе не требуются стрессы. Вам следует научиться говорить "нет" тем обязанностям, которые не кажутся необходимыми. Вы можете позволить уйти всем негативным верованиям, диктующим, что вы должны тяжело трудиться каждый день, чтобы заработать достаточно денег и положить на стол еду. Может быть, это было справедливо для прошлых жизней, но все изменилось. Прямо сейчас у вас имеются техники и духовные энергии, приходящие на Землю. Они способны быстро вывести вас из ментальности выживания.

Какой бы безнадежной или загруженной вам ни казалась ваша жизнь, вы *можете* ее изменить. Вы *можете* уделить время духовной практике. По существу, вы *должны* уделять ей время. Это не обязательно означает сидеть в медитации часами каждый день, это значит выкраивать время в рабочем расписании на то, чтобы вспоминать, зачем вы здесь.

Если вы не прислушиваетесь к внутреннему совету притормозить и позволить уйти стрессу, тело найдет способ привлечь ваше внимание, и, поверьте, не самый приятный. Восемьдесят процентов всех болезней носят эмоциональную природу, и еще 10%, вызванных непосредственно стрессовым образом жизни, тоже обязаны своим существованием эмоциям, поскольку если вы не разрешили эмоциональные проблемы и корневые негативные верования, вы будете верить, что должны тяжело трудиться каждый день, чтобы просто выжить.

Для некоторых людей выживание - не проблема, но еще есть люди и ситуации, выбивающие вас из колеи на каждом шагу. Все очень просто: прекратите делать то, что делаете, и спросите себя - «какова цель этой деятельности, как она помогает росту моей души?» Это не значит, что вам следует отказаться от удовольствий и проводить все время, работая с эмоциями или медитируя. Тело будет подсказывать, когда вы выходите из равновесия. Если вы ощущаете хроническую усталость, что-то нужно изменить. Если у вас так много энергии, что ночью вы не можете спать, вы вышли из равновесия, только в другую сторону. Целесообразно чередовать работу и отдых, сидение с физическими упражнениями и одиночество с социальным общением.

Диета и питание для возносящихся душ

Многие задавали вопросы о диете и питании. Как меняются привычки питания при вознесении? Как они должны меняться?

Наш обычный ответ на этот вопрос - просить вас глубже настраиваться на тело и обращать внимание на то, что оно чувствует во время еды и, особенно, после еды.

Поскольку вы повышаете вибрацию, потребность в плотной пище будет естественно снижаться, если у вас нет никаких эмоциональных привязок или зависимостей. Тела не любят внезапных изменений. Это одна из причин, почему не работают диеты. Тело чувствует себя так, как будто его вынуждают

придерживаться строгого ограничения, и обычная реакция - бунтовать или закрываться.

В связи с диетой: фокусироваться следует не на том, чего следует избегать, а задавать себе вопрос: "Что нужно моему телу для максимальной живучести и энергии?" Затем концентрироваться на поиске способа обретения тех продуктов, которые помогут чувствовать себя легче, чище и энергичнее. Под "энергичнее" мы имеем в виду не внезапный всплеск энергии, за которым неминуемо последует спад, как в случае переедания сладостей, а поддержание энергии несколько часов.

Вам понадобится немного поэкспериментировать. Конечно, мудро провести небольшое исследование. Мы предлагаем почитать о группах крови, аюрведическую философию, о травах и природных лекарствах для коррекции дисбаланса в питании. Этот канал приобрел информацию о группах крови, а потом понял, что уже на 98% ест то, что рекомендуется для его группы крови. А все потому, что он настроился на тело и обнаружил, какая пища ощущается хорошо, а какая нет.

Важно осознавать разницу между желаниями, произрастающими из неразрешенных эмоциональных проблем, что приводит к настоящему голоду, и желанием тела потреблять определенный вид пищи. В редких случаях, будет перекрывание, но обычно вы способны уловить разницу, как себя чувствуете после еды. Если дело просто в желании, возникающем в результате неразрешенных проблем, позже вы можете почувствовать себя сонными или уставшими. Если же вы едите пищу, которую действительно желает тело, вы почувствуете себя удовлетворенными.

В этом разделе, после общих рекомендаций в сфере питания, мы кратко обсудим привычки и зависимости в связи с проблемой желаний и саморазрушительного поведения. Мы рассмотрим несколько популярных зависимостей и сопроводим рассмотрение рекомендациями по методам исцеления.

Вот наш общий совет в связи с питанием. Почти три четверти человечества имеют структуру тела, желающую основную пищу охотника-собирателя: простые углеводы, простые жиры и белок на регулярной основе. И лишь одна четверть терпима к сложным углеводам, таким как злаки, хлеб, макароны, выпечка и тому подобное. Если вы чувствуете себя распухшими, уставшими, полными газов или страдаете от изжоги после потребления таких продуктов, возможно, вы относитесь к тем трем четвертям, которые не терпят пшеницы, клейковины или больших порций сложных углеводов.

Вам мы рекомендуем диету с множеством свежих органических овощей, умеренным количеством свежих фруктов (не соков) и белком в виде органического мяса, ферментированной сои и зеленой пудры, такой как спирулина или хлорелла. Потребление мяса должно быть умеренным, с акцентом на домашнюю птицу и морепродукты. Если вы вегетарианец, будьте уверены, что с каждой пищей вы получаете достаточно белка. Если вы едите соевые продукты, убедитесь, что они ферментированные и органические (темпе (индонезийская лепешка из ферментированных соевых бобов), мисо (соевая паста; готовится сбраживанием; добавляется в супы, используется в приправах) и так далее), поскольку почти вся соя, за исключением органической, является генетически модифицированной. Тофу (японский соевый творог) и соевый маргарин могут засорять систему и повышать уровень эстрогена. Не рекомендуется выделенный соевый белок.

Вообще говоря, чем меньше обработана пища, тем полезнее она для вашего тела. Обработанная пища обычно обладает высокой гликемией; это значит, что в теле она быстро превращается в сахар. Она разрушает инсулин, регулирующий уровень сахара в крови. И гипергликемия, и гипогликемия могут вызываться избытком или недостатком сахара в диете. Некоторые врачи рекомендуют в день лишь 15-25 грамм фруктозы из органических фруктов. Избегайте диетической и обычной соды.

В большинстве случаев, выбор диеты, полной свежих овощей, с минимумом обработанной пищи и почти без сахара, может вылечить диабет II всего за несколько недель.

Еще одна проблема с обработанной пищей - природа химикатов, используемых для ее сохранения или усиления вкуса. Будьте особенно осторожны с MSG (monosodium glutamate), часто ошибочно принимаемым за экстракт дрожжевого автолизата, гидролизованным овощным белком и "естественными" добавками. Даже аминокислоты Брэгга, содержащие натуральную глутаминовую кислоту, превращаются в глутаматы. Почти половина населения имеет аллергию на глутаматы, и большинство даже об этом не знает.

Другие химикаты, которых следует избегать, включают кукурузный сироп (высокое содержание фруктозы), аспартам, нитрит натрия, бензойно-кислый натрий, ВНТ, ВНА, пропиленгликоль и многие другие. В Европе важно избегать E321, E322, E323, E621, E622, E623 и большинство серий E900, в которых обнаружены искусственные заменители сахара.

В дополнение к вышеприведенным советам, важно развеять несколько мифов о пище. Давайте начнем с мифа о молочных продуктах.

Молоко - это совершенная пища... для телят. По существу, мы замечаем, что человечество - это единственный вид, пьющий молоко других животных. Сырое молоко обладает некоторыми полезными свойствами, но молочные продукты создают избыточную слизь, приводящую к усиленному и усугубляющемуся насморку, гриппу и разным другим заболеваниям. Этот канал отказался от молочных продуктов почти 20 лет назад, и с тех пор не страдает насморком или гриппом. Если вы все же

употребляете молочные продукты, избегайте пастеризованных, поскольку нагревание убивает большинство питательных веществ, и телу трудно их распознавать и усваивать.

В то время как отказ от продуктов, производящих слизь, может существенно уменьшить вероятность появления определенных заболеваний, имеются, конечно, и другие факторы, вносящие свой вклад в общее благополучие тела, включающие отношение к пище и прием пищи только тогда, когда вы по-настоящему голодны. Большинство людей едят со скуки, по общественным причинам или потому, что пища перед ними. Если вы идете на совместный обед (обед, на который гости приходят со своим угощением), в недорогое кафе, где шведский стол, очень легко переест или съест то, что не очень полезно вашему телу.

Еще пару слов о сое: употребление натуральных органических соевых продуктов в умеренных количествах полезно, но, в общем, сою лучше употреблять в ферментированном состоянии - темпе, мисо и некоторых других блюдах. Не рекомендуется регулярное потребление тофу, соевого молока, соевого маргарина и соевого белка автолизита. Убедитесь, что ваша соя не имеет генетически модифицированных ингредиентов. Не покупайте ничего, что содержит в своем составе соевое масло, если не оговаривается, что масло свободно от ГМО (генетически модифицированные организмы).

Самый лучший напиток - натуральная ключевая вода, разлитая в стеклянные бутылки. Если вам захочется разнообразия, добавьте немного лимона, пейте зеленый чай или смесь натурального солнечного чая (летом).

Употребление по случаю небольшого количества пива или эля, или одного или двух стаканов красного вина - полезно. Но обращайте внимание на уровень кислотности в теле, поскольку алкогольные напитки быстро понижают общий pH (водородный показатель). Вы хотите, чтобы тело было слегка щелочным. Мы не рекомендуем пить воду с высоким содержанием pH, пропущенную через какую-то "модную" машину. Если вы пользуетесь одним из дорогих подщелачивающих фильтров, выбирайте регулирование, близкое к 7,0-8,0, и, в дополнение, пейте много натуральной ключевой воды. Небольшое количество подщелоченной воды поможет нейтрализовать повышенную кислотность, но избыток будет запускать реакцию тела в виде производства кислоты, поскольку оно будет стремиться к восстановлению равновесия. Чтобы усваивать пищу, желудок должен быть низко щелочным, поэтому не усердствуйте с высококислотной водой.

Самый лучший способ насытить тело кислотой — употреблять темно-зеленые листовые овощи, такие как листовая свекла, капуста и зеленые водоросли. Убедитесь, что водоросли не содержат значительного количества сахара.

Если говорить о сахаре, то полезно небольшое количество натурального баночного сока или меда. Избегайте любых форм обработанного сахара и всех искусственных заменителей сахара. Возможно, самый лучший заменитель сахара - посконник крапиволистный.

Мы обещали ответить кратко, поэтому разрешите закончить несколькими комментариями о минеральном балансе. Мы наблюдаем, что большинство женских проблем, таких как продолжительные и болезненные менструальные циклы, возникают в связи с несбалансированностью минералов. Пять самых больших вкладчиков в гормональное здоровье - медь, цинк, кальций, магний и селен.

Мы настоятельно рекомендуем избегать всех форм синтетического кальция. Тело не знает, что с ним делать, и в результате вы можете перейти от дефицита кальция к передозировке всего после употребления нескольких доз. Синтетический кальций накапливается в суставах и провоцирует остеопорозы, включая артриты. Если вы употребляете кальциевую пищевую добавку, убедитесь, что кальций извлечен из естественных продуктов. Полностью избегайте карбоната кальция (активный ингредиент в большинстве антацидных лекарств). Почти вся изжога прекратится, если вы уменьшите потребление или вообще откажетесь от сложных углеводов, и в каждом приеме пищи будете соблюдать баланс углеводов, жиров и белков.

Большинство минералов, в надлежащем балансе, можно получить, потребляя умеренное количество сырых орехов и семечек. Пользуйтесь натурально обработанными (чистыми) оливками, кокосовыми маслами и отжатым холодным прессованием льняным маслом. Льняное семя и семя конопли - вот лучшие источники пищевых волокон; также они богаты важными минералами. Если вы употребляете минеральную добавку, убедитесь, что она в виде пудры или в жидкой форме, а не в таблетках или капсулах, которые труднее переварить.

Ладно, мы почти закончили. Пару слов о шоколаде: небольшие количества темного шоколада с минимальным количеством сахара и минимальной обработкой могут быть полезными. Избегайте молочного шоколада. Употребляйте продукты с содержанием какао больше 70%. Вы можете купить сырое органическое какао в магазинах, торгующих здоровой пищей. Если вы делаете шоколадные конфеты сами, пользуйтесь для сладости небольшим количеством сиропа агавы (но не слишком много, поскольку агавы высоко гликемична).

И, наконец, позвольте коснуться вопроса приемов пищи. На эту тему есть много конфликтующих советов. Мы рекомендуем несколько небольших приемов пищи в день, поскольку так не запускается механизм выживания тела. Когда между приемами пищи проходит слишком много часов, тело считает, что не получает достаточное питание. Поэтому оно посылает сигнал мозгу хранить следующий прием пищи в

виде жира, на случай, если оно получает питание в последний раз.

Вы можете обращать пристальное внимание на размер порции и знать, когда ее достаточно. Если после еды вы чувствуете усталость, особенно через 2-3 часа, вы либо переели, либо включили в пищу слишком большое количество сложных углеводов.

Не ешьте ничего тяжелого за три часа до сна. Иногда можно съесть легкую закуску. Поэкспериментируйте и посмотрите, что лучше всего способствует хорошему ночному сну. Помните выражение "все хорошо в меру". Сбалансированное питание намного полезнее, чем строгая диета. Если вы чувствуете подавленность, диета не работает. Если она требует внезапных изменений или строгого соблюдения, тело взбунтуется. Как только вы нашли оптимальный режим питания, можно словчить тут и там, если ситуация не выходит из-под контроля. Путешествуя, пойдите в ресторан и съешьте куриный салат или рыбу, поджаренную в панировочных сухарях, но, оказавшись дома, вернитесь к постной курятине и тушеной рыбе.

Поскольку вы проходите через вознесение, потребление более тяжелых продуктов будет естественно уменьшаться. Это не значит, что вы должны заниматься самобичеванием, если еще едите мясо и верите, что возносящиеся души должны быть вегетарианцами. Возможно, тело нуждается в заземлении, и мясо - хороший способ оставаться заземленными.

Прекрасно, но мы еще не совсем закончили с этой темой. Напоследок - о генетически модифицированных продуктах (ГМП). Недостаточно просто сказать, что генетически модифицированные организмы вредны для вас. Речь о том, распознает ли тело молекулярную конфигурацию продукта и способно ли оно ее усваивать. Одни ГМП относительно стабильны и не сильно отличаются от своих натуральных собратьев, другие обладают экзотическим трансплантом, сращиванием и гибридизацией, которых тело не может распознать.

Кроме того, изначальная причина генетической модификации - создание устойчивости к некоторым пестицидам, чтобы урожай мог расти без сорняков. Относительно высокие концентрации ядовитых пестицидов, используемые во многих урожаях ГМП, не полностью удаляются во время обработки пищи.

Мы завершаем (наконец-то) обсуждение диеты и питания Таблицей 3 - перечнем видов диет и распределением их на вибрационной шкале. Те, что находятся наверху списка, соответствуют более высоким вибрациям, низ списка - самая плотная пища, сдерживающая эволюцию души.

Таблица 3. Диетические ступени на пути к вознесению (от самых высоких до самых низких)

1. Чистое всасывание жизненной силы праны (не воздуха, воды или пищи).
2. Бретарианство (всасывание энергии из воздуха, не из пищи или воды).
3. Только вода (нет пищи).
4. Водоросли в жидком виде, жидкие витамины и минералы.
5. Сок сырых овощей (натошак).
6. Сырая веганская диета (свежие овощи и некоторые свежие фрукты).
7. Веганская необработанная диета (фрукты, овощи, орехи и семечки).
8. Веганская обработанная диета (включая зерновые, сахара, кофеин).
9. Вегетарианство (включая молочные продукты и яйца).
10. Частичное вегетарианство (без красного мяса и молочных продуктов).
11. Всеядная диета (все, кроме красного мяса).
12. Всеядная диета (все виды пищи).
13. Диета, богатая калориями (фаст-фуд, жареная и обработанная пища).

Логично продолжить обсуждение диеты несколькими словами о зависимости. Многие спрашивали: "Как избавиться от вредных привычек и исцелиться от зависимостей?"

Зависимости и как их исцелить

Зависимость возникает тогда, когда вы верите, что какой-то процесс или вещество удовлетворит потребности, которые нельзя удовлетворить здоровым образом. Примером может служить зависимость от сладкого. Возможно, в детстве вы получали сладости в качестве награды за хорошее поведение, и в результате начали приравнивать сладкое к получению любви и внимания. Тогда временами, когда вы ощущаете отсутствие любви и внимания, вы обращаетесь к сладкому для утешения.

Ниже мы предлагаем перечень нескольких зависимостей и совет по исцелению.

Часть 1

Процесс формирования зависимостей

Имеются зависимости от конкретного поведения или состояний сознания, напрямую не связанные с веществами, всасывающимися в тело. Мы перечислили их в порядке превалирования в вашем обществе.

- *Зависимость от эго (а также от рационального ума, интеллекта)*

Это явно самая распространенная и самая трудноизлечимая зависимость. Даже когда душа знает, что совсем не здорово отождествлять себя с эго, отождествление продолжает происходить. Потребуется усиленная целительная терапия, прежде чем станет возможным отделение от эго.

Менталитет "я, меня, мне" ведет к эгоизму, центрированию на самом себе и нарциссизму, ответственному за возникновение ложного чувства собственной важности. Эта зависимость тесно связана со следующей.

- *Зависимость от власти*

Души, привязанные к эго, будут ощущать глубоко укоренившееся чувство неполноценности. Чтобы компенсировать неполноценность, души становятся одержимы властью. Обычно они будут стремиться к доминированию над другими душами, или накапливать огромное богатство, или искать ответственные посты, занимая которые будут чувствовать себя хозяевами над другими и испытывать ощущение власти. Корень данной зависимости - страх беспомощности.

- *Зависимость от денег*

Конечно, она связана с зависимостью от власти (выше) и зависимостью от материальных вещей (ниже). Кроме того, деньги представляют собой потенциальную энергию, или возможность быть свободным и независимым. Души, чувствующие себя беспомощными и бессильными изменить обстоятельства, могут ошибочно считать, что только деньги изменят ситуацию в их пользу. Хотя временно это может быть и так, внутреннее ощущение лишения свободы не имеет ничего общего с настоящей независимостью, финансовой или какой-либо другой. Весьма вероятно, что подобные ощущения произрастают из не разрешенной травмы в этой или прошлой жизни, когда душа действительно сидела в тюрьме или жила в сильно контролируемом окружении (например, была рабом). Часто души будут чересчур стремиться к достижениям, чтобы родители сочли их стоящими и заслуживающими одобрения.

- *Зависимость от материальных вещей*

Эта зависимость тесно связана с эго и зависимостью от власти. Ощущающая внутреннюю пустоту душа будет стремиться заполнить свою жизнь всеми видами физических отвлечений внимания ("игрушками"), чтобы избежать состояния пустоты. В эту категорию входят: зависимость от покупок, зависимость от траты денег, зависимость "быть не хуже, чем соседи".

- *Зависимость от возбуждения и развлечения*

Избегание одиночества - одно из самых главных мотиваций эго. И поскольку души, чувствующие себя отделенными, никогда не чувствуют удовлетворения, невзирая на то, сколько у них друзей, на наличие семьи и на то, сколько активности они втискивают в деловые жизни, они всегда будут искать новые формы возбуждения и развлечения. Предпочтительны рискованные поездки, фильмы ужасов, новости о катастрофах, сплетни и увлеченность иконами поп-культуры. Люди, входящие в эту категорию, больше волнуются о гардеробе любимой знаменитости или с кем она встречается, чем безмолвием ума. Сюда же входят азартные игры и криминал (возбуждение от выигрыша или проигрыша; побег или арест обеспечивают приток адреналина).

- *Зависимость от людей (жизнь светского льва/львицы)*

Некоторые люди не могут оставаться в одиночестве, потому что тогда им бы пришлось смотреть в лицо своим собственным проблемам. Поэтому они заполняют свои жизни поверхностными взаимоотношениями. Всегда есть вечеринка, на которую можно пойти, или общественное мероприятие, которое можно посетить. Хотя некоторые мероприятия могут быть полезными, жизнь светского льва/львицы зависит от того, замечают ли их другие люди, от надевания подходящего платья или делового костюма и, в общем, от одобрения других людей. Подобную зависимость можно назвать "зависимостью от одобрения других".

- *Зависимость от секса и взаимоотношений*

Души, не ощущающие связи со своим Божественным Присутствием, будут чувствовать себя завершенными, только пребывая в руках других. Поп-культура базируется на идее, что для обретения завершенности душа должна искать "свою вторую половинку". Души данной категории пребывают в спектре между, с одной стороны, холодным сексом ради поддержания иллюзии близости, и, с другой стороны, прилипчивыми зависимыми отношениями, чтобы избежать ощущения одиночества. На эту тему есть много хороших книг, поэтому мы воздержимся от дальнейшего обсуждения.

- *Зависимость от религиозных верований*

Под слепой приверженностью вере или образу жизни обычно кроется глубокий страх неизвестного, иногда усугубленный чувством вины и угрозой наказания, если человек не будет жестко следовать писанию. Души, ощущающие себя отделенными от Бога, испытывают глубокий страх быть отвергнутыми

Божественностью и могут прибегать к религиозной вере в надежде, что Бог (каким они его себе представляют) как-то их вознаградит. Многие души обладают дистанционной памятью о том, как их преследовали за отход от превалирующих верований того времени и боятся последствий «вольнодумия».

■ *Зависимость от ощущения себя всегда правым*

Эту зависимость мы могли бы поместить в категорию "зависимость от эго" или в "зависимость от одобрения других". Почему душа становится зависимой от одобрения других? На это может быть много разных причин. Людей приучают к тому, что они будут процветать и преуспевать в школе, если будут давать правильные ответы. К сожалению, множество глубинных загадок жизни не включают понятий "правильно" или "неправильно". Поэтому это приводит к "зависимости от дуальности". Если рассматривать жизнь только как "черную" или "белую", это приводит к туннельному видению. Такие души будут удовлетворяться простыми ответами и никогда не пользоваться критическим мышлением для исследования более глубоких значений.

Имеется еще много зависимостей, но вышеприведенные являются основными. Некоторые решения по исцелению от зависимостей можно найти в разделе о техниках, приведенных в начале этой главы. Мы предлагаем вернуться к перечню техник и пользоваться ими надлежащим образом. Конечно, первый шаг к исцелению - самоосознание, включающее принятие того, что у вас есть зависимость. Существенно получение помощи от семьи, друзей и профессиональных целителей. В некоторых случаях подходит "Программа 12 шагов", но призываем к бдительности - по причинам, указанным в разделе "Зависимость от алкоголя".

А сейчас давайте обратим внимание на зависимости от пищи и наркотиков.

Часть 2 **Зависимость от веществ**

Определение зависимости от веществ основано на следующей идее. Для обретения определенного состояния сознания следует ввести в кровоток определенную пищу или химикаты.

■ *Зависимость от пищи (переедание)*

В некоторой степени мы уже говорили об этом в разделе о диете и питании. Переедание обычно произрастает из "переполнения эмоциями", Наполняя себя пищей, вы обретаете чувство полноты, маскирующей неприятные ощущения. Часто эмоции начинают сублимироваться пищей, и это характерно для ощущения лишения, пренебрежения, отторжения, одиночества или покидания. В других случаях, переедание связано со скукой (негативной эмоцией, связанной с подавленной неудовлетворенностью) или апатией (подавленной беспомощностью или бессилием). Отказ от еды (анорексия) или рвота после еды (булимия) - вариации на тему. В случае с анорексией, присутствует глубокое ощущение отвращения к самому себе (осуждение или порицание), похороненное под агрессивным желанием отказаться от орального удовлетворения. Выходя на поверхность, анорексия может маскироваться под страх располнеть (страх неодобрения со стороны других или страх болезни и смерти). Отказавшись от неодобрения или порицания себя, душа, в конце концов, отказывается от деструктивного поведения и вновь начинает есть.

■ *Зависимость от сахара*

Это самая распространенная зависимость от пищи. Около половины душ в западных обществах зависят от сахара или его производных. Одни зависимости от сахара - серьезнее, другие мягче. Зависимость от сахара - причина номер один диабета II. Также она вносит свой вклад в сердечные и многие хронические болезни.

Мы уже упоминали одну из причин зависимости от сахара - приравнивание его к любви. Но присутствует и физиологический компонент. Тело начинает тосковать по "подъему", временно создаваемому сахаром перед неминуемым "спадом". Сахар вызывает крайнюю физическую зависимость. После всего одного приема пищи с десертом тело может начать "ожидать" десерта после каждого приема пищи, выделяя избыточное количество слюны в предвкушении "сладенького". Разница между молекулой сахара и молекулой алкоголя - перераспределение одного гидроксильного иона. По существу, сахар - необходимый ингредиент в производстве алкоголя.

■ *Зависимость от алкоголя*

Обычно она считается самой деструктивной зависимостью от веществ. Каждый год алкоголь прямо или косвенно убивает сотни тысяч людей, будь то автомобильные аварии, убийства или болезни печени. Небольшое количество алкоголя полезно человеческому телу, но во всем должна быть мера.

Души, пьющие для большей общительности или разговорчивости, могут зависеть от алкоголя, чтобы стать более раскованными или менее застенчивыми. Хотя в зависимости от алкоголя имеется психо-

логический компонент, физиологический фактор тоже играет свою роль и усугубляется фактором привыкания. Это значит: чем больше вы пьете, тем больше вам понадобится выпить для достижения того же уровня "подъема".

Как и в случае с сахаром, за подъемом всегда следует спад. Обычно страдающий похмельем алкоголик клянется, что больше никогда не притронется к спиртному, но как только похмелье проходит, все возвращается на круги своя.

Программа "Анонимные Алкоголики" добилась многих полезных результатов. Однако мы согласны с этим каналом, что многие «завязавшие» алкоголики продолжают утверждать, что они - алкоголики, уже вне связи с тем, насколько это помогает. Во-первых, проблема в отрицании. Вся цель первого принципа (шаг 1 из 12-ти) АА - помочь выйти из состояния отрицания. Однако как только это достигнуто, бывшему алкоголику важно помочь фокусироваться на позитивных творческих моделях поведения, улучшающих жизнь, а не начинать каждую встречу с утверждения: "Мое имя Алан, и я алкоголик". Напрямую столкнувшись с отрицанием, с помощью усилившегося осознания, бывший алкоголик будет учиться осознавать разницу между исцеленной душой и "рецидивистом". Рецидивист - это тот, кто при удобном случае начинает пить снова (это значит, что лежащие в основе эмоциональные проблемы исцелены не полностью).

Лежащие в основе проблемы могут включать нежелание сталкиваться с трудностями жизни, отказ признавать свое теневое я (темную сторону), попытки скрыть не исцеленную печаль и потерю из недавнего или отдаленного прошлого, желание обрести ложную браваду, чтобы скрывать глубокие ощущения неадекватности.

Зависимость от алкоголя включает и физическую, и психологическую составляющие. Горькие пьяницы часто нуждаются в периоде трезвости, чтобы уменьшить физическую зависимость перед тем, как окажутся готовыми признать сложные психологические проблемы, приведшие к пьянству.

■ *Зависимость от кофеина, амфетаминов и стимуляторов*

Возможно, вы удивитесь, что мы объединили эти три зависимости, поскольку считаете, что чашка кофе весьма далека от превышения скорости или впрыскивания кристаллического метамфетамина. И вновь, этот трактат - не справочник по преодолению зависимостей. Мы просто указываем на основные положения, чтобы «закруглить» обсуждение блоков духовного прогресса.

Наша задача - детализировать, почему люди пользуются стимуляторами. Использование стимуляторов произрастает из общей неудовлетворенности состоянием дел человечества, лично и планетарно. Все может объясняться очень просто, к примеру, желанием обрести большую энергию, поскольку жизнь перегружена стрессами. Как легко принять таблетку и продолжать бодрствовать, хотя уже 10 часов вечера, а вы так и не нашли времени подготовиться к завтрашнему экзамену. Или вы находитесь в долгой поездке, и вам необходимо бодрствовать. Перечень оправданий может быть бесконечным, но процесс один и тот же. Вы начинаете зависеть от кофеина или другого стимулятора, чтобы продолжать работать, когда энергия начинает спадать.

Самые серьезные причины истощения энергии - неразрешенные эмоциональные проблемы и жизнь, полная стрессов. Если вы придерживаетесь здоровой диеты, очистили большинство негативных эмоций и ведете сбалансированную жизнь, у вас будет много энергии большую часть времени.

Отрицание — причина номер один для обращения к стимуляторам. Отрицание чего-то требует колоссальных затрат энергии. В следующий раз, когда вам захочется прибегнуть к стимулятору, спросите себя: "Что я отрицаю в себе? Почему я истощаю свое энергетическое поле?"

Иногда это происходит из-за нереальных ожиданий. Вы весь день работаете, вечером учитесь, содержите семью и пытаетесь вести духовную жизнь, уделяя сну четыре часа в день. Чашка кофе для поддержания сил, кажется, помогает справиться с ситуацией, но в конечном итоге вы либо заболите, либо утратите иллюзии, и никакая таблетка или встряска не работает.

Пересмотрите приоритеты. Хотя бы сейчас поймите, что у вас ограниченный запас энергии, что ее следует распределять в соответствии с вашими ценностями и долговременными целями.

Начните питаться здоровой пищей или замените чистый кофеин кофе без кофеина. Научитесь говорить "Нет" обязательствам, с которыми не сможете справиться.

■ *Зависимость от курения*

Канал работал со многими пациентами, которые борются или боролись с этой зависимостью. Согласно мнению многих курильщиков, бросить курить труднее, чем перестать употреблять героин.

Как и в случае с алкоголем, физическую зависимость можно объяснить постепенным уменьшением количества никотина, поступающего в тело. Да, мы знаем, что некоторые, не раздумывая, просто взяли и бросили курить, но для многих это слишком резкое изменение. Поэтому мы рекомендуем постепенно

уменьшать количество выкуренных в день сигарет до тех пор, пока оно не обратится в нуль. Возможно, поможет замена сигарет соломками или жевательной резинкой. Некоторым людям могут помочь никотиновые наклейки, но это не кардинальное решение вопроса, так тело все еще получает никотин.

Как только физическая зависимость существенно уменьшилась, начинайте работать над психологическими составляющими. В период уменьшения количества выкуренных сигарет могут помочь сеансы терапии, но сначала позволяйте пациентам делиться опытом уменьшения. Когда никотин исчезает из организма, можно переходить к более динамичным техникам.

Самая эффективная техника называется "детальное осознание" и включает центрирование и фокусирование на деталях курения. Замечайте желание, как только оно появляется. Как оно ощущается? Какого оно цвета? Как оно движется по телу? Описывайте, как под языком начинает скапливаться слюна и растекаться по всему рту. Следуйте процессу курения. Как вы зажигаете сигареты? Какой рукой пользуетесь? Замечайте, как вы держите сигарету. Какие мысли возникают в голове, когда вы подносите ее ко рту? Когда вдыхаете дым, обратите внимание на дыхание. Представьте, как дым входит в ваши легкие. Как ощущается выдох? Куда вы кладете сигарету между затяжками? Как она горит?

Некоторые врачи рекомендуют менять то, как вы держите сигарету; например, используйте не ведущую руку или зажигайте сигарету необычным образом (спичками вместо зажигалки), чтобы глубже осознавать процесс курения.

Некоторым пациентам важно иметь долговременную цель и систему вознаграждения после полного прекращения курения. Например, вы могли бы взять деньги, которые обычно тратите на сигареты, и положить их в копилку. В конце года возьмите эти деньги и наградите себя поездкой.

■ *Запрещенные и прописанные наркотики*

Большинство запрещенных наркотиков хорошо известны быстрым привыканием, но многие люди не знают о подобных свойствах и прописанных наркотиков. Мы не можем давать медицинских советов, но скажем следующее. Если выписано лекарство от боли, пользуйтесь им минимальное количество времени, то есть до тех пор, пока боль не станет терпимой. Если вы считаете, что для ослабления боли можете обойтись веществом, не вызывающим привыкания, откажитесь от рецепта.

Антидепрессанты — особенно спорны, поскольку их выписывают слишком часто, особенно детям. Если вы пребываете в глубокой депрессии или вас мучают мысли о суициде, врач может оправдать выписывание антидепрессанта. По существу, эти лекарства спасают жизнь. Однако по нашим наблюдениям, приблизительно в 90% случаев пациент может адекватно восстановиться и без них.

Антидепрессанты имеют тенденцию отсекают низшую и высшую границу сознания, делая вас "средним человеком". Это значит, что депрессия ослабевает, но ослабевает и волнение о жизни в целом. В результате приема антидепрессантов могут ослабевать психические и интуитивные способности.

Данные лекарства вызывают привыкание. А это значит, что, возможно, вам придется пройти через процесс "прекращения", если вы принимали их достаточно долгий период времени, а затем внезапно бросили. Симптомы прекращения могут быть достаточно резко выраженными. Ум привыкает к "подсказке" вырабатывать определенное количество серотонина, и когда подсказка исчезает, зависимость становится очевидной.

В случаях тяжелой болезни, автокатастрофы или ситуаций, связанных с болью, выписывание наркотика может быть уместным, но суть в том, чтобы избавиться от них как можно скорее, не вредя выздоровлению. К сожалению, в целях увеличения продаж, фармацевтическая промышленность зависит от денег пациентов, и она активно подкупает врачей для продвижения своей продукции.

Каждый год тысячи пациентов умирают от потребления прописанных наркотиков, побочных эффектов и прекращения. Вы можете исследовать это сами, но поверьте на слово, в большинстве случаев, наркотики - это последнее дело.

В ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эта глава фокусировалась на внутренних изменениях, происходящих в период трансформации Земли. Мы охватили большую часть психологии и поведения, а также ряд философских и метафизических аспектов внутреннего роста. И, наконец, мы углубились в обсуждение блоков, стоящих на пути духовного прогресса.

Мы надеемся, что обширное обсуждение самосознания и духовного пути принесло вам пользу. В следующей главе мы будем исследовать некоторые внешние изменения, которых следует ожидать, поскольку вы углубляетесь в порталы и Галактический Сдвиг. Мы Основатели. Хорошего вам дня.