

**Вернуться к главной:**  
**СПОКОЙСТВИЕ ВО ВСЕМ**  
**освобождение от ОКОВ**  
**РАЗДРАЖЕНИЯ**

**ПРИМЕР ПРАКТИЧЕСКОГО  
ЗАНЯТИЯ:**

**ДЕЙСТВУЮ ИЗ БЛАГО-ДАРНОСТИ  
ЛЕГКО И НЕПРИНУЖДЕННО  
СОГРЕВАЮЩАЯ ДУШУ ПРОГУЛКА С  
ЦЕЛЬЮ ОТДЫХА, УКРЕПЛЕНИЯ  
ЗДОРОВЬЯ И ЕЖЕДНЕВНОГО ИСЦЕЛЕНИЯ  
СВОЕГО ДНК - ПРАКТИКА ФАМИЛЬНЫХ  
ХРОНИК**

Исцеление от склонности раздражаться  
по любому поводу.

**Подготовка к практике - видео:**

[https://www.youtube.com/watch?v=QV-Qr  
mOPmJo](https://www.youtube.com/watch?v=QV-Qr<br/>mOPmJo)

**Текст расшифровки - обязательно с  
видео изучить перед самой практикой  
для повышения результативности:**

[https://drive.google.com/file/d/1OstNXIqM  
JQOgpFgRwNzube\\_JC6PZroOd/view?usp=sharin  
g](https://drive.google.com/file/d/1OstNXIqM<br/>JQOgpFgRwNzube_JC6PZroOd/view?usp=sharin<br/>g)

**Практика видео:**

<https://youtu.be/K9dCIJWJQGM>

**Скачать аудио версию практики:**

[https://drive.google.com/file/d/1ctomHbU  
qazBsr80aFIK-cWRQNujDvoMl/view?usp=sharin  
g](https://drive.google.com/file/d/1ctomHbU<br/>qazBsr80aFIK-cWRQNujDvoMl/view?usp=sharin<br/>g)

**Текст практики:**

<https://docs.google.com/document/d/1oyrzouqUrB8JKeiTd-TPaUvBcwLa5E71/edit?usp=sharing&oid=110580566191494956562&rtpof=true&sd=true>

**Вводная встреча: Освободиться от Раздражения:**

<https://online.garmoniya-zhizni.ru/razdrageniya>

**Описание декабрьского потока:  
Создание СПОКОЙСТВИЯ освобождение от Раздражительности за 5 шагов:**

<https://online.garmoniya-zhizni.ru/spokoistvie>

**Вернуться к полному описанию:**

<https://docs.google.com/document/d/19AzOs8ftBCXDpU8XsiQnTMM9KIA-p2ctqAx5fKaQ8VI/edit?usp=sharing>

**Так же Вы можете сразу оплатить участие в Декабрьской Группе - 3 900 р**

[https://academiavolshebstva.autoweboffice.ru/?r=ordering/cart/as1&id=2238&clean=true&lg=ru&Settings\[hideColQuantity\]=1&Settings\[hideColDelete\]=1](https://academiavolshebstva.autoweboffice.ru/?r=ordering/cart/as1&id=2238&clean=true&lg=ru&Settings[hideColQuantity]=1&Settings[hideColDelete]=1)

**Индивидуально 12 900 р**

[https://academiavolshebstva.autoweboffice.ru/?r=ordering/cart/as1&id=2239&clean=true&lg=ru&Settings\[hideColQuantity\]=1&Settings\[hideColDelete\]=1](https://academiavolshebstva.autoweboffice.ru/?r=ordering/cart/as1&id=2239&clean=true&lg=ru&Settings[hideColQuantity]=1&Settings[hideColDelete]=1)



По всем вопросам участия  
Татьяна Нестеренко:

Скайп

acmetana

+79185565808

tatnestt@gmail.com

Избавление от болезненной потребности винить себя за всё подряд, а может, вникать в чужие интересы в ущерб своим или к примеру склонность вносить оценочное суждение в отношении других людей и себя самого всё это не склонности, не черты одного характера это самые настоящие самостоятельные сущности, живущие внутри нас и проявляющиеся через наше поведение.

Осознание того, кто вырабатывает страхи, кто через тебя проявляется в тревогах, переживаниях, по поводу и без повода, а ещё этот кто-то внутри тебя проявляется в неуверенности в силах своего организма в страхе перед имеющимися болезнями или вообще перед болезнями, которых и нет, кто боится отношений, расставаний, отторжений, безденежья, безработицы и смерти?

Вот с этим и разберемся сегодня

Движение вперед в новое, от страха к храбрости в своих решениях

Модель выживания Трус

- состояния мерзкий, размазня, слабак, ссыкло, бздюк, дристун, сполежуй, малодушный, вялый - по сути ПАРАЛИЧ - даже не убежать,

застыть от страха и погибнуть, но по  
счастливой случайности выжить...

Модель выживания Герой, Храбрость  
+ восхитительный / уютно /  
согревающий душу / смелый / храбрый  
и т.д

Сеанс Прогулка с целью отдыха,  
укрепления здоровья, составная часть  
ежедневного исцеления своего ДНК

Нейро-приложение-откровение, где  
даётся биологическое объяснение  
бессмертия.

Это обычно производит переворот в  
сознании, и то, что виделось  
гипотетическим, становится  
доказательным.

Это открывает большие возможности,  
позволяющие быстро и безвозвратно  
освободиться от иррациональных  
страхов,  
внутренних ограничений в отношении  
своих возможностей.

Ты можешь подготовиться к тому, что  
какая старая внутренняя программа,  
заставляющая тебя бояться какого-то  
начинания,

какой-то открывшейся возможности – перестанет в тебе действовать.

Согревающая душу прогулка с целью отдыха, укрепления здоровья и ежедневного исцеления своего ДНК - практика

Базируется на принципе "парфюмерного - обонятельного транса"

Привычка НАСТОЯЩЕГО ГЕРОЯ - Берегиня СВОЕГО РОДА и ЗАЩИТНИК своего РОДА

Ты можешь подготовиться к тому, что какая старая внутренняя программа, заставляющая тебя бояться какого-то начинания, какой-то открывшейся возможности – перестанет в тебе действовать.

Освобождение от этой программы имеет наглядное проявление в виде эффекта преображения личности.

Это не происходит мгновенно, однако постепенность изменений не уменьшает их ценности, а увеличивает её.

Особенно в глазах того, кто преображается, открывая и активируя в себе те черты, которых не доставало.

Приятное движение вперед - СИЛА  
свершать новое и наслаждаться своим  
ПУТЕМ

Исцеляющая прогулка для  
внутреннего труса, причем  
трусом/трусихой пока назовем то, что  
вырабатывает страхи, тревоги, без  
причины и с причиной, волнения по  
разным поводам.

И этот сеанс наделения ресурсами  
для управления этим процессом

Все зависит лишь от Вашего  
позволения произвести изменения и  
пусть они будут заметными

Чтобы сначала выявить, то в тебе,  
что вырабатывает разные формы  
страхов, а потом особым образом  
Договориться с этим, чтобы оно  
перестало создавать проблемы.

Ведь когда мы чего-то боимся, мы к  
себе это притягиваем.

В этом и состоит главная причина  
вечных проблем в отношении того, что  
вырабатывает эти страхи

Дело вот в чем еще, одно из самых  
вредных наших заблуждений это  
представление о себе как о каком-то  
монолитном существе, от природы,  
наделённым определёнными чертами,

которые дескать и составляют характер.

В действительности же монолитности в нас нет вовсе, потому что Личность - это подвижная совокупность совершенно разных и постоянно изменяющихся аспектов, которые к тому же являются самостоятельными сущностями.

Возьми, например, такую черту безотказность.

Это не качество, не модель поведения.

Это самостоятельная сущность, отдельная личность внутри общего плана личности, как и склонность раздражаться по любому поводу.

Какая-то болезненная потребность винить себя за всё подряд, а может, вникать в чужие интересы в ущерб своим или к примеру склонность вносить оценочное суждение в отношении других людей и себя самого всё это не склонности, не черты одного характера это самые настоящее самостоятельные сущности, живущие внутри нас и проявляющиеся через наше поведение.

И очень много этих субличностей и это напрямую связано с родом.

Вот сколько насчитывается колен в твоём роду.

Столько в тебе этих субличностей.

Это память ДНК поэтому и говорят, что в ДНК живы все предки, все они живут и действуют через нас.

Кто-то проявляется меньше, кто-то проявляется больше, сильнее именно по этой причине и есть выражения: Вся в отца, в Мать, это как раз об этом.

Только со значимой поправкой, называется это фамильные проявления

Правильнее говорить так, вот сейчас во мне проявляется дед, а в той ситуации действовал отец, а при таких обстоятельствах определённо действует прабабушка и это биологическое объяснение нашего бессмертия

Люди уходят и вместе с тем остаются и продолжают жить в своих потомках, не только в памяти

В памяти живут как раз и не долго, максимум столетие, а вот в биологических телах своих потомках, они живут вечно.

Уходя, оставаться это великое мастерство и как раз его, мы чествуем в Великий день Пасхи, это самое своё мастерство - жить вечно, уходя, жить в своих потомках

И из этого можно сделать еще множество выводов, но вернёмся к тому, кто внутри тебя вырабатывает страхи, кто через тебя проявляется в тревогах переживаниях по поводу и без повода, а ещё этот кто-то внутри тебя проявляется в неуверенности в силах своего организма.

В страхе перед имеющимися болезнями или вообще перед болезнями, которых и нет

Кстати, как давно это проявляется, можешь припомнить?

Я спрашиваю, потому что наверняка было толчковое событие, которое и активировалось энергией субличности, которую мы здесь называем внутренним трусом.

Обычно это субличность остаётся пассивной и никак не проявляется до тех пор пока не произойдёт это самое толчковое событие, в котором впервые пришлось почувствовать свою уязвимость.

Такое событие было в твоей жизни, но сейчас не обязательно его отыскивать в памяти, а пережитых событиях это не пригодится.

Я сказал об этом, чтобы только показать механизм образования состояний повышенной тревожности.

Не знаешь, как все-таки жаль, что утрачена традиция вести семейное хроника, где подробно описывались характеры события жизни каждого представителя рода.

А то бы тебе не составило труда установить кто из твоих предков действует через тебя, проявляясь, как пугливый ребёнок.

Для наших целей не обязательно знать имя этого твоего предка.

Как нет необходимости знать, что такого с ним или с ней произошло.

Почему пугливость, трусость, тревожность стали его или её доминантами?

Достаточно просто знать, что этот человек продолжает жить в твоей ДНК действует через тебя этого понимания в полной мере достаточно, чтобы устранить в себе болезненные проявления своего предка, который появились в нём по наверняка веской причине.

И здесь вот ещё что, наша ДНК на самом деле вне физического поля природы этого момента и это значит, что исправляется что-то не только у тебя, но и в целом в кластерах ДНК

На самом деле Ты меняешь этот кластер у всех своих родственников близких и дальних

Не только у тебя, но у всех представителей твоего рода программа этого кластера ДНК изменится, таким образом ты освобождаешь от страхов, не только себя, ты освобождаешь от них весь свой род.

В этой связи возникает такой вот вопрос и именно к тебе, ты чувствуешь готовность взять на себя эту ответственность?

Ты хочешь помочь своему роду, чтобы у всех его представителей этот кластер ДНК перестал, то и дело загораться красной кнопкой.

Если вдуматься, то это миссия, но ты не мессия и несмотря на её внешние величественность, ничего грандиозного в ней нет, потому что мы постоянно это делаем, вносим поправки.

Это происходит под влиянием событий, которые мы проживаем и под влиянием того, как в этих событиях мы себя ведём и чего достигаем

Это неосознанный процесс преобразования ДНК

А есть процесс осознанный?

У него может быть, много сценариев в зависимости от того, с кем внутри себя работаешь.

Приятный прогулка для внутреннего трусишки работает с тем внутри личности, кто имел очень нелёгкую судьбу.

И на чью долю выпало, как минимум одно страшное событие, которое нанесло столь тяжёлую травму, что она не зарубцевалась.

Она осталась открытой и страх как раз в этом и сейчас мы переходим к тому, чтобы эта рана зажила, ты готов готова к этому и делать это нужно каждый день, практика не большая, но это служение, ты делаешь и ничего не ждешь в замен, от ребенка который страдает ты что-то хочешь получить или просто даришь любовь, нежность, прикосновения и защиту?

А теперь сама практика сделать её отдельно.

Аутогенная тренировка Глаз Гора, святой НИМБ - Аура Защиты - Асбтрактный образ - Согревающая душу прогулка с целью отдыха, укрепления здоровья и ежедневного исцеления своего ДНК

+++++

Реализовать позу

Создайте Комфорт

и сделайте себе удобно

любимое кресло,

любимая кровать так,

чтобы вам было максимально  
удобно.

Так, чтобы поза была

максимально реализована,

чтобы Вы могли максимально  
расслабиться.

Начинаем

минутная готовность.

Давайте реализуем позу

ляжем в позу.

Отключились от суеты внешнего  
мира и переключили сознательное  
внимание на ощущение.

на ощущение собственного тела

Тяжесть

тепло

Невесомость

полёт

какие-то другие пульсация

сразу же прикрыли глаза  
и приключили внимание на  
ощущение собственного тела.

Давайте пожелаем себе,  
чтобы слегка расслабились  
пальцы рук

кисти,

предплечье,

плечи

руки

постепенно расслабляются все  
мышцы моего тела.

приятное чувство отдыха

покоя и сладкое сладкая

Дрёма

сегодня необыкновенно ценная

полезная медитация,

просто расслабьтесь.

расплетите

Ноги

руки.

Прикройте глаза и Давайте  
пожелаем сами себе,

чтобы слегка расслабились пальцы  
рук

кисти,  
предплечье  
плечи.

Руки обмякли повисли,  
как мокрые нити.

Всё, что вовне  
перестаёт интересоваться руки  
обмякли

повисли, как мокрые нити.

Я расслабляюсь и успокаиваюсь  
постепенно расслабляются все  
мышцы моего тела.

приятное чувство отдыха  
и покоя

сладкая

сладкая

Дрёма

сама эта практика

само состояние

представляет,

необычайную ценность

в этом состоянии исчезают причины  
болезней

Бед

несчастьй

причин для бед и проблем больше  
не осталось

происходит оптимизация  
деятельности всех органов  
и систем

выравнивается давление  
я погружаюсь в состояние  
сноподобное,

которое само по себе лучше, чем  
простой сон.

в 10 раз само состояние.

Я желаю себе расслабления

расслабляются пальцы ног

стопы

голени

бёдра.

И как говорит Вячеслав так и есть

я доверяю Вячеславу

доверяю, как он говорит,

так и есть

я позволяю.

Я даю добро,

поэтому я желаю сам себе.

Мне нравится идея.

Как говорит, Вячеслав я не буду  
тратить свою энергию.

Пользуюсь моментом.

Я желаю себе расслабляются  
мышцы,

рук

ног.

Вот уже как-то постепенно  
расслабляются мышцы спины

шеи груди живота

живот мягкий тёплые.

Приятное чувство отдыха покоя и  
сладкое сладкая Дрёма

мягкие тёплые волны окутывают  
тело

и ничего не надо хотеть

само состояние, оно придёт.

Оно приходит минут через 10  
химия.

Она вырабатывается не сразу идёт,  
как некий процесс реакция на слова,  
но это есть,

Поэтому просто расслабляюсь.

Мне удобно

вдох облегчение

выдох и расслабляю мышцы,  
как сытые удавы  
спускаются  
становятся эластичными  
мягкими  
накапливается, жизненная сила.  
Мышцы больше не сдавливают  
артерии  
капилляры расширяются  
улучшается кровоснабжение  
пропускная способность  
кровеносной системы улучшается  
увеличивается,

А в простонародье называется  
расширение сосудов.

пропускная способность  
увеличиваются

сосуды состоят из тканей похожих  
на мышечную,

Гладкая мускулатура

Поэтому удобная поза глазки  
прикрыты,

позволяю себе расслабиться  
отключиться от суеты внешнего мира и  
переключая внимание с внешней

вселения на внутреннюю вселенную  
чувства.

Как появляется приятное тяжесть?  
минута тишины

состояние между сном  
бодрствованием

расслабление

Приятное чувство тяжести

приятная тяжесть растекается

По рукам и ногам

тяжелеют веки.

Тяжесть способствует засыпанию,  
осознанным сном, управляемым  
сном.

Я вхожу в осознанный  
управляемый сон.

А зачем мне осознанный  
управляемый сон,

а затем что образ будет сбываться  
этот сон,

Я создаю И это материализуется,  
не думаю, ни о чём чувствовать.

Тяжесть в руках ногах тяжелеют  
веки, как у человека, который не спал  
несколько суток, и мне надо ехать в  
аэропорт четыре утра, а выясняется,

что это был сон и мне некуда ехать не надо.

И как же стало хорошо, что можно понижаться в постели в своей кровати. Это состояние сладкое.

Сладкая сладкая дрема.

Это то состояние, которое мне нужно

и так стало хорошо

комфортно и спокойно.

Мягкие тёплые волны окутывают моё тело.

И я всё глубже и глубже погружаюсь,

блаженное состояние отдыха и покоя.

Приятное тепло ощущается в руках и ногах тяжелеют веки мягко раздвинуты брови.

Чувствую тепло,

Мы не можем вызвать силой мысли. Мы можем его наблюдать.

Это говорит о том, что первых две стадии у нас получались, если релаксация и чувство тяжести мы можем вызвать представлением, то тепло, это реакция на первые две стадии, что они получились.

Мы только наблюдаем ощущения тепла в руках.

Расширились артерии капилляры сосуды и лёгкая пульсация в руках.

Тепло ощущается в ногах, ноги, тёплые тёплые много раз говорил, что тепло вызывается.

улучшается иммунный статус также организм поднимает температуру, когда попадает инфекция в тело.

И соответственно, люди, которые занимаются постепенно подобными проектами вызываю ощущение тепла концентрировано.

Это внимание очень редко болеют. А если заболевают очень быстро выздоравливают,

Бывает но выздоравливают быстрее других. Это тоже полезно, поэтому легче в пользу.

Попробуйте вызвать чувство тепла в руках и ногах мои руки мягкие теплые.приятное чувство покоя невесомости полета

Я расслабляюсь и успокаиваюсь. Мягкие теплые волны окутывают тело, и я всё глубже и глубже погружаюсь в блаженное состояние отдыха и покоя.

И так стало хорошо и спокойно и комфортно.

Мягкие теплые волны окутывают моё тело, и я всё глубже погружаюсь в состояние удовлетворённости покоя.

И вот уже появляется приятная тяжесть в руках, ногах тяжелее веки

тяжесть такая, что не хочется двигать ни руками, ни ногами с большим трудом можно пошевелить, но не нужно лень, не хочется появляется приятное тепло в руках.

Эрудирует в почки ощущается в груди за грудиной живот мягкий тёплый. дыхание лёгкое тихое сонное бесшумное сердце бьётся Ровно

голова Ясная Светлая чистая

речь идет о равновидности самогипноза аутогенная тренировка, которая переводится ауто, сам себе Генна генетика родное Гены родное дело самому себе близкое по духу.

Мне нужно, чтобы я умел сам входить в состояние, похожее на солнце на подобное я никого не погружаю.

Я сам обучаюсь практике самогипноза медитация мягкому трансу. Погружаюсь состояние самосознания. Особое состояние является гипноидным

я в нём себя программирую, но сначала в нём нужно укрепиться, не с первого раза позволяю себе расслабиться ещё больше не стремлюсь, не действую не стараюсь.

Просто есть дыхание лёгкое, тихое, сонная бесшумная сердце бьётся ровно ритмично спокойно, мой лоб приятно прохладен.

Голова Ясная Светлая чистая.

Я погружаюсь в состояние покоя и умиротворённости ощущения приятной тяжести сменяется чувством полёта и невесомости.

Это парадоксальная стадия, когда тело отечествело, а дух воспарил.

Я стою на краю утёса, отталкиваюсь, расправляю Крылья это ощущение полёта невесомости парения.

Оно всегда у меня было я всего лишь вспоминаю, что раньше я летал в прошлых лет жизни в каких-то иных реинкарнациях, иначе бы этого ощущения не было.

И так стало хорошо, комфортно мягкие волны окутывают тело.

Я лежу в позе

расслабляюсь, приятная тяжести тепло мышцы, как с этой удавы распускаются появляется ощущение дремы Засыпаю но это тоже осознанный сон.

Я как бы захожу в состояние, похожее на сон.

И там я могу видеть нужные мне знаешь, которые будут стремиться к тому, чтобы сбыться.

Чувство полёта невесомости я нахожусь в достаточном состоянии, чтобы сформировать защиту.

концентрируя внимание на области третьего глаза на вот этой точке

В центре головы,

которая называется глазом гора размером с городом представляю, что она золотого цвета вывожу ее во внешнее пространство в районе лба впереди 5 см перед собой и также и затылка, где косточка, как будто на спице такая же горошина, и над ушами тоже с двух сторон получается такой крест и начинаю вращать по кругу эти горошины, 4, они сливаются в кольцо, получается что-то наподобие нимба.

И формируются, если что, у Святых людей сияние вокруг головы, я его расслаиваю и закручиваю вокруг себя

вниз опускаю и закрываю внизу и  
вверху, как яйцо получается Кокон из  
движущейся вращающейся энергия.

Она закручивается вокруг моего  
тела и появляется сияющая  
сверкающая золотистая защита она  
создаётся Однажды повторяя.

Я укрепляю её формируется.

Она Однажды концентрируя  
внимание. в области третьего глаза в  
глубине головы размером на горошину  
Золотой шарик вывожу Этот шарик  
вперёд на уровне бровей 5 см от тела  
сзади, где косточка также выложу с  
двух сторон с двух сторон на душами,  
как крест спицы вращают у горошину  
эту горошину появляется светящиеся  
кольцо вокруг головы нимб. Я могу его  
поворачивать расслаивать

Энергия пошла вниз расслаивается.  
Это яйцо Кокон становится плотным  
солнечное золотистого вида энергия  
создаёт зеркальную защиту.

И так стало хорошо и спокойно  
комфортно окутываю тело и я всё  
глубже погружаюсь, блаженное  
состояние отдых и покоя.

Мягкие тёплые волны окутывают  
моё тело внимание сосредоточено на  
моём сердце.

И я показываю сам себе  
положительные эмоции.

Я показываю сам себе Любовь как  
она выглядит. Прямо сейчас покажи  
себе свою самую лучшую любовь.  
Показываю сам себе свою любовь,  
визуализирую сконцентрированным  
вниманием в области сердца - это  
значит почувствовать, ведь когда-то её  
любил, может быть, по-своему как-то  
люблю по-своему детей домашнего  
питомца. Любовь как страсть тоже  
мужчине и женщине, я показываю себе  
любовь.

Какая она?

Я ощущаю эту любовь, когда  
говорят, Покажите это ощущаю.  
Особенно в юности, когда когда-то  
были влюблены.

и вот теперь ощущая это состояние  
влюбленности

Представь сейчас

Что ты стоишь в центре огромной  
площадки,

где может поместиться

не менее 50 тысяч человек

Может это открытый стадион

или что-то похожее на громадный  
концертный зал

В котором есть сцена в центре  
Представь что ты стоишь на этой  
сцене и видишь,  
как много людей на тебя смотрит  
если начать всматриваться в лица  
То можно обнаружить,  
что эти люди тебя узнают  
Именно так не знают, а узнают  
Знаешь почему?  
Потому что это многотысячное  
сообщество  
твой род  
Большинство людей  
это твои предки,  
как прямые,  
так и двоюродные и так далее.  
Среди этого большинства  
присутствуют так же твоя  
современная родня.  
Включая твоих родителей  
твоих сестёр  
братьев.  
Включая всех,  
Кто входит в твой род.

Но есть все они  
и они живут внутри тебя.  
Вот, Что такое  
твоя личность на самом деле.  
Целый стадион народа  
и где-то среди этого  
многочисленного сообщества находится  
один человек.

Тот самый  
кто нам сейчас и нужен.  
Это может быть женщина.  
Но не исключено, что это мужчина.  
Но вероятнее всего, это ребёнок.  
И на его долю выпало, что-то очень  
страшное.

Он мог пережить это,  
но не смог забыть этого  
страшного события,  
ужасные муки  
или испытав страх  
перед своей гибелью,  
парализующий страх.  
представь  
Что он встаёт со своего места

И медленно  
медленно  
направляется к тебе.  
И вот ребёнок.  
Подходит к тебе.  
Доверчиво,  
вкладывая свою ладошку В твою  
руку  
и смотрит на тебя.  
В его взгляде  
испытанное страдания  
но и Надежда  
и такая же Надежда  
светится в глазах остальных всех  
кто здесь  
Всего твоего рода.  
Все они и этот ребенок чего-то  
ждут от тебя.  
Чего они ждут?  
Они надеются  
Что ты сейчас уведешь этого  
ребенка  
А Когда вернетесь  
ребенок будет улыбаться  
А страдания в его глазах

исчезнет

А теперь представь

Что вы вместе

Ты и этот ребенок

находитесь в каком-то очень  
красивом месте на природе.

Какой там вкусный воздух

Как пахнет чем-то фруктовым

И еще чем-то цветочным

Обычно в таких местах много  
звуков

пение птиц

шум листвы

звуки воды

ручья

море

или водопада

Когда мы бываем в таких красивых  
местах, мы к чему-то прикасаемся

что-то берем в руки.

Пересыпаем в ладонях песок

или трогаем лепестки цветка.

Или проводим рукой по коре  
дерева или ощущаем гладкость камня

Если там попадаются ягоды,

то мы их срываем и пробуем,  
ощущая на языке кисловатую  
сладость.

Сейчас я прошу тебя

Осознать

что ты держишь за руку ребенка.

И значит,

можешь своей ладони ощущать.

Какова на ощупь его ладошка

И вот вы стоите вдвоём.

В этом Великолепном месте и  
впитываете в себя эту красоту.

ощущая её аромат

наслаждаясь её звуками

И вам не нужно ничего друг другу  
говорить

вам и без того хорошо вместе.

И можно отметить

как здесь хорошо

ребёнку.

Он теперь по-другому выглядит.

Совсем не так, как перед этим

И стоит так рядом.

Вы вдруг замечаете

розовый куст,  
сплошь усыпанный бутонами.  
Вы подходите к нему поближе  
и видите это волшебство.  
Как прямо на ваших глазах  
Бутоны начинают раскрываться.  
Медленно медленно,  
но они раскрываются.  
Сначала раскрываются чаши  
листочков,  
в которых прячутся бутоны.  
И от этого становится видно,  
Какого цвета бутоны  
Затем бутонов становятся больше  
набухают  
И вот наконец  
можно увидеть  
Как раскрываются лепестки  
бутонов,  
и так  
лепестки полностью раскрыты  
И вас накрывает такой чудный  
аромат

Что ребёнок от восторга  
зажмуривается, чтобы наверное ничего  
не отвлекало

понять этот аромат и запомните его  
надолго.

Глядя на ребёнка,

Как ты думаешь

Ему стало легче.

Можно сказать, что в этот самый  
момент ребёнок перестал думать,

о пережитых страданиях.

Ну хотя бы в этот момент.

Я не знаю, как именно ты это  
сделаешь.

Ну наверняка ты найдешь средства  
успокоить ребёнка.

Дать ему понять все,

что он пережил.

Давно позади.

А сейчас он не одинок он с тобой.

И весь род тоже с ним рядом.

И все его любят и ценят.

Всё происходит в твоём разуме и  
ты это осознаешь.

Ты понимаешь, что ты сейчас  
делаешь

Ты освобождаешься от того,  
что заставляет тебя испытывать  
страхи тревоги волнения

Разумеется есть другие пути  
освобождения,

но этот Поверь самый простой.

Надежный

это так,

потому что речь идет о ДНК

квинтэссенции того, чем ты  
являешься, как человек в этом  
биологическом теле.

Сейчас ты работаешь с тем в ДНК  
кто, возможно, давно уже ушёл в  
небытие

и вместе с тем остался,

Он жив и живёт в тебе.

И перед тобой

неспроста ребёнок

Когда речь идет о внутренних  
страхах, обычно это кластеры детей,

которые перенесли страшные  
страдания

Вот я тебя и прошу

исцели этого ребёнка,

вряд ли он забудет,

что ему пришлось перенести,  
но относиться к этому  
он станет по-другому.  
И если ты сможешь.  
Вернись к представлению,  
Где вы стоите перед Розовым  
кустом.  
И наблюдаете,  
как расцветают бутоны.  
И сделай что-нибудь,  
чтобы помочь ребенку сбросить с  
маленьких плеч  
груз принесённых страданий  
вы, конечно, поплачете.  
И пусть слёзы помогают уходить  
говоря.  
слёзы, как реки очищают  
На это понадобится какое-то время  
и оно есть у тебя.  
И его достаточно,  
чтобы помочь ребёнку.  
и себе две минуты тишины  
Хорошо,  
На этот раз пока всё

этого достаточно

и должно помочь.

Так что ты это заметишь.

В заключении

можно предъявить исцелённого  
ребёнка своему роду,

Но это не обязательно.

Потому что все всё видели,

весь твой род живёт в твоей ДНК

и у вас общий разум.

Практика постепенно подходит к  
завершению.

Так хорошо отдохнул.

Набрался набралось сил энергии  
тело, как заряженный аккумулятор,  
заряженная батарейка желание  
потянуться, нарастает с каждой  
минутой секунды. И как только будет  
сказано три Я с удовольствием с  
наслаждением с Мышечной радости  
сделаю глубокий вдох, вытянув руки  
перед собой сожму их в кулаки и  
потянусь.

Итак раз, два, три глубоких вдох  
сжать руки в кулаки вверх, поднимаем  
руки и прогибаем спину обратные  
прогиб до хруста в груди или где-то там  
потянулись.

Всегда надо, Когда погружаюсь в особое состояние сознания делать трактинку выводить себя активировать считается, что, если человек после операции потянулся будет жить долго и счастливо.

А мы это усиливаем и Ещё разочек подтянулись на уровне груди свели руки и растягиваем свели лопатки, оттягиваем руки вновь в стороны и ножки точно так же вышли из состояния медитативного состояния сознания дремонтного и почувствовали себя замечательно молодыми красивыми здоровыми в этот момент образуются игры, когда мы отключаем голову переключаем внимание на уровень сердца.

Почему говорится любовь, потому что к сердцу больше внимания на подсознательном уровне и тогда сознания по спинному ногу позвоночнику стекает в сердечный центр, и там присутствует Наша задача уйти из головы перейти в области сердца.

**Вводная встреча: Освободиться от  
Раздражения:**

<https://online.garmoniya-zhizni.ru/razdrageniya>

**Описание декабрьского потока:  
Создание СПОКОЙСТВИЯ освобождение  
от Раздражительности за 5 шагов:**

<https://online.garmoniya-zhizni.ru/spokoinstvie>

**Вернуться к полному описанию:**

<https://docs.google.com/document/d/19AzOs8ftBCXDpU8XsiQnTMM9KIA-p2ctqAx5fKaQ8VI/edit?usp=sharing>

**Так же Вы можете сразу оплатить  
участие в Декабрьской Группе - 3 900 р**

[https://academiavolshebstva.autoweboffice.ru/?r=ordering/cart/as1&id=2238&clean=true&lg=ru&Settings\[hideColQuantity\]=1&Settings\[hideColDelete\]=1](https://academiavolshebstva.autoweboffice.ru/?r=ordering/cart/as1&id=2238&clean=true&lg=ru&Settings[hideColQuantity]=1&Settings[hideColDelete]=1)

**Индивидуально 12 900 р**

[https://academiavolshebstva.autoweboffice.ru/?r=ordering/cart/as1&id=2239&clean=true&lg=ru&Settings\[hideColQuantity\]=1&Settings\[hideColDelete\]=1](https://academiavolshebstva.autoweboffice.ru/?r=ordering/cart/as1&id=2239&clean=true&lg=ru&Settings[hideColQuantity]=1&Settings[hideColDelete]=1)



**По всем вопросам участия**

**Татьяна Нестеренко:**

**Скайп**

**асметана**

**+79185565808**

**[tatnestt@gmail.com](mailto:tatnestt@gmail.com)**