

# Тренинг арт Терапия

Моделирование желаемых событий, Активация ресурсов

Уровни эволюции Душ в Мироздании (относительно накопленного опыта в разных воплощениях)							
Уровни эволюции Душ в Мироздании (относительно накопленного опыта в разных воплощениях)							
<p>“Ни одна пылинка, ни один атом материи не может обратиться в ничто, — а человеческий дух внушает себе страх тем, будто смерть — уничтожение его сущности!” (А. Шопенгауэр. “Об интересном. Выдержки ч.1”)</p> <p>“Я знаю, что бессмертен... Мы уже вычерпали триллионы зим и лет, триллионы их впереди, и триллионы - до них”. (А Уолт Уитмен “Песнь о себе”)</p> <p>“Для человека наивысшая идея постоянства — идея бессмертия. Только под углом зрения бессмертия возможна культурная, то есть духовная деятельность. Утрата этой идеи — признак падения и смерти культуры”. (Я. Голосовкер)</p>							
	Младенческие	Детские	Юные	Зрелые	Опытные (старые)	Просветлённые Сверхсознательные	
Лю,							
Гл	Люди, живущие в рабстве низшего “я”, Эго, отождествлении с временной оболочкой Души.	Не осознают закона причин и следствий (кармы), из-за чего постоянно страдают	Осознание закона реинкарнации и необходимости жизни по Воле Высшего “Я” в отречении от желаний низшего я, “Эго”				
вн ле (ре на по и.з	Главный фокус внимания направлен на выживание (работу, оборону, накопительство, поиск внимания и заботы)	Основной фокус внимания направлен на удовлетворение временных желаний, поиск развлечений	Главный фокус внимания направлен на контроль, развитие силы воли, воплощение желаний низшего “я” через приказы и силу мысли (гипноз, магия)	Основной фокус внимания направлен на поиск ответов на вопросы: “Кто Я”, “Откуда?”, “Почему?” Поиск Бога в музыке, поэзии, картинах, природе через чувства	Главный фокус внимания направлен на исполнение высшей цели жизни, самопознание(осознание Высшего “Я”, Бога), выход за уровень мыслей, познание микрокосма Души	Основной фокус внимания направлен на служение другим людям, раскрытие третьего глаза, всего потенциала Души и помощь сверхсознательным Душам	Смысл существования заключается в служении всем Душам на всех планах Мироздания (как каждая наша клеточка тела служит всему телу)
<p><i>Спираль, строение нашей галактики - символ эволюции всех Душ в Мироздании</i></p>							

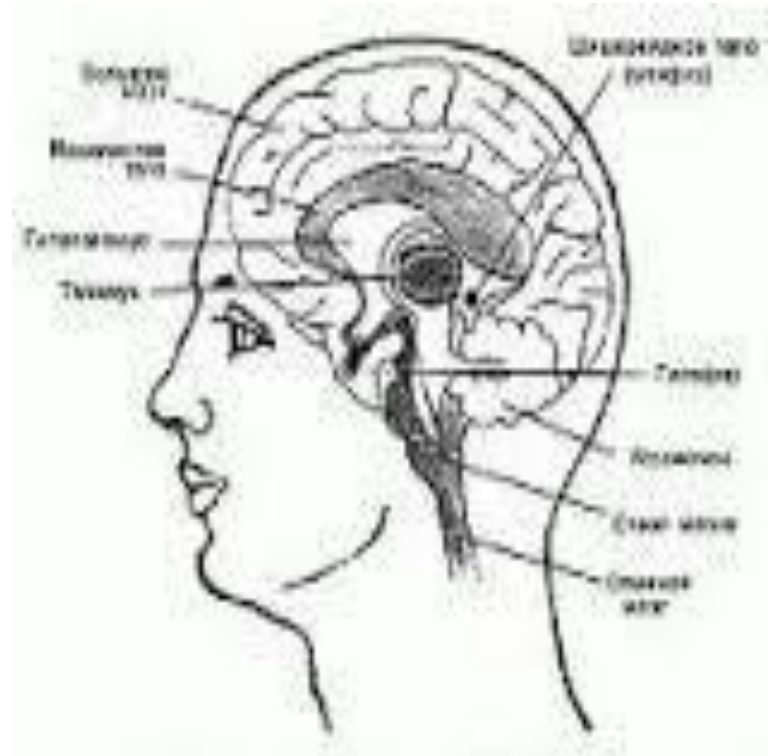
**Джон Кехо**

**Подсознание может все !**

*Есть многое на свете, друг  
Горацио, что и не снилось  
нашим мудрецам.*

Шекспир

Дэвид Бом, ученик Эйнштейна и  
нейрофизиолог Стэнфордского  
университета Карл Прайбрам :  
«Наши мыслительные процессы  
имеют много общего с низшим  
уровнем развития Вселенной и  
состоят из того же "вещества".  
Мозг - это голограмма,  
отражающая голографическую  
Вселенную»



# Единственное, что вам мешает и не дает добиться успеха, - это ваши МЫСЛИ.

**Вы хотите изменить Ваше будущее? Тогда Вы должны изменить то, что вы думаете прямо сейчас!**

- \* 1. Постарайтесь на протяжении дня задавать себе вопрос: "НА ЧЕМ Я СОСРЕДОТОЧЕН БОЛЬШУЮ ЧАСТЬ ВРЕМЕНИ? КУДА МЕНЯ ВЕДУТ МОИ МЫСЛИ?"
- \* 2. Хорошие ПОЗИТИВНЫЕ мысли не могут привлечь в Вашу жизнь плохие, отрицательные события.
- \* 3. Для результата необходимо заявить себе "Я ХОЧУ СДЕЛАТЬ это и Я НАМЕРЕН!«
- \* 4. Все зависит только от Вас. Примите на себя ответственность за свою жизнь и все изменится.
- \* 5. Концентрация на том, ПОЧЕМУ мы этого хотим достичь, позволяет притягивать в нашу жизнь ситуации и возможности, которые подсказывают, ЧТО мы можем или должны сделать!
- \* 6. Скажите себе и своему подсознанию "Я всё могу. И невозможное возможно».
- \* 7. Используйте мощную энергию силы мысли и получайте, желаемый РЕЗУЛЬТАТ ВЫСОКИХ ВИБРАЦИЙ направленной мыслеформы .

**Что позволит Вам привлечь то, что Вы хотите?**  
**СИЛА ФОКУСИРОВКИ ВНИМАНИЯ.**





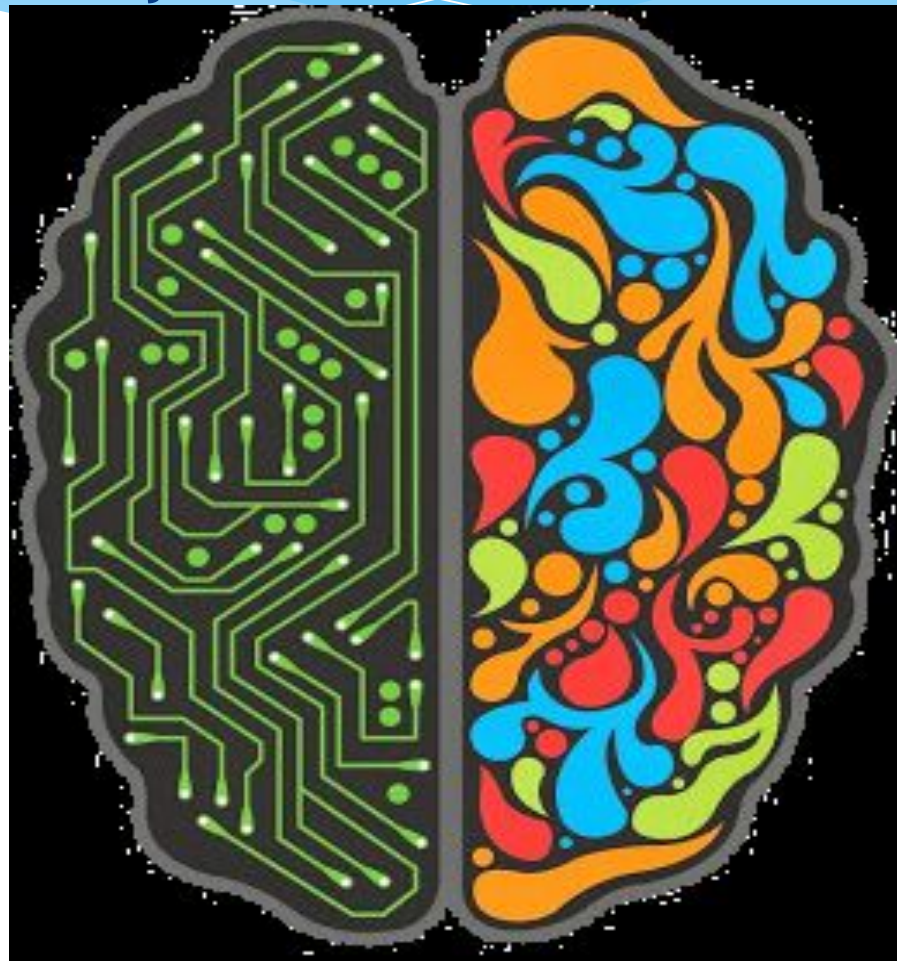
# Упражнение помогает "подружить" подсознание с душой

Во-первых, запишите свое желание. Это может звучать так: "20 декабря я еду на неделю на Мальдивы отдохнуть на море, насладиться природой, позагорать. Деньги на отпуск в сумме 2000€ придут ко мне без особых усилий из источника, который сочтет нужным Вселенная".

Теперь глубоко вдохните и выдохните, медленно и глубоко, при этом указательный палец правой руки направьте на сердце, а ладонь левой положите на лоб и произнесите Ваше записанное желание. Повторите это несколько раз в день.

Это упражнение синхронизирует как левое полушарие, так и правое, что и является подсознанием. Когда Вы кладете левую руку на лоб, Вы соединяете, подключаетесь посредством энергетических сил, левое полушарие (Ваш интеллект, логика, анализ – аналитическое мышление) с правым (Ваши чувства, мечты, фантазии - воображение). механизм, который помогает открыться подсознанию. Я рекомендую делать три вдоха и выдоха, и, следовательно, три раза произнести Ваше желание.

## \* Анулома-вилома



# Метод Седона

практика отпускания мыслей, эмоций, ощущений,  
состояний.

- \* ► Что я чувствую сейчас?
- \* ► Готов ли я это отпустить?
- \* ► Отпущу ли я это?
- \* ► Когда я это отпущу?

Инвестируйте час в день на  
метод Седона и на своё счастье.

Как только возникла мысль, задаёте себе вопрос: «Что я чувствую?» Вам приходит ответ Например, расстройство.

- \* – Готов ли я его отпустить? – Готов.
- \* – Отпущу ли я его? – Да.
- \* – Когда? – Да прямо сейчас!
- \* Раз! – и оно ушло. Но на освободившееся место пришло что-то ещё такое же мега-важное. Например, вожделение.
- \* – Что я чувствую? – Вожделение.
- \* – Готов отпустить? – Да.
- \* – Отпущу? – Да.
- \* – Когда? – Сейчас.
- \* Ушло.

Отпускайте! Любое ушедшее хорошее освобождает место для чего-то ещё лучшего.



# Успехи есть всегда! И фишка в том, чтобы за каждый успех себя хвалить.

Самый эффективный способ похвалить себя – это 30 секунд поглаживать себя по грудной клетке. С улыбкой и той же самой фразой, но звучащей примерно так: «Я справился. Я молодец! Я себя люблю».

Мы гладим себя по груди 30 секунд и получаем любовь от самого себя. За 30 секунд кровь успевает сделать полный оборот по всему телу. За 30 секунд до каждой клеточки нашего тела доходит то, что мы себя любим.





Откройте блокнот с записями по предыдущему уроку и прочитайте 1-ю запись

Закройте глаза

Осознайте, что это  
есть в Вас. Будьте  
честны с собой

Выведите это в  
образ шара

Удалите этот шар из  
своего пространства

Освободите деструктивную энергию.  
Почувствуйте, как она превращается в  
безусловную любовь

Ощутите приход  
энергии. Откройте  
глаза

Повторите это со  
всеми  
блокирующими  
убеждениями

Почувствуйте  
состояние обнуления  
и свободы

Переместитесь в будущее:

\* Увидьте успешного себя и насладитесь этим образом





Выбрав желание, сделайте практику. Закройте глаза и представьте это желание в виде шара. Шар, внутри которого уже исполненное Ваше желание. Теперь сделайте мысленно шаг и слейтесь с этим шаром воедино. Как Вы себя чувствуете? Какие эмоции?

**Как правильно создавать мыслеформу?**

Почувствуйте эмоции, которые Вас переполняют, запахи, звуки, включите все возможные ощущения. Как Вы счастливы, как благодарны за то, что всё так. Я хочу—это запрос, на который будет дан ответ: да, ты хочешь. Не более. На запрос «Я имею» - будет дан ответ: «да, ты имеешь». **И так будет.**

**Как  
извлечь  
максимальную  
пользу  
из  
тренинга:**

Посмотрите его содержание, чтобы сфокусироваться и получить максимальную пользу. Записывайте все интересные мысли и идеи. Подумайте, как Вы можете уже сейчас применять полученные знания. Спасибо, что решили принять участие в тренинге НЕЙРОГРАФИКА.

Эксперт Мастер Класса - Анна Костенко  
<https://vk.com/club144033457>  
тел : 89147452446, 89241928824

