

Линда Хау



**КАК ИСЦЕЛЯТЬ
ХРОНИКАМИ АКАШИ**

*Использование силы
Священных Ран*

СОСРЛЯ

Линда Хау

**КАК ИСЦЕЛЯТЬ
ХРОНИКАМИ
АКАШИ**

*Использование силы
Священных Ран*

УДК 133.3
ББК 88.6
Х26

Перевод под редакцией И. Старых

Хау Линда

Х26 Как исцелять Хрониками Акаши: Использование силы Священных Ран / Перев. с англ. — М.: ООО Издательство «София», 2011. — 256 с.

ISBN 978-5-399-00302-3

Вы держите в своих руках уникальный путеводитель по исцелению Священных Ран с помощью Хроник Акаши.

Какими бы ни были ваши раны — физическими, эмоциональными или ментальными, они могут стать для вас источником Силы, средством познания собственного «Я» и раскрытия своего духовного потенциала.

Работа в Хрониках поможет вам активировать свою Матрицу Вознесения при помощи трех ключей — Благодати, Благодарности и Благородства и осуществить переход от ограничивающих нас убеждений к более высокому уровню восприятия мира.

Эта книга — истинное подспорье всем, кто следует по пути духовного развития.

УДК 133.3
ББК 88.6

Copyright © 2011 Linda Howe
Healing Through the Akashic Records
Using the Power of Your Sacred Wounds to Discover Your Soul's Perfection

Все права зарезервированы, включая право на полное или частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

ISBN 978-5-399-00302-3

© «София», 2011
© ООО Издательство «София», 2011

Содержание

Предисловие. Исцеляющее странствие.....	8
Введение17	
Часть I. Основы	27
Глава 1. Введение в Хроники Акаши	28
Глава 2. Священные Раны	40
Глава 3. Как читать Хроники Акаши	47
Часть II. Наши Священные Раны как Место Силы	
в наших отношениях с самими собой	73
Введение	74
Глава 4. Осознание Себя	80
Глава 5. Приятие Себя: духовная практика необусловленной любви к себе.....	95
Глава 6. Подобающие Действия	111
Глава 7. Выбор	126
Часть III. Наши Священные Раны как путь к миру	
в наших связях с другими.....	135
Введение	136
Глава 8. От негодования к прощению: переход.....	142
Глава 9. Свобода от ограничивающих паттернов: от порабощения к свободе и совершенствованию ...	171
Часть IV. Наши Священные Раны как платформа	
для Вознесения и Трансформации: работа	
с Матрицей Вознесения.....	205
Введение	206
Глава 10. Благодарность.....	213
Глава 11. Благодать	219
Глава 12. Великодушие.....	227
Глава 13. Активация Матрицы Вознесения	240
Послесловие	244
Об авторе.....	254
Благодарности	255

ПРЕДИСЛОВИЕ



Исцеляющее странствие

В своей первой книге, «Как читать Хроники Акаши»*, я описала тот извилистый путь, который вел меня к *Хроникам*. Начался же он с пылкой молитвы. Как это может быть, — взывала я к Богу, — что моя глубоко совершенная жизнь — успешная учеба, хорошая работа, замечательная квартира — делает меня глубоко несчастной? Ответ на молитву пришел практически сразу, но я и подумать не могла, что он будет именно таким. Неожиданно для себя я погрузилась в состояние абсолютно-го безмолвия. А затем, хоть я и не помышляла ни о чем подобном, мне открылось единство бытия. Благодаря этому глубочайшему опыту я постигла нерушимую связь между собой и всем сущим во Вселенной — как зримым, так и незримым. Впервые за много лет я перестала чувствовать себя несчастной — ощущение, определявшее прежде всю мою внутреннюю жизнь.

Теперь я точно *знала*, что Бог существует. Более того, я чувствовала, что Бог меня знает, любит и *принимает* такой, какая я есть. Опыт этот длился лишь несколько мгновений, но для меня он стал истинным откровением.

* М.: «София», 2011.

Всё очень быстро кончилось, однако краткий проблеск Божественного подвиг меня на дальнейшие поиски. Я жаждала повторения опыта, ибо чувствовала, что он способен исцелить меня от глубочайших эмоциональных ран, доставлявших мне неизмеримые страдания. Сначала я искала Бога в таких традиционных местах, как церкви и храмы. Затем погрузилась в архетипический символизм таро. Наконец в один прекрасный день я оказалась — скажем прямо, без особой на то охоты — в шаманском кругу с его неумолчным барабанным боем. И тут, невзирая на весь мой скепсис, я погрузилась в транс — фактически, была перенесена в иное измерение. После этого я с головой окунулась в учение и практики шаманизма. Но лишь после того, как мне открылись *Хроники Акаши*, я поняла, что наконец-то вернулась домой: в обитель своей души и своего Истинного «Я».

Вот так завершилась моя личная история в предыдущей книге. Я дополнила ее кратким описанием того, как мне довелось стать наставником в *Хрониках Акаши* и в каком направлении развивалась моя система обучения. Однако многое тогда осталось недосказанным. И теперь я решила поделиться с вами новыми фактами из моей личной истории, ибо она напрямую связана с той практикой, которую вы намерены освоить. На самом деле, программа исцеления с помощью *Хроник Акаши* возникла благодаря моему собственному целительному странствию.

А началось оно в тот самый момент, когда я впервые открыла для себя *Хроники*. Ранее мне доводилось слышать, как другие описывали свое знакомство с *Хрониками Акаши*. Стоит ли говорить, что я была заинтригована: мне хотелось познать все на личном опыте.

И вот я сижу в комнате вместе с другими учениками. Я внимаю указаниям наставника, пытаюсь в то же вре-

мя представить, на что это может быть похоже: открыть свои собственные *Хроники* (при условии, конечно, что я вообще справлюсь с этой задачей). На тот момент у меня успело сложиться впечатление, что *Хроники Акаши* представляют собой необычайно сложный эзотерический оракул. Мне казалось, первое же соприкосновение с ними должно стать для меня настоящим откровением. Я готовила себя к хаотическому всплеску неизведанных феноменов и ощущений. Не исключено, что все это будет сопровождаться электрическим потрескиванием и всполохами света. А может, я услышу громовой глас, вещающий потусторонние истины.

Неожиданно слова наставника словно бы отделились. Внешняя реальность отошла на второй план, и я услышала свой внутренний голос: своего внутреннего учителя. Затихла болтовня разума, замерла круговерть эмоций. И в этой абсолютной тишине ко мне пришло ощущение покоя, просветления, безопасности и любви. Волна облегчения накрыла меня с головой. За ней пришла еще одна и еще... пока я не была окончательно переполнена.

В тот момент я со всей отчетливостью поняла, что наконец-то нашла свой духовный путь.



Итак, мне стала ясна очередная стадия моего духовного развития. Я нашла способ, позволяющий поддерживать постоянный контакт с тем неисчерпаемым источником, которому предстояло отныне направлять всю мою духовную практику. Вдохновляемая этой мыслью, я вступила на путь самоисцеления. В течение следующих шестнадцати лет я усердно работала со своими *Хрониками*, поэтапно справляясь с застарелыми проблемами и культивируя собственное развитие.

Введение

Я искренне рада, что вы нашли свой путь к этой книге. Уже одно то, что вам удалось добраться сюда, способно многое поведать о вас самих и вашем местонахождении на карте жизненного пути. Нечто внутри вас — не иначе как ваша душа — ясно просигналило вам о том, что пришло время завершать свой поиск. Вы уже близки к тому, чтобы стать той личностью, которой вы всегда хотели быть, и жить той жизнью, которая вам по душе.

Если душа говорит «пора», значит, и в самом деле пора. Вам вполне достанет мудрости и способностей, чтобы прислушаться к голосу своего Сокровенного «Я», равно как и здравого смысла, чтобы действовать в соответствии с этим импульсом. Великолепное начало!

Вы держите в своих руках путеводитель, отличающийся практичностью и эффективностью — а вдобавок еще и простотой. Это истинное подспорье всем, кто следует путем духовного исцеления. Меня он избавил от опустошающего чувства изоляции, направив в сторону осознанных отношений с Божественным Присутствием. Стоит отметить, что эта целительная практика носит весьма специфический характер. Как указано в заголовке, мы будем работать с *Хрониками Акаши*, используя свои эмоциональные раны как средство познания собственного «Я» и раскрытия своего духовного совершенства.

Этот подход выработался у меня на протяжении тех шестнадцати лет, что я пыталась приблизиться к самой

себе — стать более настоящей — и всецело наслаждаться отношениями с другими людьми. Я искала способы, которые позволили бы мне улучшить эту жизнь, не оказавшись в то же время погруженной в хаос повседневной действительности. Та целительная программа, что сформировалась у меня за эти годы, как нельзя лучше отвечала моим потребностям. Следуя избранным путем, я понемногу уверилась в том, что жизнь — это благо. В результате мне удалось отбросить устаревшие привычки и сформировать новую, более совершенную модель поведения. Я обнаружила способ, который позволил мне осуществить заветное желание и избавиться от иллюзии контроля. Я покорила целительному дыханию жизни, позволив этой благой силе преобразовать все измерения моего бытия.

Этот путь радикальных изменений открылся мне после того, как я начала использовать *Хроники Акаши* в качестве развивающей духовной практики. Следуя полученным там рекомендациям, я обнаружила, что мои эмоциональные раны — настоящее препятствие на пути познания себя и окружающих — стали тем средством, с помощью которого я научилась радоваться жизни. Больше всего меня поразило как раз то, что именно *благодаря* трудностям, а не вопреки им я в полной мере смогла ощутить Божественное Присутствие. Ничто в нашем мире — для меня это теперь очевидно — не в состоянии уничтожить пылающую во мне искру Божественного сознания. Нет такой силы, что могла бы оборвать мою связь с Богом или самим бытием. Опираясь на это знание, я смогла создать такую жизнь, которая позволяет мне выразить саму суть моей личности.

С помощью курсов, семинаров и индивидуальных занятий я помогла изучить этот метод сотням других людей. И я могу засвидетельствовать, что каждый, кто

всерьез подходит к занятиям, обретает долгожданное исцеление. Некоторые истории носили поистине драматический характер и были связаны с кардинальным изменением доселе неблагоприятных обстоятельств. В других случаях перемены носили не столь явный характер, однако и они влекли за собой повышение самооценки и укрепление здоровья, а также улучшение отношений с близкими людьми. Всякий, кто вступает на этот путь с твердым намерением и открытым сознанием, испытывает позитивные изменения: серьезные неприятности уходят в прошлое, а жизнь обретает более радостный оттенок. Исключений здесь не бывает.

Секрет успеха состоит в том, чтобы взглянуть с точки зрения духовного развития на источник наших бед и несчастий: те эмоциональные раны, от которых страдает практически каждый человек. Появляются они в раннем детстве, а затем терзают нас болью всю оставшуюся жизнь. Работа с *Хрониками Акаши* позволяет нам изменить свое отношение к этим ранам. Исследуя их в *Свете Акаши*, мы начинаем понимать: вся та боль, которую мы испытали, — весь вред, причиненный нашим эго и другими людьми, — это великолепная возможность для преображения, прямой путь, выводящий нас на просторы Божественной Реальности. Вы и сами очень скоро убедитесь в этом. Раны, получаемые нами на земном плане, таят в себе высший смысл. Человеческий опыт — это тигель, переплавляясь в котором мы становимся идентичны тому Божественному Началу, что лежит в основе нашего существа.

Если ваше внимание привлекла эта книга, шансы на то, что вы уже искали исцеления в других местах, весьма велики. Вы тратили свое время, деньги и энергию, рассчитывая избавиться себя от ощущения дискомфорта — будь то физического, ментального или эмоционального

(или обладающего всеми этими качествами). Знания, почерпнутые вами из этого процесса, почти наверняка принесли вам определенную пользу, однако не были, по сути своей, преобразующими: чувство дискомфорта — острого или менее заметного — все-таки осталось. И дело не в том, что вы не проявили достаточно усердия или не заслуживаете избавления от боли и страданий. Тем более, никому и в голову не придет обвинять вас в привычке засорять свою жизнь всевозможными трудностями. Просто в поисках нужного решения вы достигли границ своих человеческих способностей. В свою очередь, качественная трансформация предполагает свободу от каких-либо ограничений. И потому каждый, кто желает достичь здесь успеха, должен обратиться к сфере духовного с ее неизмеримыми возможностями.

Духовное исцеление отличается от всех прочих модификаций тем, что проистекает непосредственно из укрепления нашей связи с Божественным. Чтобы достичь этого, необходимо для начала установить — а затем осознанно развивать — отношения с нашим Внутренним «Я», этой гранью человеческой души. Душа ни на миг не забывает о своей Божественной Природе, а Внутреннее «Я» служит мостом между нами и Божественным.

В результате страданий нам может казаться, что мы потеряли связь с глубочайшей частью себя, а значит, и со своей душой. Но не имеет значения, как далеко мы, как нам кажется, можем быть от своей души, — фактически, мы продолжаем оставаться с ней в неразрывном единстве. Несмотря ни на что, душа остается нашим бесконечным источником исцеления. Следовательно, задача наша состоит в том, чтобы убрать искажающие фильтры устаревших мыслей и чувств. Будучи прямым порождением ментальных и эмоциональных ран, они

препятствуют сближению с Внутренним «Я», а значит, и с Божественным. Этот принцип лежит в основе всей нашей работы с *Хрониками*. И хотя работа эта протекает в сфере духовной реальности, носит она исключительно практический характер.

Проясняя для себя собственные трудности, обретая иное видение проблем и концентрируясь на фактическом их разрешении, мы переносим эту работу в свою повседневную жизнь. Мы заново знакомимся с подлинной основой своего существа — с глубочайшим Внутренним «Я».

В этом процессе исцеления мы понимаем, что нам отведена важная роль: принять на себя ответственность за свое благополучие и сделать все возможное, чтобы избавиться себя от душевных и физических недугов. Остается лишь то, с чем мы не в состоянии справиться сами. Вот эту часть мы и передаем в ведение Божественного. Данный метод направляет нас в безопасное место внутри, где мы встречаемся с этой силой преображающего добра. Здесь нам предстоит осознать совершенство своей души и воссоединиться со своей Божественной Природой. Когда это происходит, мы обнаруживаем, что стали именно теми, кем всегда хотели быть, и можем отныне жить той жизнью, о которой раньше только мечтали.

Предпосылки для исцеления Хрониками Акаши

Существует лишь два условия, предваряющих подобное исцеление. Во-первых, мы должны признать, что старые методы не в состоянии справиться с нашими проблемами. Хотим мы того или нет, но все предыдущие попытки оказались безрезультатны. Во-вторых, мы должны

чувствовать — пусть и не очень ясно поначалу, — что нет ничего страшного в том, чтобы избавиться от старых способов и обратиться к новым, ибо в мире существует целительная сила, многократно превосходящая наши способности.

Как вам еще предстоит убедиться, красота *Хроник Акаши* в том, что данная сфера предполагает абсолютную безопасность использования. Таким образом, способ нашего знакомства с Божественным носит исключительно реальный и к тому же весьма эффективный характер.

Три компонента нашего исцеляющего путешествия

Наше исцеляющее странствие разделено на три основные части. Первая фаза: **наши Священные Раны как Место Силы в наших отношениях с самими собой**. На этом этапе мы изучаем разрушительные проблемы неприятия себя и самоотвержения с точки зрения следующих моментов: *Осознание Себя, Приятие Себя, Подобающие Действия и Выбор*. Исследуя эту стадию исцеляющего процесса, мы находим способы оставаться самими собой в любых жизненных обстоятельствах и не терять бодрости духа даже в самые трудные времена. Обнаружив раны, которые препятствуют нашему контакту со своим Внутренним «Я», мы, фактически, находим двери, открывающие нам доступ в его глубины.

Далее мы исследуем **наши Священные Раны как пути к миру в наших связях с другими**. Это на редкость вдохновляющий этап нашего странствия. Мы получаем возможность выйти за рамки негативного отношения к людям, заменив его приятием и прощением. Но прежде необходимо установить, что именно заставляет нас

осуждать окружающих. Разобравшись в этом вопросе, мы можем приступить к ликвидации ограничивающих нас убеждений. Это ловушка схематичного мышления, распознав которую мы в состоянии обрести свободу и независимость. Мы учимся понимать, что трудности, на первый взгляд препятствующие нашим отношениям с окружающими, являются в действительности тем путем, который выводит нас на новый уровень взаимопонимания.

Наконец, мы достигаем стадии, на которой **наши Священные Раны становятся платформой для Трансформации и Вознесения**. Работа на первых двух стадиях уже ведет к позитивным изменениям: мы становимся более устойчивыми и уравновешенными, что позволяет нам лучше отразить свое Истинное «Я».

Но это еще не все. Мы — безграничные сущности, пребывающие в вечном поиске. В духовной работе всегда есть нечто большее, следующий уровень и следующая ступень. На третьем этапе своего исцеляющего странствия мы учимся устанавливать осознанную связь с теми глубинным структурами, которые содействуют обновлению всей нашей жизни. Благодаря им наше существование выходит за рамки человеческих условностей, что избавляет нас от эмоциональных шрамов и ран. Я познакомлю вас с Матрицей Вознесения, в контексте которой вы сможете осуществить переход на новый уровень осознания — а значит, и слияния с Божественным. Среди элементов этой Матрицы можно выделить Благодарность, Благодать и Великодушие. Мы научимся активизировать эти качества в нашей повседневной жизни, что позволит нам существовать в вечном потоке вознесения. Мы научимся тому, как проживать нашу ординарную жизнь в контексте экстраординарного бытия.

нашему самоуважению. И мне известно, каково это — смотреть, как все наши недостатки оборачиваются против нас же самих.

Только потому, что я испытала все это на себе и смогла в итоге найти выход из ситуации, я и делюсь сейчас с вами моим методом. Верьте мне: ваши усилия приведут к долгожданному освобождению.

Приглашение

Пришла пора обратиться к вам с официальным приглашением: присоединяйтесь ко мне в этом трехэтапном странствии к исцеляющему освобождению. Где бы ни находились вы на пути, дальше мы пойдем вместе. Я подробно разъясню вам каждый шаг, чтобы вы смогли разобраться в той последовательности целительных методов и концепций, которые призваны полностью изменить вашу жизнь.

Я приглашаю вас обрести свободу, без которой немислимо познание своего Внутреннего «Я», а в дальнейшем — и его выражение в мире. Я приглашаю вас *сдаться* Божественному и познать истинную радость жизни. Откройте свое сознание, смягчите сердце и сконцентрируйте свою волю, чтобы *Свет Акаши* мог прийти к вам и проходить через вас в окружающий мир.

На каком бы этапе развития вы сейчас ни находились, знайте, что новый уровень возможностей, новое измерение осознанности и благополучия находится непосредственно перед вами. Духовное исцеление — не где-то там: оно в пределах вашей досягаемости.

ГЛАВА 1



Введение в Хроники Акаши

Хроники Акаши — это целительное пространство, состоящее из Акаши — первичной субстанции. Эта субстанция есть Свет, основополагающая жизненная сила, которая существует прежде наших мыслей и чувств и не подвержена их манипуляции. Это и *присутствие*, и исцеляющая сила. Неагрессивные по своей природе, *Хроники Акаши* никогда не навязывают нам своего присутствия. Даже в самой критической ситуации они не вмешиваются в наш выбор, ибо подобное вмешательство стало бы умалением человеческого достоинства. Вместо этого они *откликаются* на призыв о помощи, поскольку энергетика их восприимчива к боли нашего сердца. Стоит нам хотя бы чуть-чуть открыться энергии Акаши, как та начинает двигаться навстречу нашим желаниям. Приближается она в том темпе, какой является для нас оптимальным, так что новые энергии не пугают нас, но несут нам поддержку.

Главная наша задача при работе с *Хрониками* состоит в том, чтобы сонастроиться с самим собой. Лишь будучи центрированными, мы можем перенаправить свое внимание на энергии Света, позволив ему выполнять его работу.

Высший Разум

Приступая к данной работе, мы исходим из того, что *Свет Акаши* — это разум, превосходящий наш собственный. Это безграничное знание и столь же безграничная мудрость. Это *Свет* Божественного сознания, который движется сквозь сердце энергетического тела Бога. А поскольку это величайший Разум, нет никакой необходимости указывать ему на то, что следует делать, — он и так действует в наших интересах и для нашего же блага.

Собственный опыт, равно как и наблюдения за практикой учеников позволили мне сделать следующий вывод: чем чаще мы экспериментируем со *Светом*, тем лучше наши результаты. А вместе с этим укрепляется и наша вера в благое воздействие *Света*. Чем больше наше доверие, тем больше *Света* мы в состоянии воспринять, тем выше его частота и скорость, с которой он приходит нам на помощь.

Духовное исцеление с помощью Хроник Акаши

Духовным можно назвать то исцеление, которое обретается *с точки зрения нашей души*. Так что же представляют собой качества и движущие силы того целебного процесса, который исходит от *Хроник Акаши*?

Атмосфера трансформации

Природа *Хроник Акаши* такова, что в них создается и поддерживается атмосфера, максимально содействующая нашей трансформации. Энергия *Акаши*, оперирующая на всех без исключения уровнях, следует конкрет-

ным, вполне предсказуемым схемам. В свою очередь, те динамические силы, что определяют наши взаимоотношения с *Акашей*, всячески содействуют позитивным изменениям.

Хроники Акаши, этот неисчерпаемый источник духовных энергий, представляют собой измерение сознания, в котором содержится вибрационная запись как самой души, так и ее странствия. Каждая индивидуальная ячейка *Хроник* подразделяется на два компонента: фиксированный и развивающийся.

Фиксированный аспект — это основополагающий узор вашей души, который можно сравнить с *духовной ДНК*. Заглянув сюда, вы сможете понять, кем являетесь на самом деле в своем человеческом путешествии сквозь время и пространство.

Второй компонент *Хроник* отображает *те жизни, которые вы проживаете в неустанном стремлении осознать свою истинную природу*. Здесь вы найдете стабильно развивающийся каталог тех форм человеческого опыта, с которыми вы уже столкнулись, сталкиваетесь и будете иметь дело по мере своего продвижения к духовному пробуждению.

Мы — те, кто позволяет исцеление

При работе с *Хрониками Акаши* мы становимся теми, кто позволяет собственное исцеление. Достаточно настроиться на свое Истинное «Я», чтобы *Свет* начал действовать нам во благо. Мы не посылаем энергию *Хроникам* и не принимаем ее от них: в пространстве *Хроник* мы приходим к осознанию того, что *Свет*, наполняющий нашу душу, находится во всех и во всем. Следовательно, нет никакой необходимости отдавать или принимать.

Задача наша состоит в том, чтобы *позволить Свету* проходить сквозь нас. Для этого необходимо «почистить дом», расширив свое внутреннее пространство, — так мы позволим проявиться тому, что уже присутствует в нас. Мы берем сырье из своих собственных запасов, а затем избавляемся от всего, что мешает нам постичь свою благую природу. Погружаясь в этот процесс, мы освобождаем достаточно места в своем внутреннем мире, чтобы свет нашей души мог расширить свое присутствие. Этот *Свет* поддерживает нас в стремлении к чистоте, устраняет возможный энергетический дисбаланс и ускоряет нашу способность быть радостными и счастливыми.

«Не суди», «не бойся», «не сопротивляйся»

Наше исцеление — точнее его характер и темп — во многом зависит от окружающей обстановки. Атмосфера *Хроник Акаши* содействует скорейшему преображению человека, что объясняется главными принципами, управляющими *Хрониками*.

«Не суди», «не бойся» и «не сопротивляйся» — вот три абсолюта *Хроник Акаши*. В сочетании друг с другом эти принципы формируют культуру чести, доброты и уважения, позволяя нам познать целостную, добрую и благую природу своих душ. Соприкоснувшись с этим знанием, мы преобразуемся. Мы избавляемся от склонности бояться, осуждать и противиться переменам, с готовностью принимая и допуская все новое и непривычное. Достаточно присмотреться к своим проблемам с точки зрения *Хроник Акаши*, чтобы разобраться в их подоплеке. Истина, явленная нашему взору, освобождает наше сознание.

ГЛАВА 2



Священные Раны

Если вы читаете эту книгу, вы уже осознаете свои Раны. Я знаю, что это осознание болезненно, но на самом деле это значит, что потенциально вы уже находитесь в прекрасном месте. Вооруженные соответствующим знанием, вы можете осознанно запустить процесс собственного исцеления. Не нужно ждать, пока кто-то спасет вас, приведет вас в чувство или избавит от неприятных эмоций — да это и не под силу никому из смертных. Окружающие могут помочь вам, однако они не в состоянии проникнуть в те сферы вашего «Я», где пульсирует эта невыносимая боль. Справиться с этой задачей можете лишь вы сами.

В своем стремлении обрести духовное исцеление вы подошли к той стадии, когда вам необходимо проникнуть в самое сердце Священных Ран. Лишь так вы сможете вернуться к своему Внутреннему «Я». Осознание своих ран — главная предпосылка успешного исцеления.

Что мы подразумеваем под ранами?

Что же мы имеем в виду, когда говорим о ранах? Это те шрамы, или рубцы, которые остаются после любой формы повреждения — физической, эмоциональной

или ментальной. Они поддерживают негативные представления о нас самих, окружающих и жизни в целом. Это всё результат событий, которые ограничивают нашу способность свободного самовыражения. Все стороны нашего существа подвержены подобным повреждениям, препятствующим нашему полноценному развитию. Не имеет значения, была ли подобная рана нанесена умышленно или случайно, открыто или завуалированно, сознательно или бессознательно. Точно так же она могла быть инициирована нами самими или окружающими. Если что и превращает событие в рану, так это наша способность использовать его против себя. Мы рассматриваем такое событие как свидетельство нашего несовершенства, в результате чего перестаем распознавать как свои положительные качества, так и хорошие стороны окружающих.

Израненность — универсальное свойство всех людей. Каждый, кто живет сейчас на планете, носит в своей душе подобные раны. И все, кто приходил сюда до нас, страдали не меньше нашего. Окружающие нередко задевают нас за живое, мы сами тоже наносим удары себе и окружающим. Невозможно стать человеком и избежать подобного опыта. Универсальность этого опыта нашла отражение как в литературных шедеврах, так и в различных религиозных писаниях. С начала времен люди делятся друг с другом историями о трудных, а порой и невыносимых обстоятельствах. И все же, невзирая на свою универсальность, опыт этот всегда носит личный характер. Если у меня разбито сердце — это мое разбитое сердце.

Раны превращаются в проблемы

Полученные травмы могут привести к существенному искажению восприятия, что делает невозможным пол-



ОТРАЖЕНИЯ АКАШИ

Откройте свои Хроники

- Внутри вас есть безграничный резервуар безусловной любви к самому себе и столь же безусловного одобрения. Попросите Мастеров, Учителей и Любимых помочь вам войти в контакт с этой сферой. *Хроники Акаши* — это *Мост Света*, способный мгновенно доставить вас к самому центру вашего существа. Оказавшись в этом измерении, постарайтесь идентифицировать качества приятия и одобрения себя, которые свойственны как вашей душе, так и миру *Акаши*. Отметьте эти качества. Позвольте себе погрузиться в них. Теперь вы знаете, что они находятся внутри вас. Они — часть вас самих.

Закройте свои Хроники

Откройте свои Хроники

- Сосредоточьтесь на том, чтобы испытать чувство тотальной любви к себе. Если ваша любовь далека от тотальной, обратите внимание на те моменты, когда она приближается к этому идеалу. Постарайтесь не упустить из виду конкретные детали своего опыта. Отметьте прежде всего, какие формы одобрения и поддержки вам легче принять от самого себя. Возможно, вам захочется понежить себя и принять горячую ванну. А может, вы почувствуете прилив энергии и решите подбодрить себя словами: «Тебе это по плечу!» На самом деле, подобные мелочи очень важны.

Закройте свои Хроники

Откройте свои Хроники

- Используйте *Хроники Акаши*, как лазерный луч, способный осветить ваши богатейшие духовные запасы. Попросите Мастеров, Учителей и Любимых помочь вам заглянуть в себя и обнаружить ту область, где вы относитесь к себе с безусловным пониманием и сочувствием. Это та зона, где вы можете заявить «*Разумеется*» в ответ на любой свой поступок. Пусть наставники помогут вам достичь этого.

Закройте свои Хроники

Откройте свои Хроники

- Подумайте о ситуации, которая заставляет вас чувствовать по отношению к себе злость и раздражение. Мысленно перенесите ее в зону «*Разумеется*». Погрейтесь в лучах безграничной доброты к самому себе.

Закройте свои Хроники

Откройте свои Хроники

- Теперь подумайте о ситуации, которая представляется вам неясной или попросту бессмысленной. Заручившись поддержкой своих Мастеров, Учителей и Любимых, спросите, что хорошего несет вам подобное стечение обстоятельств. Пусть наставники помогут увидеть в случившемся не ряд озадачивающих моментов, а событие, направленное исключительно во благо — событие, позволяющее познать вашу совершенную природу. Вы можете представить их вниманию не одну, а несколько затруднительных ситуаций, чтобы лучше понять, как подобного рода вопросы способны изменить характер вашего восприятия.

Закройте свои Хроники