

Самостоятельная инициация
«Спокойствие и уверенность в завтрашнем дне»

Автор – Ирина Ишина,
ishinaia@mail.ru
Метод – Татьяны Василец



«Задача людей быть счастливыми и получать удовольствие от жизни» А. Палиенко. Полностью согласна с этим высказыванием.

Но в жизни бывают ситуации, когда происходит переход из одного статуса в другой, когда происходит смена работы, когда в стране возникают непредвиденные ситуации, к которым не готов человек, когда происходят стрессовые ситуации на работе и в жизни, и не понятно что и как будет ЗАВТРА. И тогда внутри себя человек может чувствовать тревогу, волнение, страх. Страх за будущее, страх за то чтобы выжить в этих непростых для человека создавшихся условиях.

Но Страх выживания это базовая, присущая всем эмоция и это нормально в некоторых ситуациях испытывать страх. Но когда есть страх, который мешает жить спокойно и хорошо, когда есть страх и тревога, которые блокируют энергию в теле, когда есть внутренний страх, который может вызывать психосоматические расстройства организма человека, когда есть страх, который не дает двигаться дальше по дороге Жизни. То это чувство: Страх, Волнение, Тревогу, лучше увидеть и высветить светом своего сознания, и разблокировать ту энергию, тот потенциал, который может быть направлен на жизнь и творчество. Ведь даже возможность человека рационально и трезво мыслить, принимать важные решения в жизни, может быть только в ясном, спокойном состоянии сознания.

Предлагаю Вам проделать инициацию **«Спокойствие и уверенность в завтрашнем дне»**.

Эта инициация позволит:

- * чувствовать уверенность и устойчивость в завтрашнем дне;
- * позволит убрать тревогу и волнение;
- * позволит с оптимизмом смотреть в будущее;
- * снизит агрессию, которая может являться гиперзащитой;
- * позволит увеличить иммунитет организма;
- * позволит высвободить энергию, которую можно будет направить на творчество, реализацию и достижение своих целей;
- * позволит увеличить энергетический потенциал организма и человека.

Для инициации Вам понадобятся 3 чистых листа бумаги (без линеек, клеточек, записей, поскольку всё несет в себе информационную нагрузку), мелкие предметы, ленточки, и желательно в комнате находиться одному, даже без домашних животных, поскольку будет идти работа с Вашим подсознанием.

1. Поделите комнату на два пространства ленточками или различными предметами.
2. Напишите на одном чистом листе «Я СЕГОДНЯ», на другом чистом листе «СПОКОЙСТВИЕ И УВЕРЕННОСТЬ В ЗАВТРАШНЕМ ДНЕ».
3. Положите каждый из листов на построенные пространства, придав каждому из пространств то значение, которое написано на листе.
4. Напишите на третьем листе то чувство, которое сейчас испытываете («ТРЕВОГА», «ВОЛНЕНИЕ», «СТРАХ») и положите третий лист с написанным чувством туда, куда положит рука автоматически.
5. Начните исследование пространства «Я СЕГОДНЯ». Встаньте на него. Что вы чувствуете в теле? Что эмоционально?
Если на пространстве возникает дискомфорт, то добавьте на территорию пространства любые предметы, назначив им значение «Целебные ресурсы» или «Божественные ресурсы» для достижения наибольшего комфорта.
6. Посмотрите с территории «Я СЕГОДНЯ» на территорию «СПОКОЙСТВИЕ И УВЕРЕННОСТЬ В ЗАВТРАШНЕМ ДНЕ». Видите ли вы это пространство? Хочется ли туда смотреть? Что вы чувствуете в теле? Что эмоционально? Возникают ли какие-то образы?
Медленно поприближайтесь и поудаляйтесь к границе с другим пространством.
7. Когда будет готовность, перейдите на пространство «СПОКОЙСТВИЕ И УВЕРЕННОСТЬ В ЗАВТРАШНЕМ ДНЕ». Поисследуйте его. Что вы чувствуете в теле? Что эмоционально?
Если на пространстве возникает дискомфорт, то добавьте на территорию пространства любые предметы, назначив им значение «Целебные ресурсы» или «Божественные ресурсы» для достижения наибольшего комфорта.
8. Когда будет готовность, перейдите на лист с надписью «ТРЕВОГА», «ВОЛНЕНИЕ» или «СТРАХ», в зависимости от того что вы писали. И исследуйте его. Что вы чувствуете в теле? Какие эмоции возникают? Может возникает какой-то образ?
Если на этом листе возникает дискомфорт, то добавьте на территорию пространства любые предметы, назначив им значение «Целебные ресурсы» или «Божественные ресурсы» для достижения наибольшего комфорта.
Если возник какой-то образ, то можно будет на уровне воображения удовлетворить все его желания.
9. Когда на листе «ТРЕВОГА», «ВОЛНЕНИЕ» или «СТРАХ», ощущения станут спокойные, ровные, то можно убрать этот лист из пространства.

10. Далее рекомендуется перейти на пространство «СПОКОЙСТВИЕ И УВЕРЕННОСТЬ В ЗАВТРАШНЕМ ДНЕ». Как сейчас? Изменились ли ощущения в теле? Эмоционально?
11. Теперь стойте на границе. Одной ногой на пространстве «Я СЕГОДНЯ», другой ногой на пространстве «СПОКОЙСТВИЕ И УВЕРЕННОСТЬ В ЗАВТРАШНЕМ ДНЕ», потом поменять ноги. Постоять так до тех пор, пока станет достаточно.
12. Когда почувствуете, что достаточно, нужно разобрать пространства, положить предметы на свои места и снять с них значения: «Это просто предмет», «Это просто листы бумаги с надписями», «Это просто пол», «Это просто комната».

Инициация закончена.

Рекомендуется делать инициацию курсом 3, 5, 7, 10 дней.

Можно делать только двухполосную версию:

«Я СЕГОДНЯ»/ «СПОКОЙСТВИЕ И УВЕРЕННОСТЬ В ЗАВТРАШНЕМ ДНЕ».

Успехов вам!

Ирина Ишина.