



Глушко Светлана

**Древние славянские
практики изменения
сознания**

Введение

1. Взгляд Ушас (совы).....	4
2. Хортица.....	5
3. Крисение любой проблемы.....	7
4. Зеркальщик.....	9
5. Крисение с помощью огня.....	11
6. Крисение имени.....	11
7. Мозоха (маска).....	12
8. Решение задачи.....	13
9. Обо мне.....	14

Заключение

**Единственная настоящая ошибка – не исправлять своих
прошлых ошибок.**

**Величайшая слава не в том, чтобы никогда не ошибаться, но в
том, чтобы уметь подняться каждый раз, когда падаешь.**

Конфуций (551 до н. э. - 479 до н. э.) - китайский мыслитель и
философ

Зло узнано, Зло названо, Зло не имеет власти.

Введение

В исконной русской культуре подходили к здоровью очень осознанно.

Слово Целительство происходит от слов Цельность и Цель. Для того, чтобы заниматься Целительством, надо иметь Цель – Цельность – Тело, Душа и Дух едины. Для Целительства себя или других, в первую очередь, надо делать шаги к обретению Цельности Тела, Души и Духа. Целитель шел по пути обретения Цельности каждый день. Была практика ежедневно делать одно дело для души, одно для духа, одно для тела.

Для тела: одно дело очищает, одно укрепляет. Всегда присутствовала полярность. Солнце наполняет, Луна очищает.

Для души: одно для очищения от негативной эмоции, одно для радости душе.

Для духа: стяжание силы воли. Сделать дело, которое делать не хочется, найти в нем что-то хорошее, приятное, три радости от этого дела.

Были такие понятия как Крисение – методы очищения души и Радение – методы принесения радости душе, общение со стихиями и камнями.

Для крисения выбирался крестник, близкий человек, которому доверяешь и с которым можно практиковать упражнения.

В этой небольшой книге мы разберем методы Крисения души, очищения от накопленных негативных эмоций, – методы, которые практиковались славянами в каждой семье с 3 лет. Практика этими методами не требует никакой особенной подготовки и доступна всем.



1. Взгляд Ушас (совы)

Один из методов Радения – принесения радости душе – взгляд Ушас.

Эта практика способствует устранению страхов, излечению истерии, наполнению тихой радостью Луны.

За 2 дня до полнолуния и во время полнолуния смотреть неотрывно на Луну, устремляясь взглядом вглубь, стремясь увидеть её лик, краем глаза созерцая окружающие предметы.

Постарайтесь подольше не моргать, тогда открывается видение энергий предметов. Если плавно перевести взгляд с Луны на дерево, видение сохранится.

Во время этой практики всплывают образы страхов, необходимо их отпускать. Постепенно негативные эмоции уходят, а душа наполняется радостью и спокойствием.



2. Хортица

Символ русской культуры, крест в круге. Крест символизирует четыре стороны света.

Запад – боль.

Юг – то, как Вы мстите, сами перекрываете дорогу в светлое будущее.

Восток – осознание, из умирающего чувства рождает новое, светлое.

Древние славянские практики изменения сознания
Север – отпустить прошлое – придумать на каждый способ мщения – способ дарения любви, которая образовалась.

Наша жизнь подчиняется системным законам. Когда мы подходим к созданию своей семьи, то все основы нашего будущего поведения сформированы уже до 14 лет. В это время закладывается боль семьи родителей. Если в вашей душе есть обиды и негативные эмоции на маму или папу, а чаще на обоих, вы будете переносить их в свою семью.

Для нейтрализации такого переноса практиковалось кришение обид на семью. Для этого необходимо выписать все обиды на родителей. Если вы замужем (женаты), то проработайте сначала обиды на отца и мать, затем на мужа (жену), детей.

Первый лист. Пишем, за что я обижен на маму \ папу. Пишете, не обдумывая всё, что приходит в голову. Если идет защитная реакция, приходят мысли, что нет обид, то подумайте, почему тогда в семье проблемы? Болезни? Когда тобой боль правит, мир тебя болью лечит.

Второй лист. Подумайте и запишите, а как я мщу маме \ папе за эти обиды. Детские капризы, истерия, выбор профессии по совету мамы, чтобы каждый день нудеть об этом. Болезни, плохая учёба

Третий лист. Подумайте и запишите, а за что я могу отблагодарить маму \ папу, какой урок они мне дали через эту боль. Это те родители, которые вам помогут достичь счастья, о котором вы помечтали, ещё будучи на небе. Вы выбрали этих родителей и эту

Древние славянские практики изменения сознания ситуацию намеренно, вам надо было чему-то научиться, посмотрите под этим углом.

Помогать могут двумя способами. Сейчас – родители показывают максимально свою боль, то, что они не смогли понять и исправить. Душевная боль настолько сильная, что человеку кажется, что его морально убивают. Если душа мудрая, то она понимает, что здесь меня не убивают, а мне показывают, что здесь они не смогли стать счастливыми. Значит, мне не надо делать и поступать также.

Первый и второй лист сжечь. Третий повесить на видное место на 40 дней, перечитывать и учиться поступать по-новому. Боль и жизнь – две стороны одной монеты.



3. Крисение любой проблемы

Можно работать по этой схеме с любой болезнью. Болезнь – это выгода и месть чему-нибудь – способ управления.

Болезнь – чем мне это выгодно? Кому я за это мщу? Найти другие способы получения.

Древние славянские практики изменения сознания

Также возможно работать с любой проблемой: лишнего или недостаточного веса; недостаток денег; взаимоотношения с окружающими и т.д.

1. Берем лист бумаги. Пишем на нём **число** полностью (например, 17 сентября 1013 года), когда начинаем, для привязки к настоящему.
2. Пишем **тему**. Начинаем со слова: Почему.....
3. Пишем **образ хранителя**, который у вас есть. Всё, что вызывает ощущение силы – человек, зверь, элемент природы.
4. Пишем слово «вход», то которое стимулирует.
5. Пишем слово «выход», то которое возвращает в реальность.

Очерчиваем полукруг

Пишем «слово вход».

Пишем всё, что появляется в мыслях, без анализа. Если не знаем что писать, так и пишем – не знаю, что писать, не знаю, что писать и т.д. Боль души проявится. Пишем до тех пор, пока «слово выход» не придет само, вместе с радостью.

Очерчиваем полукруг

Помойте руки и лицо.

Перечитайте, осмыслите написанное Вами.

Возьмите отдельный лист и выпишите причину, ответ на тот вопрос, который Вы задавали в начале.

Посмотрите на ситуацию с разных сторон, чему она вас учит.

Напишите для себя: «Я принимаю эту ситуацию и решаю сделать так»

Древние славянские практики изменения сознания
Составить лестницу побед, как я решаю это, не менее 33 типов
решения.

Первый лист сжечь. Со вторым сверяйтесь в ближайшие 40 дней.

4. Зеркальщик



Древние славянские практики изменения сознания

Это упражнение помогает увидеть в себе личины, за которые прячется человек, общаясь с миром. И увидеть себя настоящего, того, что внутри.

Возьмите свечу и зеркало в полный рост (хотя бы по пояс). Уединитесь и сядьте удобно. Между собой и зеркалом зажгите свечу – огонь сожжет все плохое и не даст ему отразиться от зеркала. Идеально будет зажечь свечу на уровне сердца или лона. Рядом поставьте ведро с водой, в которой растворите соль. На 1 ведро воды 0,5 кг соли и приготовьте тряпочку.

Сядьте перед зеркалом, смотрите не отрываясь себе в глаза и говорите в зеркало все плохое, что вы о себе думаете – пока не закончатся фразы. Всё, что вспомните от настоящего времени до детства, говорите, глядя себе в глаза.

Намочите тряпочку в соленой воде и протрите зеркало, сполосните руки и лицо. Можете отдохнуть несколько минут. Свеча может коптить, дымить, может согнуться, если потухнет, зажгите её снова.

Снова садитесь, смотрите себе в глаза и говорите то хорошее, что вы о себе думаете. Не менее 33 качеств, это может показаться очень трудным, но совершенно необходимо. Протрите зеркало, помойте руки и лицо.

Дальше смотрите в зеркало от 14 до 22 минут, говорите себе, глядя в глаза: «Я Бог» («Я Богиня»).

Если Вам что-нибудь привидится, запоминайте – это ваш защитник рода, у каждого рода есть не менее 3 защитников. Один помогает очищаться, второй наполняться, третий быть Богом.

Лучше во время практики быть раздетым. Что усилит знакомство со своим телом и душой.

5. Крисение с помощью огня



В славянских практиках часто использовался огонь, его очищающие свойства широко известны. Используйте любой огонь, какой Вам удобнее: костер, печь, свеча. Смотрите на огонь, дышите в ритм огня. Расскажите ему все свои страдания. Смотрите на огонь безотрывно и говорите, как идет. До тех пор, пока вы не станете огнем, пока не ощутите, что ваше тело само начинает гореть. Огнем радости – озарения. Поблагодарите огонь, омойте огнем руки и лицо 3 раза!

6. Крисение имени

С именем человека может быть связано много неприятных воспоминаний и часто у людей возникает стресс на своё имя. Негативная связка возникает с интонацией, с которой наше имя произносится. Когда нас отчитывают, ругают за что-то и т.д. Существовала практика отсоединения привязок от имени.

Древние славянские практики изменения сознания

Для этой практики необходим крестный. Он на разные лады пропевает имя, с разными интонациями. Крестник с закрытыми глазами чувствует, как разные интонации откликаются внутри, какие всплывают негативные образы, ассоциации.

Вы ассоциируете себя со своим именем и нервничаете – это говорит о количестве масок, с которыми вы ходите. Когда вы перестаете реагировать на имя – наступает состояние «Я», Вы ощущаете свою душу и отдельно маску и тело.

Тогда вы решаете, да я принимаю это тело, как сосуд, в котором я живу. Я принимаю это имя, как ярлык для тех, кто меня знает, но я им не являюсь. «Я» – это глубже тела и дальше имени.

Задача человека в любых ситуациях, сохранить это ощущение. Постепенно вы перестаете реагировать на попытки задеть маску. Истинное «Я» не обижается.

7. Мозоха (маска)



Древние славянские практики изменения сознания

Еще одно упражнение для снятия масок. Крестный задает вопрос: «Кто ты?» Разными интонациями. Тренирующийся отвечает – мама, жена, дочь, работник, художник и т.д. Крестный говорит в ответ «Мозоха», то есть маска. Это может вызывать слезы, злость и раздражение. Когда буря эмоций проходит, наступает спокойствие своего внутреннего «Я».

8. Решение задачи

Часто бывает, что требуется найти ответ на вопрос и не понятно, как. Можно обратиться за помощью к своему подсознанию.

Запишите на лист бумаги вопрос, на который хотите найти ответ. Дайте себе 21 день на нахождение ответа, запишите дату, когда вопрос должен решиться. После этого 21 день, каждый день читайте этот вопрос, обязательно не пропуская ни одного дня.

После второй недели может наступить «бунт сознания», когда читать не хочется. Рождаются масса отговорок, почему это уже не надо делать, будьте готовы к этому и крепитесь.

В течение 21 дня вы найдете ответ на свой вопрос. Возможно, неожиданным способом.

9. Обо мне



- Кинезиолог, перинатальный психолог, консультант по использованию эфирных масел с 2008 года. Более 500 часов коррекций и консультаций
- Автор и ведущая тренингов с 2012 года
- Автор книг:
 - «Древние славянские практики изменения сознания»;
 - «Детский страх. Алгоритм преобразования»;
 - «Здоровый ребенок. От чего зависит?»;
 - «Трудно учиться? Плохая память? Выход есть!»;
 - «Как правильно применять эфирные масла»;
 - «Психологические причины заболеваний. Психосоматика»;
 - «Холодность. Ревность. Измены. Как восстановить гармонию в семье»;
 - «Роды: боль или наслаждение. Что выбираешь ты? 9 способов трансформации».

Древние славянские практики изменения сознания

- В 2012 году основан Интернет-проект «Видо». На его страницах изложен опыт и методы, проверенные личной практикой
- Создатель авторской методики подбора эфирных масел. Опыт применения фитотерапии с 1993 года
- Опыт Даосских энергетических практик с 2002 года
- Жена, мама четверых деток

Заключение

Работа со своими негативными эмоциями необходима постоянно. Если вы ничего не делаете, то, к сожалению, стресс быстро усиливается. Невозможно стоять на месте, либо вы идете вперед, либо катитесь назад, так работает сознание.

Предложенные методики просты для практики и дают хорошие результаты. Если Вы не можете решить проблему этими методами или хотите более глубоких результатов, приглашаю Вас познакомиться с методом кинезиологии «[Три в одном](#)», современным мощным средством трансформации сознания, основанном на древних знаниях.

У Вас есть возможность обратиться ко мне за [консультацией](#).