



ТИМУР ГИЛЬМАНОВ

ПОЛЮБИВ СТРЕССЫ,
Я ОБРЕЛ СЧАСТЬЕ

ПОЛЮБИВ СТРЕССЫ, Я ОБРЁЛ СЧАСТЬЕ

ТИМУР ГИЛЬМАНОВ

1. ОПРЕДЕЛЕНИЕ СТРЕССОВ, ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЕ
2. КАК ПРИНЯТЬ ТО, ЧТО ПРИНЯТЬ НЕЛЬЗЯ
3. В ПОПЫТКАХ ГРЫЗТЬ КАМНИ
4. СПЕШКА ИЛИ ЖЕЛАНИЕ МОМЕНТАЛЬНОЙ ВЫГОДЫ
5. ТЕХНИКИ И ПРАКТИКИ НА РАБОТУ СО СТРЕССАМИ
6. СОСТОЯНИЕ- ВОЗДУХ, СПОКОЙСТВИЕ, ДОБРОТА
7. ЭПИЛОГ



ГЛАВА 1

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СТРЕССОВ, ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЕ

Это будет интересная глава.

Для начала, коротко определение стрессов с моей точки зрения. Стрессы - это усиление внимания и концентрация, необходимая для развития человека с позиции его души (бессознательного). Это происходит только в том случае, если человек дезориентирован и не может определить своё нахождение в частотах мира, ему на помощь сразу приходят стрессы, болезни, неприятности, фобии, депрессии, негатив. Если человек страдает синдромом тупости, то он пытается бороться с этим, если он более-менее адекватен, то за это благодарит, принимает и видит, что любое зло - это неправильно понятое добро, что у Бога всё идеально и что из любой неприятности можно вынести много созидательного, гармоничного, много любви! Надо лишь немного постараться, немного поработать над собой и всё придёт.

Долгое время в синдроме идиота приводит к тому, что стресс становится хроническим, это в свою очередь приводит к болезням, вначале мягким, потом более жестким, если идиотизм доходит до крайней точки, то наступает "reset", то есть смерть.

При этом, так как мы ВСЕ без исключения идиоты, тупицы (это не 2 пиццы), мы все совершаем ошибки, просто этот этап жизни длится бессознательно у кого-то до самой смерти, кому-то везёт чуть раньше и человек пробуждается и осознает свою глупость... Важно понять, что без стрессов никак. Стрессы - это необходимое состояние для нас и наша задача лишь поменять к этому отношение.

Сейчас я пишу эту книгу находясь в Азии, во Вьетнаме и приведу пример вчерашней давности. Мы заезжаем в новую квартиру и нам сдают ключи, показывают её, вдруг на телефон женщины - риелтора звонок, звонит русская девушка, которая судорожно пытается что-то объяснить. Не получается, на что я говорю, дайте мне телефон, я попробую перевести. Это большой дом и оказалось, что парень выгнал свою подругу с вещами, без денег и обратного билета за порог и теперь не пускает её, у неё стресс, сильный, большой стресс. На что я ей коротко говорю - хорошо, я попробую подойти и вам помочь. Прошло немного времени и спустившись на её этаж её не оказалось там. Я начал проводить с ней мысленный диалог.

Я ей рассказал через душу, что она все равно выкарабкается и у неё 2 пути: первый путь пройти это через боль, через потерю, слёзы, сопли и мочу, второй путь - это проход, как приключение, как интерес и благодарность БОГУ за то, что просто по-другому ей было нельзя. Когда я её посмотрел через интуицию, то я увидел два образа: первый - это добрая шикарная девушка, а второй - это мужик в юбке, жёсткая и вскрывающая мозги окружающим истеричка. Вот ей и дали возможность начать соответствовать через этот стресс. Каким образом она может действовать и что я ей послал? Она может сейчас проявить своё женское, успокоиться, под это пойдет состояние действия и даже если ей с Родины не могут прислать деньги, то ей обязательно попадётся человек, который поможет или группа людей, так всегда бывает.

Но это приходит только от спокойствия, а если идти через переживания, то стресс только усиливается.

Основа счастливой жизни - это спокойствие. Опять же, нельзя это буквально воспринимать, мы все люди. У меня родился ребёнок, я буду радоваться, пить с друзьями, благодарить Бога, но это будет кратковременно, это не займёт больше 1 дня, а потом спокойный возврат на свою волну. Где у каждого своя частотность.

Но всё, что я написал выше - это скучно, лично для меня.

Меня интересует другой вопрос, который я ещё не встречал. Откуда идёт природа стрессов? Это то же самое, когда мы задаёмся вопросом, как появилось солнце, наша вселенная и прочее. У нас не хватит осознания и мерности восприятия, чтобы понять ответ на этот вопрос, однако я возьму

на себя смелость рассказать те миры, те ощущения, которые я чувствую, ощущаю. У меня нет доказательств этого, но есть чувства и твои вибрации, которые или будут резонировать или нет, а теперь вперёд, в главное и самое интересное! В то, что я могу делать и давать!

Итак, для начала дам образное описание. Стрессы - это, как цветки, пыльца, грубая форма, которую пчёлы через усердие перерабатывают. Без такой грубости, которая тоже между прочим может быть прекрасной, нет жизни, нет мёда и нашего спасения, так как если убрать всех пчёл и процесс опыления, то растения вымрут.

В нашем случае (даю то, что достаю из глубин и миров своей души) мы являемся такими же пчёлами, которые низкие частоты переводят в высокие, а точнее чертей делают ангелами. Да, не удивляйтесь, любая сущность, даже самая низкая стремится в Бога. Люцифер - сын Бога тоже стремится в Бога и его задача создавать преодоление, которое и вырабатывает любовь.

Мы люди, мы служители и мы создаём любовь. Вообще, человек - это уникальное создание, оно хрупкое как лотос, но твёрдое как камень. Оно стремится к свету. Вот ты сейчас думаешь, Тимур, ну как же так, начали вроде бы нормально, а сейчас ушли в какую-то эзотерику. Я отвечу, что понимание этого даст колоссальный скачок в твоей жизни, в развитии и любви.

Если ты будешь воспринимать свою жизнь исключительно с позиции души и понимать, что обилие твоих проблем не более, чем большое поле с цветами, которое можно превратить в тонны мёда, тогда всё ой как классно становится. Когда я ввёл это состояние в своё мировоззрение, то всё начало становиться легче и интересней.

Любой священник скажет, что много проблем у тех, кого Бог любит. Мне всегда хочется пошутить, лучше бы Бог меня не так сильно любил ахахаха :)) Но суть в том, что это истина. Особенно я начал понимать это в те моменты, когда я видел свои хронические проблемы и "нерешаемые" вопросы. Это значит О ЧУДО, что мёд можно вырабатывать постоянно! Да, можно включаться в Бога, в любовь и через эти самые стрессы выходить в такой уровень просветления, который Далай Ламам, сидящим в горах и отрешенным от мира, только снится.

Ибо, стать светлым и пойти в Бога в быту, где пробки, кредиты, разные проблемы и трудности гораздо сложнее, но из-за высоты градуса преодоления, гораздо мощнее наполняют нашу душу!

Мы переводим чертей в ангелов, это надо понимать.

Чем больше стрессов, болезней и проблем, тем более мощный человек на тонком плане. Я ГОВОРЮ - ЭТО ОТ ДУШИ и заявляю, что это так! Где всего два варианта или человек ломается, или работая над собой, становится сильным, успешным, богатым!!! Если сломался, НИЧЕГО

СТРАШНОГО, в следующей жизни будет успешным, я сейчас пишу и чувствую, что я мёртв и уже могу пощупать свою следующую жизнь... Которая, кстати, напрямую зависит от того, как я проживу эту и это состояние мне даёт столько любви, что мне её хочется передать через эти строки!

Я всегда говорил, что люблю больше всего тех, кто приходит ко мне из полного болота, у которого много болезней, стрессов, а главное есть "нерешаемые" проблемы и вопросы. Конечно, решить можно всё, но вы поняли... На данном этапе зависания человека они нерешаемые...

Такие люди наполняют этот мир, Бога и свет любовью так сильно, если работают, если развиваются и интересуются! Дорогие мои, я на вас молюсь, я вам поклоняюсь и знаю, что вы самые сильные Боги, которые только есть, просто ещё этого не поняли... Но поймете или при жизни, или после смерти :)

Стрессы на тонком плане формируют пути, которые указывают направления для высших сил, вот что мы с вами делаем, мы отработываем то, что у Бога нет программы на раздражение и это всё благодаря нам. Мы люди - мы будем страдать ровно до тех пор, пока будем живы, это факт, а значит мы компенсируем высшее...

В этом и есть наш смысл и миссия! И высшее благо для Бога, как я вижу - это полюбить боль, страдания и через любовь к этому выйти на уровень счастья. Да, полюбив это, всё уходит. А вот чем больше мы сопротивляемся, тем больше будет становиться.

Так что стрессы - это наше счастье, это наш мёд, только ещё переработанный, это настоящее состояние!!!

Я дал своё определение стресса в простой и понятной форме, однако, это лишь 0,00001% того, что ты можешь почувствовать и испытать внутри себя через Бога, через любовь и счастье.

Пробуй принять то, что стрессы - это лишь маленькая частичка, которая приходит к нам из глобального - от Бога и вселенной, а для нас порой стресс и боль становятся конечной точкой, мы закикливаемся на ней, отсюда и так сильно страдаем.

А теперь ты понимаешь, что это лишь часть, песчинка, а значит будет легче, будет уже проще. Да, даже, если ничего непонятно и ты не можешь вспомнить о том, что я написал, все равно почувствуй теперь себя и увидь, как оказывается можно!

Что наша жизнь - это великое свершение и мы с тобой переживаем великий момент. Кстати, понять это состояние можно ещё глубже, прочитав книгу Лука Крымский "я полюбил страдания", где он чётко описывает возможности души!

В следующих главах мы будем обсуждать техники, практики и проработку на глубоком уровне!



ГЛАВА 2

КАК ПРИНЯТЬ ТО, ЧТО ПРИНЯТЬ НЕЛЬЗЯ

Стрессы, боль, переживания и прочие зависания - это следствие отсутствия принятия и реальности. Когда мы живём искусственно, то наша жизнь, она как бы страдает, она нереальная, мы нереальные, нас нет!

Что это значит?

Ничего хорошего, это означает, что болезни и страдания будут накрывать нас до самого конца. Либо пока ты не прочитаешь эту книгу, посетишь несколько вебинаров, да, сейчас провожу маркетинг :) и уже после этого, к тебе придёт некое осознание, что принимать-то оказывается выгодно. Сопротивление бесполезно.

Да знаю я о чём ты сейчас думаешь, ну как же выбраться-то из этого дерьма?

Когда не хватает денег, отношений, низкая самооценка, вообще, куча заморочек. Всё это понятно, мы все проходим одно и то же. Где самое главное, как я вижу - это не выход из этой ситуации, а стяжание любви, принятие того, что всё по подобию, отказ от желаемого за счёт активизации внутренних состояний, которые и есть причина получения желаемого.

На самом деле, когда мы очень сильно чего-то хотим, то мы тратим всю свою силу на получение желаемого, а в итоге если и получаем, то такой ценой, что лучше бы оно не приходило. Да, для многих это будет переворотом сознания, ибо большинство привыкло мыслить категориями случайности.

А теперь, подробно про каждый этап, который я описал выше.

Выход из ситуации, её решение или всё же любовь?

Да, к 33 годам я полностью оформил ощущение того, что всё в жизни НЕОБХОДИМО рассматривать исключительно с позиции души. Наш мир - это иллюзия, это игра и глупо с этим спорить. А значит, даже волос с головы человека не падает без ведома Бога, а значит, что везде заложен смысл и состояние. Я скажу по своим ощущениям, что человек - это величайшее создание и одно из самых низменных в этой вселенной. Величайшее, потому что на нашей энергетике Бог строит галактики, да, невидимым образом считывается то, что мы чувствуем, это как мёд для вселенной. При этом, кто-то (а точнее большинство) работает на энергетике низких частот, Люцифера, кромешного мира или как тебе больше нравится. Сейчас мы уходим немного в эзотерику, но это не так, я лишь описываю то, что сам чувствую и вижу, а значит читая эти строки, твоя задача принимать это лишь, как возможность стать легче, заземлить это и начать ПРОЦЕ ОТНОСИТЬСЯ К ПРОИСХОДЯЩЕМУ, чем легче, тем эффективней всё пойдёт.

Мы все хотим выйти из проблем, из своего цикла, это глупости! Надо там остаться! Но это нельзя буквально воспринимать. Я говорю про принятие, в этом надо остаться ровно до тех пор, пока это потребно душе, взять лучшее и выход - это есть не более, чем РАЗВИТИЕ ЛЮБВИ в тот момент, когда тебя судьба бьёт палкой. Да, я говорю, это точно так!

Как это сделать самым простым способом? Каждый раз, когда плохо, говорить себе и ЧУВСТВОВАТЬ внутренне то, что ты ленивая скотина и ничего не хочешь делать, да, говорю прямым текстом. Ничего не хочешь делать и ничего из себя не представляешь, а значит с тобой по-другому нельзя, а значит, если ты хочешь выйти из уровня «ленивая скотина», то начинай-ка

работать над собой и лучшим способом тут является «палка», которая бьёт по спине. Если ты начнёшь к этому относиться исключительно с позиции БЛАГА, начнёшь по внутреннему ощущению ВЕСТИ ГЛУБОКИЙ ВНУТРЕННИЙ ДИАЛОГ и задавать вопросы от созидания, то случается чудо!

Вообще, меня радуют наши люди, которые приходя на консультации или на вебинары пишут, что к ним приходят осознания, что они недостойны или, что они портят эту жизнь или ещё чего, но редко-редко, кто говорит: «вау, я осознала, что надо принимать, с утра делать практики, благодарить и вообще, проще относиться к происходящему, вау, как же меня вштырило с этой идеи»...

Вот видишь, как можно перейти из уровня отрицания и через плохое начать переводить жизнь в хорошее.

Тогда оказывается, что всё логично.

Большинство до сих пор удивляется тому, что у них в жизни сплошная дыра, они удивлены. А чему тут удивляться, всё же закономерно, СВЯТО МЕСТО ПУСТО НЕ БЫВАЕТ! Всё у Бога идеально, лишь отношение нас подкачивает. Как только это начинаешь понимать, принимать, а главное видеть не от моих строк и «идей», а от себя, изнутри, то сразу хочется отказаться от решения и своих хотелок, а перейти на уровень ЛЮБВИ, да, на уровень БОГА и много получать удовольствия от происходящего.

Я надеюсь, что нашёл ключик к твоему сердцу и теперь станет легче, а главное интересней!

Немного о стяжании любви.

Ксения Петербургская говорила, что в этой жизни нет ничего важнее, чем Бог и любовь. Нет ничего важнее! Всё первично именно оттуда, а здесь мы лишь обогащаем опыт Бога своими страданиями. Если мы начинаем это принимать и любить страдания через принятие и понимание ради чего они и для чего, то автоматически всё становится в унисон. Автоматически всё начинает решаться само собой. Ой как непросто будет сейчас - но мы в жизни ничего не решаем, решает лишь наша душа!!! Да, любые попытки контролировать жизнь, как-то в неё глубоко и жёстко вцепляться обречены на провал!

Чем больше я переживал и пробовал менять реальность, тем больнее становилось, ты можешь попробовать! Я же не против) Пусть будет ещё одного танцора на граблях больше...

Отказаться от желания в угоду внутреннему.

Есть одна формула исполнения желаний. О ней уже кто-то говорил. Это пожелать и отказаться. Это уже было слышно. Но я ещё не слышал, когда говорят пожелать и отказаться от желания через любовь! Это значит понять, что отсутствие в твоей жизни желаемого - это есть истинное счастье и благо, так как "ленивая скотина" всё испортит иначе. Вот что важно понимать. Как только искренне принимаешь то, что болезнь, одиночество, неприятности будут до конца дней и ничего с этим не поделаешь - это сразу включает процессы на изменения. Ибо, основа не то, что происходит вокруг, а то, что происходит внутри!

Я думаю, что это ещё ляжет в процессе прочтения книги.

Категории случайностей.

Многие из нас настолько несистемны, что нечему удивляться. Все беды и проблемы прогнозируемы. Достаточно один, два дня походить на негативе и жди. А если это длится годы? Как потом вытаскивать человека, поэтому, лучше предупредить заранее, чем ждать пока грянет гром.

Уборка из жизни случайностей, чёткий прогноз будущего, видение того, что произойдет, что сделать невозможно, так как всё в руках Бога. И одновременно с этим представить хотя бы на каплю, дать во вселенную хотя бы маленький посыл того, как ты хочешь - это уже 50% успеха! Осознай это!

С этим надо работать, включаться в систему видения будущего, без этого стрессы не убрать НИКАК. Это придётся понять. Поэтому, я даю такой большой упор дисциплине, видению жизни на 130 лет, но теперь я обогащу эту практику - до 1000 лет видения своей жизни. Можно также добавить видение будущих воплощений. Вообще, если убрать случайности и перестать надеяться на авось, а просто начать жить системно, где система и дисциплина - это синонимы слов любовь и уважение к самому себе - тогда будет сила!

В 2017 году будет тренинг дисциплина, более подробно узнай на сайте timurgilmanov.com

Так как ПРИНЯТЬ ТО, ЧТО МЫ ПРИНЯТЬ НЕ В СИЛАХ.

Отвечу правдой - пути Господни неисповедимы.

Здесь каждый сам себе автор и учитель! А значит, каждый сам найдет для себя свой вариант. Я лишь скажу то, как сам вижу. Мне помогает осознание того, что всё невечно и если мне это дали, значит это будет влиять на будущее и чем больше любви, счастья и гармонии, Бога и принятия, душевного спокойствия и мужественности, чёткости и доброты я заложу в каждую секунду того процесса, когда я принять не в силах, когда мне хочется стать девочкой, убежать, разрыдаться, закрыться, но я всё же остаюсь в себе и не смотря ни на что БЛАГОДАРЮ И ЛЮБЛЮ БОГА И ЖИЗНЬ, тем более целостным, гармоничным и счастливым станет моё будущее.

Я понимаю и принимаю, что иначе сейчас со мной нельзя, иначе до меня Бог не достигнет, я отдаю себе отчёт в том, что мне это во Благо, просто я ещё не понимаю этого, я ещё до сих пор в голове торчу и вместо любви и доброты хочу комфорта и чтобы СЛУЧАЙНО и НА ХАЛЯВУ мне пришло счастье. А так не бывает.

Обрати внимание, я лишь описал 0,00001% того, что ты можешь почувствовать и то, что я чувствую, всё гораздо глубже. Слова лишь направление, чувства значительно мощнее. Слова всегда пусты...

Принимать всё равно придётся. Это произойдет или в этом воплощении жизни или в следующем. Я не знаю, это тебе решать. У нас есть возможность меняться, мы можем быть чуть наглее к нашему негативу и через уверенность в себе нести свет внутрь себя. Пожалуйста, прочитай это сердцем, душой!

Я уверен, что теперь пазлы по поводу стрессов и происходящего вокруг тебя станут ещё более созидательными!

Далее будем изучать "камни" и "осколки", но это в следующей главе.



ГЛАВА 3

В ПОПЫТКАХ ГРЫЗТЬ КАМНИ

Корнем стрессов является бессилие.

Мы хотим прогнуть этот мир и получить желаемое, что как бы кажется нам нормальным. Вспомни все свои хотелки, над которыми ты бьешься уже годы, но всё никак не можешь получить. У каждого будет своё. Это как бы даже нормально - это есть жизнь, но это как пытаться грызть камни, только зубы испортишь.

У Бога всё идеально и когда я начал замечать, что мои хотения никак не реализуются, то я понял, что вопрос не в давлении, проломить стену головой всё равно не получится. Вопрос или в постановке цели, или в том, как к этой цели прийти простым и понятным способом.

А теперь, подробнее.

Постановка целей.

Давайте, сразу станем честными, что большинство наших желаний как-то совсем и не наши.

Возьми свои желания и мысленно сейчас налево поставь истинные, а справа ложные, можешь сделать наоборот. Посмотри, а где больше, где меньше. Это сразу будет ответ бессознательного. Где мы должны для себя понять, что желание получить квартиру - это ложь, для нашей души главное полюбить то, что мы имеем и перестать портить воздух своим неприятием и злостью... Агрессией...

Когда это произойдет, то душа сформирует новую квартиру как-то быстро, легко и в удовольствии! Или женщина хочет, чтобы её любили и ценили в семье, чтобы её мужчина относился к ней, как к женщине, а не ноги об неё вытирал. Это ложь! Это не то, что ей надо. Её душа хочет, чтобы она обрела свою самореализацию, начала заниматься собой, ПЕРЕСТАЛА ОТКЛАДЫВАТЬ СЧАСТЬЕ ИЗ-ЗА ТОГО, ЧТО НАДО СТИРАТЬ, ЗАДНИЦЫ ДЕТЯМ ВЫТИРАТЬ, БЕГАТЬ И НЕРВНИЧАТЬ, ВСЁ КОНТРОЛИРОВАТЬ! Как только она это сделает, мужчина просто на руках её будет носить.

Вот что такое правильная постановка целей.

Или ещё один пример, чтобы точно дошло. У меня с самого рождения учащенное сердцебиение, горячая печень и повышенная потливость, я хотел раньше, чтобы всё это прошло, и я ошибался. Я человек очень эмоциональный, экспрессивный и эти "болячки" на самом деле, лучшие друзья мои - всего лишь потребность моей души в том, чтобы благодаря им я изменился, научился принятию, душевной доброте, включился в Бога и каждый раз, когда чувствовал потливость успокаивал бы своё сознание, сердце, благодарил бы и убирал спешку. Вот, что хочет моя душа.

У БОГА ВСЁ ИДЕАЛЬНО!

Правильно поняв ситуацию, разложив её на полочки и рассмотрев свои желания с позиции души, пересмотрев их, мы можем ОЧЕНЬ БЫСТРО и ЛЕГКО достигать то, что хотим.

При этом, не надо думать, что получится сразу...

Ко всему необходимо подходить с позиции игры, чем больше мы играем, чем больше включаемся в жизнь через интерес, тем лучше и мощнее будут результаты!

Каждый наш шаг - это игра.

А вот грызть камни и жёстко цепляться за свои желания - это самое глупое и неразумное. Но мы так все делаем и не понимаем, а почему же не получается у нас нормально и счастливо жить! Почему же мы такие неумелые и сил ни на что не хватает. А потому что пытаемся пробить стену головой...

У головастика сразу возникает вопрос, а что же делать? Я дам самый мощный инструмент, самый простой и самый сложный одновременно, так как он требует нетривиального подхода. Когда у тебя сложилась трудная и непонятная ситуация в жизни, когда ты не знаешь, как действовать, жить и

включаться, но тебе бы хотелось поменять ситуацию, то самое лучшее - это сказать себе внутри, в сердце: "Бог, я сейчас бессилен и не знаю, что мне сделать, поэтому, я отпускаю всё то, что происходит, пусть оно разрешится само, ибо я не знаю и не понимаю, я нажимаю на паузу сейчас, пусть всё произойдет само". Высказав это, необходимо максимально абстрагироваться от происходящего, можно даже на месяц взять отпуск, ничего страшного не произойдет. Но если это сделать и не замерять, а получится ли оно или нет, а подойти с позиции души и внутренне попробовать полюбить, включиться в жизнь, начать благодарить и развивать душу максимально, как получается, то всё случится лучшим образом.

Если так сделать и сидеть замерять, переживать из-за своего уютенького домишки и много париться, то ничего не выйдет. Это закон, не я его придумал, он был всегда, я лишь начал наблюдать его.

Когда не фартит, а со мной это длилось годами, я постоянно совершал одну ошибку - я много ругал себя и расстраивался, я много накручивал, что я какой-то не такой, сравнивал и это было ужасно.

Только спустя годы я понял, что это была потребность души и если бы не это, то я бы не стал тем, кем я стал, я бы не получил никакого опыта. Поэтому, если не фартит - кайфуй от этого, это потребно твоей душе, чтобы ты обратил на неё внимание и понял главное - всё то, что тебе хотелось и было причиной расстройства - это лишь вторично. Ты переживал из-за красивой упаковки, вместо того, чтобы скушать эту прекрасную конфету, которую тебе дали. Да, упаковка была прекрасной, но она несъедобна!

На правильной постановке целей все летят.

Для меня это удивительно, но до сих пор мы переживаем из-за того, что не знаем, чего себе желать и какие цели ставить. Так вот, я скажу, что у нас одна цель - это Бог, это любовь, это счастье, это богатство, это радость и это удовольствие.

Только про удовольствие много, кто говорит, но забывают сделать добавление. Удовольствие ОТ ВСЕГО!!!

Да, когда плохо - быть счастливым.

Когда хорошо - быть счастливым!

Удовольствие - это процесс принятия жизни, а не когда мы на пляже пиво с крабами лопаем.

Если ты не знаешь, чего хочешь, то поставь перед собой задачу начать получать счастье от всего, что творится вокруг, поставь задачу включиться в подумал-сделал, подумал-сделал, почувствовал - реализовал. Тогда будет драйв, да, ты начнёшь уставать и даже сейчас я пишу эту книгу, хотя сегодня весь день работал и был занят и на моих часах уже час ночи, но знаю, что мне ещё

осталось 6000 знаков, я хочу это сделать, хотя глаза слипаются и я сделаю это и буду счастлив от этого, вот что такое подумал- сделал, это доступно каждому, это когда льётся всё изнутри, это когда идёт свет внутренний. Тогда у тебя не будет вопросов по постановке целей, так как всё будет приходить само по себе, как-то легко, гармонично!

Неправильно поставленные цели рожают бессилие, что даёт очень грубые частоты внутрь человека, он становится озлобленным, агрессивным, он не принимает и не любит себя совсем. Это хуже не придумаешь. Что с этим делать и с чего начинать?

У меня на всё есть универсальный ответ - Пути Господни Неисповедимы, это значит, что нет никакой единой формулы, всё у каждого своё. Слушай себя и сейчас попробуй пересмотреть то, как ты грызёшь камни и скажи себе, а что ты хочешь вместо этого? А какие такие НАСТОЯЩИЕ желания испытывает твоя душа, когда даёт мучения и блокировки.

Когда я начал любить боль, проблемы и неприятности, когда я начал видеть в них лучшее, то начали меняться и ситуации.

Не зря, наверное, говорят, что враги - это наши самые лучшие друзья, ибо только они помогают нам развиваться. А свои, те, с которыми мы квакаем в одном болоте, наоборот, будут очень огорчены, если ты из болота перейдешь в небо, их то там рядом не будет. Вот и будут они всячески тебе в колёса палки вставлять, чтобы ты был с ними, но это происходит только в те моменты, когда мы развиваемся без любви.

Пойми, что любые нехватки и ограничения - это ЛЮБОВЬ, только очень грубая такая, хлёткая, и если мы начинаем через ограничения развивать главное - ДУШУ, ЛЮБОВЬ, БОГА, то всё как-то сразу решается и становится на свои места.

Я скажу по ощущениям, что душа многофрактальна, она совсем нелинейна, и проходя уроки, внутренние состояния- мы проходим физические изменения.

У меня уже давно выработана формула: преодолеть внутри- означает преодолеть во вне. Ровно до тех пор, пока ты переживаешь из-за внешнего и переживания съедают всю энергию, которая должна быть направлена во внутреннее, ровно до тех пор ты будешь страдать и ничего не будет получаться. А как только вниманием пройдешь в душу, начнёшь там меняться, получать удовольствие и кайфовать, начнёшь благодарить то, что с тобой сейчас происходит и желать, чтобы это осталось до конца дней, ибо СЕЙЧАС ТЫ МОЖЕШЬ ТАК ГЛУБОКО БЛАГОДАРЯ ЭТОЙ СИТУАЦИИ УВИДЕТЬ СЕБЯ, ПРОНИКНУТЬ ВНУТРЬ И СОБРАТЬ ВСЕ ПАЗЛЫ ВОЕДИНО, тогда наступает ВОЛШЕБСТВО, всё меняется, БЛИН...

Пожалуйста, услышь меня, я просто от сердца пишу и даю то, что мне даёт Бог и благодарю

вселенную за такую возможность!

Вот так происходит процесс получения желаемого, нетривиально, не прямолинейно и директивно.

Это происходит через Бога, через душу, сердце и любовь.

Когда внутри приходит успокоение и уже хочется ГЛУБОКО ощущать свои состояния и гармонизировать себя, тогда и начинаются настоящие подвижки!

Как приходить к своим желаниям простыми и понятными способами?

Делается это просто. Через изменение своего отношения и фокусировку внимания в душу, в любовь и за счёт этого плавная трансформация подумал-сделал в быту, жизни и дальнейшая гармонизация происходящего вокруг. Теперь, по-русски: научиться делать свою жизнь лучше в мелочах, дисциплиной доводить дела до конца, гармонизировать те процессы, которые раньше были негармоничны - вот ключ, который плавно приводит нас к тем желаниям, которые наши истинные, где квартиры, машины, богатство, секс, любовь, дети, путешествия - это лишь дополнительный бонус нашего правильного поведения, нашего верного отношения к происходящему.

Да, я немного повысил градус и поэтому, кажется, что сейчас мозги уже начали плавиться от концентрата информации, но тут я прошу тебя сфокусироваться на настоящих изменениях и начать себе задавать созидательные вопросы: а что мне надо сейчас улучшить в своей жизни, в машине, на рабочем столе, в компьютере, в волосах, и как потом это улучшение повлияет в долгосрочной перспективе на всю мою жизнь?

Искусство задавать себе правильные вопросы - это целая наука, это мир!

Ко мне часто приходят с вопросами: "а почему он меня бросил", "а почему я не могу полюбить себя" и другими опилками, которыми забита голова человека. Это что такое вообще?

На эти вопросы нет и никогда не будет ответа! В них можно похоронить себя.

И так редко приходят люди, которые говорят: "Тимур, мне сейчас так больно, он бросил меня, мне не по себе, но я кажется начала понимать, что была такой ничтожной, мелкой, всего боялась, а ещё во мне было много неуверенности и то, что он меня бросил сейчас послужило огромным стрессом, с помощью которого я осознала, что мне надо начать меняться, но пока что я не знаю с чего начать, помоги, пожалуйста". Вот когда такая постановка вопроса и целей стоит, мне хочется

обнять человека и сказать: "Дай я тебя поцелую, я тебя ЛЮБЛЮ, ты большущая молодец, у тебя всё получится очень скоро, начнём с простого..." Вот где корень.

Умение быстро приходить прямым и простым направлением до своей цели - это умение задавать себе СОЗИДАТЕЛЬНЫЕ вопросы! Только так можно познать свой путь и найти своё личное, настоящее, целостное!

Это преодоление, это кайф.

Даже сейчас я пишу эти строки в уже почти обморочном состоянии, потому что дико устал, но не могу оторваться, это преодоление идёт и я знаю, что стресс преодоления в 10000000 раз слабее и меньше, чем УДОВОЛЬСТВИЕ и СЧАСТЬЕ от результата, который приходит после. А уже этот результат становится новым процессом преодоления, где идут новые вершины и уже кажется, что наплевать на результат, наплевать, как оценят эту книгу и эти строки, важно другое, как же я сейчас счастлив сам с собой, что могу выдавать из себя то, что мне дают высшие силы!

Вот примерно, похожий алгоритм ты можешь использовать и в своей жизни, прочитай эту главу ещё раз, я знаю, что она даст тебе вдохновение, много новых осознаний и как-то само всё начнёт разрешаться. Это сама жизнь!

Когда становится всё просто и понятно - это работает!

Теперь, после этой главы, я уверен, что ты полностью начнёшь заботиться о своих зубах и перестанешь грызть камни, щебенку, песок, и вместо этого перейдешь на уровень Бога, любви и внутреннего, где гармонизация ощущений и отношения к происходящему - это будет первопричиной того, что начнут исполняться желания, я даже больше скажу, что при таком подходе ты получаешь порой в 10000 раз лучше, чем ожидал и всё это лишь благодаря спокойствию, принятию, глубине души, мысли, осознанности, где ты не ведешься на внешнее, на глупости, где нет переживаний и предрассудков, но где есть чистота, любовь, счастье, гармония и целостность!

Итак, в следующей главе мы рассмотрим процессы скоростей и сдерживания, которые тоже в значительной степени влияют на уровень стресса в твоей жизни! А сейчас пропусти через сердце эти строки и пусть всё у тебя получится легко!



ГЛАВА 4

СПЕШКА ИЛИ ЖЕЛАНИЕ МОМЕНТАЛЬНОЙ ВЫГОДЫ

Я официально заявляю, что стрессы - это порождение спешки. Да, спешка - это порождение отсутствия системы, а это есть желание слона за раз скушать. А это невозможно, в итоге включается самокопание, недовольство и порождаются стрессы!

С этим придётся работать.

Как отключить спешку, когда мы так привыкли всё делать на авось, спешить, суетиться и не представляя из себя что-то, желать получить то, на что мы не имеем права?

Я приведу пример. Меня начала атаковать одна женщина, которая в слабости и бессилии сейчас. Что случилось? Она деградировала всю свою жизнь, занималась только тем, что следила за внешностью, но совсем не развивала внутреннее, в итоге к 50 годам она из себя представляет ноль, она привыкла только потреблять, но ничего не давать взамен, хотя могла бы. Когда я говорю ноль, я не хочу никого оскорбить, обидеть, я лишь обозначаю соотношение Ее внутреннего потенциала и фактической реализации в жизни. В итоге её муж ушёл к молодой женщине и она мне давай написывать, что её задача - это снять колдовство с мужа, помоги и да будет счастье тогда!

Она совсем не готова принять то, что с ней произошло - ЭТО БЛИН НЕ СЛУЧАЙНОСТЬ, ЭТО ЗАКОНОМЕРНОСТЬ ЕЁ РАЗВИТИЯ. Где её, как котёнка ткнули носом в собственные экскременты.

Понимаете о чём я?

А она нет.

У неё зомби в голове, что ей надо вернуть мужика, она не готова рассматривать это с позиции любви, Бога и ДУШИ, СВОЕЙ ДУШИ! При этом, она не считает себя вампиром, она себя считает жертвой, она думает, что вернув всё обратно, пойдет счастье. НЕ ПОЙДЕТ.

Вот как работать с такими людьми? Как им объяснять происходящие процессы, когда у них зомби в голове?

Это есть спешка, это есть непринятие.

В итоге, она промучается несколько лет и потом поймет, что ей надо раскрывать свой потенциал, сейчас на этой боли она может сделать многое, но только если не обнулит это всё неверным вниманием. А сейчас оно неверно и человек ничего при этом не слышит.

Мне всегда вспоминается кино "Москва слезам не верит", вот там яркий пример того, как энергетика стресса может помочь.

Научитесь к концу этой книги ко всему подходить с позиции души, тогда все вопросы уйдут.

Тогда совсем не будет никаких сюрпризов, ничего не будет удивлять...

Вот на этом примере можно многое понять для себя.

Я даю такую формулу: тебе плохо, ты спешешь, у тебя стресс, но ты пробуешь переключаться, благодарить, принимать, любить, а как был стресс, так и остаётся, но ты всё равно пробуешь и делаешь это, а он как был, так и остаётся, но ты пробуешь и продолжаешь, но стресс всё равно есть, так вот - именно в этот момент формируется твоё счастье, просто формируется лишь в невидимом пространстве, но потом проявится и в жизни. Да, это работает. Просто у многих не хватает принятия этого и банального терпения. Тот, кто умеет ждать и терпеть всегда выигрывает. Хоть мне и не нравится слово терпение, но я его здесь употребил и мне кажется, что в данном контексте оно уместно.

Я хочу, чтобы стало понятно, - работающие инструменты психологии - это те инструменты, которые ПРОСТЫЕ, но это не означает, что их можно сразу понять, хотя они и простые. Напоминаю, что мы достаточно долгое время были заточены на поиск сложных, замороченных инструментов, поэтому ПРОСТО нам кажется как-то примитивно что ли и от этого идёт непонимание.

А я хочу, чтобы мы всё упростили, сделали максимально понятным.

Пусть к концу этой книги у тебя придёт понимание и принятие своих недостатков, стрессов, негатива! Пусть это всё начнёт проявляться...

Итак, теперь переходим к практикам и осознаниям.

Сейчас надо взять ручку и бумагу.

Возьмём основные 6 сфер жизни:

здоровье

любовь/секс

коммуникация с миром, собой и Богом

самореализация/работа

богатство

Семья

Теперь, ты выписываешь напротив каждого пункта, а где идёт стресс, что не получается, где тебя "драконят", где раздражают, где постоянное напряжение, которое проявится завтра или послезавтра или через неделю. НЕВАЖНО. Всё, что идёт не так.

Далее, с нового осознания посмотри, а на что это направлено в твоей душе, то есть, что ты такого не доделываешь раз это проявляется вновь и вновь.

Да, выпиши, что хочет душа, на что она направлена, что должно измениться внутри и главное, как ты это будешь делать?

Для упрощения напишу свой пример:

а) Мне нужно было переехать от родителей, но я никак не мог, вроде даже деньги были, но всё равно никак не срасталось, то жаба придушит, то ещё комфорт, но внутри я деградировал и очень хотел переезда. В итоге, я начал рассматривать с позиции души и увидел, что меня здесь держат только лишь потому, что я ещё обидчивый, как девочка, имею претензии к маме с папой, боюсь ответственности и чуть что, сразу в кусты убегаю. Начал с этим работать и всё как-то пошло совершенно в другом направлении, а через 6 месяцев незаметно я переехал. Я даже не понял как.

б) У меня были зависимости, разные. Когда я пробовал с ними бороться напрямую, то они только усиливались, но когда я начал понимать, что они обнуляют мой потенциал из-за того, что моей душе нужно ВИДЕНИЕ БУДУЩЕГО НА 130 ЛЕТ, нужна системность, дисциплина, порядок, гармония во вне и внутри и тогда просто не захочется больше зависеть от чего-то, и начав работать над этим, пошли процессы.

Твоя задача сейчас взять и через любовь, Бога, осознанность включиться в это всё, а значит увидеть, на что направлено, а точнее на какую часть души это действие, что оно хочет показать тебе, где РЕАЛЬНОСТЬ и потом подумать, как ты с этим будешь работать, что ты с этим будешь делать? Вот задача...

В помощь здесь пойдут наши техники, практики и другие осознания.

Надо разобрать все сферы жизни, посмотреть с позиции души, понять, что душе-то потребно, и отказавшись от своего желания, которое никак не приходит СОГЛАСИТЬСЯ проработать это внутри через сердце. Ты увидишь, что захочется стать добрее к себе и людям, захочется включиться в принятие, спокойствие и так далее...

Разве это сложно?

На чём сейчас все полетят? Просто разобрать проблему и понять, что всё плохо - это ни о чём, тут надо понять, что с этим делать внутри, как работать. Конечно же, без помощи у большинства возникнет ступор, а значит я даю такой инструмент - сфокусируйся на ЛЁГКОСТИ к тому неприятию, которое ты испытываешь от внешнего. Это принимается? Начиная просто желать себе любви, главное работай над этим. Ну, а если совсем не выходит, то приходи на вебинары, тренинги, записывайся на консультации, это лучший способ не изобретать велосипед, а сделать всё от любви!

Поднимись и сделай, это твоя жизнь, ты увидишь, какие чудеса приносит эта техника. Только, это не чудеса, это закономерность, которую к концу книги ты прочувствуешь, поймешь и всё у тебя получится! УРА:)



ТЕХНИКИ И ПРАКТИКИ НА РАБОТУ СО СТРЕССАМИ

Без этого пункта никак.

НИКАК!

Услышь меня, если ты планируешь вылезти из болота, то без делания практик это сделать нельзя!

Точка и сто тысяч восклицательных знаков. Этому пункту я дам отдельное внимание и подробно опишу всё, что сам знаю и всё, что сам использую!

Я фанат бокса, очень люблю этот вид спорта, это целая философия, это шахматы, я занимаюсь им давно и постоянно изучаю новое, с разными тренерами и каждый тренер даёт мне особые знания, так вот, после работы с одним мастером, всего лишь за одну тренировку я понял о движениях, о рычаге, о переносе энергии больше, чем за все годы! Как это вышло? Правильная техника, весь бокс - это просто техника. Правильно поставленная она даёт чудесные результаты!

Тоже самое здесь, постоянная модернизация техник, практик, их улучшение, дают новые состояния, моделирование их включает тонкий план, из "я ничего не чувствую - в я ощущаю", далее, это переходит из искусственности в уровень состояния. А теперь подробнее по каждому из пунктов.

МОИ ЛЮБИМЫЕ ТЕХНИКИ.

У меня их много, каждый раз я их модернизирую, ощущаю по-другому, потом отказываюсь, перехожу на новые, делаю это играючи, как бы в юмор. В предыдущих книгах я описывал то, что со мной происходило, когда я сталкивался с высокими частотами в те моменты, когда находился в низких и что со мной было, как я с этим работал и прочее. Прочитай и поймешь.

Правило, которое я хочу, чтобы стало тебе понятно - У ТЕБЯ СВОЙ ПУТЬ, НЕ МОЙ И НЕ ЧЕЙ-ТО!
В интернете сейчас тонна тех, кто чему-то учит и рассказывает и это КРУТО, это даёт всем развитие, однако, среди них, много тех, кто развивая деградирует, и это происходит только потому, что мы мало слушаем себя и не учимся верить душе, доверять Богу, служить свету и учиться любви. Мы хотим комфорта и ради этого готовы на всё. Вспомни предыдущую главу про ту женщину, ведь она душу дьяволу отдаст ради возвращения мужа, но только не поменяется внутри... Вот это я хочу, чтобы стало понятно. Поэтому, читая дальше эти строки, ДУМАЙ, ЧУВСТВУЙ, УЛУЧШАЙ ВНУТРЕННЕЕ, а также находи свой стиль, а не мой. Я лишь винтик в твоей вселенной.

Итак, основа техник и как их правильно выполнять:

1) начинаем с того, что мы желаем себе, к примеру, спокойствия и доброты, мы это желаем в сердце, в грудь

2) начинаем делать какую-то модель, которая формирует ЭНЕРГЕТИКУ, направленную на наше желание, и наблюдаем

3) благодарим Бога и говорим, пусть будет так, как будет лучше для меня и так, как ты считаешь Бог, я доверяю тебе, я знаю, что всё у тебя идеально, я благодарю 1000кратно сам факт того, что я сейчас ЧУВСТВУЮ вне зависимости от того хорошо это или плохо

4) переключение и НЕЛЬЗЯ делать замеры, а что там произошло, получилось ли или нет!!!

И ещё, делайте всё это играючи, пофигистично и получайте удовольствие!!! Чем больше любви и удовольствия мы закладываем в каждую секунду жизни, тем более наполненной она становится!

Вот 4 пункта, которые дают правильное выполнение любой техники! А вообще, всё это вопрос фантазии, можно придумать так, а можно по-другому. Например, когда я хожу на групповые занятия по спорту, то я говорю: я желаю себе богатства и с каждой каплей пота, которая выделяется рядом с находящимися здесь людьми, я становлюсь богаче, далее, я лишь наблюдаю за тем, как идёт с них и с меня пот, делаю это играючи и через игру получаю радость в душе!

Вот такой фирменный подход к техникам обеспечит их наилучшее выполнение + шикарный результат, только есть нюанс.

Спустя какое-то время, этого нельзя добиться сразу, ты настолько глубоко погружаешься в себя, что желания уходят на второй или даже пятый план, но первым становятся ДУША, ЛЮБОВЬ, ВНУТРЕННИЕ ОЩУЩЕНИЯ и тогда начинается такое волшебство!

Смотри, чем больше мы зависим от желаний, тем более неестественно мы делаем техники, практики, подходим к процессу, а значит меньше всего получаем результаты. К примеру, возьмем ту женщину, у которой муж ушёл, если она всё-таки включится, у неё пойдет любовь, осознания, она откажется от него, поняв ГЛАВНОЕ, что это ей дали, чтобы она начала раскрываться, она сфокусируется на раскрытии и всю свою дурь, боль и обиду направит в созидание и сделает из этого конфетку, то он моментом придёт, но скорее всего, он ей уже не будет нужен... У неё появится другой, то есть отказавшись от запорожца, она пересядет на мерседес. А может и

простит, но став другой, у них и отношения станут другими. Вот это сила и это требует ДУШИ, БОГА, ЛЮБВИ внутри, чтобы так всё пошло.

Как дойти до такого уровня? Через процесс, я признаюсь, что ещё сам не до конца включился в это и так живу, я всё равно немного зависаю на желаниях и немного переживаю, если вдруг они не получатся. Но Слава Богу, с божьей помощью процесс идёт, пусть медленно, но мне как-то и так хорошо, спешка уходит, счастье приходит.

Тебе важно понять, что даже изучив самые сильные практики и техники, познав самое сакральное - это может забрать твою душу и наложить проклятье на весь род на много поколений вперёд, если нет принятия того, что сейчас идёт не так.

Почему многие люди страдают? Ответ прост, слишком сильно зависимы от желаний, и так сильно их хотят, что готовы ради этого сделать всё, душу дьяволу продать, преступление совершить. Однако, человек не понимает, что это как употребить наркотик, который сразу даст серьёзное и пожизненное заболевание, которое сократит жизнь и потом ещё потомки им будут болеть, так как им это по воздуху передастся.

Я говорю прямым текстом, только отказавшись от желаний в угоду развития души и Бога, мы получаем в 1000 раз больше, чем хотели, это касается всего. Отказаться проще всего через принятие, многократную благодарность, включение видения хорошего, вообще, всего того, о чём я рассказываю в книгах, в блоге, на ютубе. Всё это шикарно работает и даёт мощнейшие результаты!

Но здесь нужна определенная включенность, сила, доверие Богу и понимание того, что всё идеально. Это как в моём процессе, я пишу книги и знаю, что с них ничего не заработаешь, но мне на это наплевать, я пишу их для себя, моя душа поёт в этот момент, я развиваюсь, я делаю это ДЛЯ СЕБЯ, а значит делаю это НАИЛУЧШИМ ОБРАЗОМ, а значит это наполнит тебя в 1000 раз круче, чем если бы я писал под конъюнктуру, то есть если бы выдавал поп- продукт, то, что ждут. Поп - продукт выдавать проще всего и он легко кушается, но он не меняет мир и не развивает автора, а мне интересно своё личное развитие - это моя основа. Все те, кто будут читать эту книгу - это лишь маленькие винтики в моей огромной вселенной, как и я маленький винтик в ТВОЕЙ огромной вселенной. Вот этим примером я хочу показать, что ТВОИ великие дела и свершения

будут делаться только тогда, когда делаются в душе, внутри тебя.

Признаюсь, я бы всё равно писал эту книгу так, как это делаю, даже если бы никто её не прочитал. Это потребность моего сознания, души, Бога внутри меня.

Вот точно таким же образом надо делать техники.

Конечно, будут этапы, когда ты делаешь техники ради комфорта, ради того, чтобы боль ушла или что-то хорошее пришло. Я так тоже жил и делал. Это нормально, но ненормально, если это будет длиться вечно! Ненормально, если ты в этот момент слишком зациклен на своём уютном домишке, на комфорте и хочешь, чтобы только там было круто!

Итак, алгоритм техник я рассказал, осознание под то, как их лучше всего делать тоже дал - это в первую очередь интерес, когда ты делаешь технику, максимальный отказ от комфорта и желания, так, как получается, но вместо этого фокусировка на доброте, любви, нежности и гармонии внутри себя! Признаюсь, я бы очень многое отдал бы за такие осознания, так как они могут в значительной степени продвинуть тебя в твоих свершениях!

Вернёмся к моменту моих любимых техник.

Я расскажу прямым текстом, что мне сказал Бог, высшие силы, моё сердце, моё бессознательное, моя душа. Простите, если это звучит немного странно, пафосно или пророчески. Это не так, я обычный слабый человек и ничем не отличаюсь от тебя, лишь тем, что у меня программа - судьба рассказывать о том, что мне передают оттуда. Я это делаю, благодарю за это и вроде как немного получается, ну а дальше вы сами решаете! Если после этих строк идёт любовь, лёгкость, подъём, гармония, то всё замечательно!

БЕЛЫЙ ПОТОК - СВЕТ

Это одна из моих любимых практик. Попробуй ощутить или представить как будто над ТОБОЙ идёт свет, как водопад, он прозрачный и белый и входит в тебя постоянно наполняя любовью, от земли идёт свет, такой же мягкий поток, ты в центре двух потоков, теперь ощути своё сердце, почувствуй, как оно включается благодаря этому потоку, свету, а теперь дай любви в своё тело этим светом.

Дай любви и света в своих близких, в комнату, в своё будущее, в свою машину, дело, квартиру.

Это одно из самых мягких и мощных.

А теперь нюанс, который мне передали - желательно, чтобы свет и любовь шли в то окружение, в то, что является твоим по-ощущениям или в реальности, и этот свет ты направляешь туда постоянно, то есть ты становишься, условно, как электростанция для тех, кому ты служишь! Вот так вот.

Где для начала, я рекомендую взять и этот свет направить в то, что действительно важно для тебя: здоровье, близкие, будущие близкие люди, включая детей, мужей, жён, самореализация, родственники, квартира, то, что происходит вокруг тебя.

Когда это сонастроится и задница перестанет быть голой и всё пойдёт, тогда мы переходим уже к глобальным вещам. Всё поэтапно.

Это супер нюанс, мне очень нравится он и я благодарю тебя за это, ибо всё равно я сейчас пишу и чувствую тебя, как ты читаешь эти строки и оно уже происходит и это осознание - оно пришло благодаря тебе! СПАСИБО, Я ТЕБЯ ЛЮБЛЮ!

Итог: работаем со светом, но как бы "экономим" его, а точнее направляем просто в правильное русло, в себя, в жизнь, отдаём его туда, откуда потом к нам приходит обратная сила, усиливает нас и, давая энергию нам, мы становимся сильнее и благодаря этому усиливаем ещё мощнее то, что даёт нам любовь. Тогда включается взаимообмен.

Большинство наших ошибок из-за того, что мы своё внимание отдаем туда, откуда ничего не придёт, поэтому делаем бизнес, который не работает, создаём отношения, которые не приносят любви и счастья. Всё взаимосвязано. Наша задача давать любовь туда, откуда придёт обратка и усилит нас.

Конечно же, следующим уровнем, когда мы станем самодостаточными и целостными, мы начнём помогать тем, кто реально нуждается в помощи, начнём созидать, но для этого нужно научиться делать свою жизнь счастливой!

ЭТО ОЧЕНЬ ВАЖНО ПОНЯТЬ!

ТЕХНИКА 7/7

Её можно легко найти на ютубе и начать применять, эта техника помогает избавиться от ненужного и войти в то, что действительно имеет значение для тебя - это любовь, гармония, счастье, Бог.

Вообщем, благодарность - это энергетика, которая включает жизнь, включает человека,

приближает его к Богу, это самая простая и эффективная методика, которая позволяет войти в целостность, найти себя, обрести своё внутреннее пространство ЛЮБВИ и БОГА можно легко через благодарность.

Ссылка на технику: <https://www.youtube.com/watch?v=9OCNC9x9-GM>

А вообще, техники в изобилии есть на моём канале, их можно легко начать применять уже сейчас, для этого нет необходимости обладать какой-то подготовкой. Прослушали и начали применять.



ГЛАВА 6

СОСТОЯНИЕ- ВОЗДУХ, СПОКОЙСТВИЕ, ДОБРОТА

Я конечно не рассчитываю на то, что эту главу сразу поймут все.

Она непростая.

Однако, все к этому приходят, я лично прошёл это на своём опыте.

Это то состояние, когда оглядываясь назад, ты понимаешь "Боже, как так можно было жить... как так можно было жить... Боже, все мои слабости: болтовня, зависания на выдуманных проблемах, неуверенность, глупость, которая управляла мною, что это было? Это был сон? Это была поездка без руля и тормозов, это был хаос".

Это состояние, которое приходит!

Ребята, я говорю вам это так!

И оно такое кайфовое, оно даёт столько энергии.

Я его назвал воздух, спокойствие, доброта. Уже не раздражает ничего, уже не хочется спорить,

ругаться, биться, рубиться, воевать и уничтожать. Уже нет желания ломать вселенную и создавать помехи. Есть лишь желание жить, радоваться, творить, существовать!

Это состояние ты точно уловишь, не надо искать пути или методы, как его создать или почувствовать, ты всё ощутишь!

Как к нему прийти? Очень просто! Читая эту книгу, впитывая другие наши работы, слушая при этом себя ты всё откроешь.

Это же процесс такой!

К нему можно и нужно прийти.

При этом, совершенно наплевать на каком уровне развития ты сейчас. Это не имеет значения!

Наплевать, веришь ли ты в себя или нет, чувствуешь ли ты сейчас что-то или нет. Значение имеет одно - ТВОЁ ВНИМАНИЕ и концентрация мыслей и хоть каких-то движений на свою лёгкость, развитие и доброту! Всё тогда приходит. Это закон и нет других вариантов.

Нужно чуть подробнее описать это состояние, чтобы было к чему идти.

На самом деле, это такая же разница, как мышление ребёнка пяти лет и взрослого человека, которому тридцать.

Всё смещается настолько сильно и первым показателем этого является то, что ты становишься значительно спокойней по отношению к своим глупым и маленьким желаниям, хотелкам. Всё, они становятся лишь фоном, методом стяжания любви, приобретением ощущений и состояний лёгкости.

Да, это для некоторых будет звучать, как полёт на луну. Ведь твоё невероятное желание обладать чем-то выше тебя, оно тебя уже поработило, нагнуло и ты уже не знаешь, как можно жить свободно, без условностей сознания.

Но так можно и это лучший вариант, ибо тогда всё приходит, все желания исполняются, но цена за них адекватная, а не такая, какую ты платишь сейчас.

Да, первым сигналом этого будет то, что тебе уже не захочется жить старыми моделями и всё ставить на желания.

Это многих испугает, но я вижу, что большинство, да, ребята, большинство готовы дьяволу свою душу отдать за обладание человеком, властью, деньгами или чем-то ещё, что должно служить нам, как метод познания жизни и развития любви В СЕБЕ, а не как сам факт, который нам вообще не нужен, точнее нужен, но не нам, а глупостям ума.

Это печально, что многие готовы на всё ради своих хотелок, которые по сути, даже не их. Сколько у

тебя ложных желаний?

А знаешь, как понять ложные желания, очень просто. Это когда ты хочешь что-то, чтобы доказать, показать, что ты не лошара последняя, а человек крутой. Когда ты видишь, как к тебе в твой новый дом приезжают родственники и завидуют, их желчь растекается по всему дому, а ты кайфуешь от этого. Всё, знай, это не твоё желание и оно НИКОГДА НЕ СБУДЕТСЯ, а если и случится, то цена будет такой...

Что потом ты скажешь: "Господи, зачем я так прожил свою жизнь? Ради кого и чего я всё это строил, я же одинок, у меня ничего нет, а если и есть, то всё оно какое-то пустое, без любви".

Здесь нужно понять, что все наши желания - это лишь инструменты развития нас, а не самое главное! К этому балансу я шёл почти 34 года.

И тут приходит, что твои проблемы, от которых ты хочешь избавиться - это благо, это твоё счастье, ты уже начинаешь это понимать, ты включаешься и уже нет никакого смысла сопротивляться, есть смысл любить и через любовь всё меняется!

Всё меняется, я наполняю эти строки своей любовью и знаю, что она дойдёт до тебя. Я знаю, что всё получится! У тебя и у нас всех.

Это настолько безоценочный уровень жизни, да к нему обязательно нужно добавлять энергетику земли, энергетику силы, да, нужно, это баланс. Вот теперь, пазлы должны сложиться, что всё в нашей жизни сбалансированно. При этом, чтобы поддержать этот баланс ровным счётом ничего не нужно делать. Надо лишь работать со своим отношением к жизни. Раскрывать те тайные двери, которые есть в нас.

Полюбить это и стать счастливым. При этом, относиться к этому не как к методу полюбил и навсегда забыл. Нет, это процесс, наша жизнь - это вечный процесс, который продолжится и после нашей смерти.



7. ЭПИЛОГ

Я во всех своих книгах и работах призываю не слушать и не читать всё буквально, умом, но делать это через ощущения.

Наши люди уже поняли, что гнаться за красивой информацией, которой много вокруг не имеет смысла, а вот взять всего два семечка и вырастить из них целый дубовый лес - это то, что под силу каждому человеку. Для этого надо лишь ощущать и пробовать действовать по ощущениям.

Я знаю, что вначале это страшно, но если ты станешь "бунтарём" я беру в 100 кавычек это слово, подразумевая под ним другое - гибкость, нестандартное мышление, умение уже не циклиться на своих проблемках, но умение ощущать по-новому с помощью трудностей и понимать, что всё у Бога идеально и за каждым шагом идёт другой и он всегда лучше!

Я знаю, что у тебя получится.

Приглашаю всех на свой ютуб канал, найти меня просто Тимур Гильманов в поиске, находите меня в социальных сетях: инстаграм, вконтакте, делитесь этой работой с друзьями, распространяйте эти книги, пусть они помогут.

Вы видите, что я делаю это от сердца, от души и закладываю лёгкость, любовь, доброту, а это значит, что после прочтения тебе станет ЛЕГЧЕ, проявится больше любви и доброты к себе и

миру.

У Бога всё идеально и наши трудности и проблемки - это самое великое благо, счастье для нас, давайте это любить и из навоза делать прекрасный урожай. Пусть всё плохое плавно становится хорошим, не надо от этого избавляться, это наше благо.

Полюбив стрессы, я обрел счастье!

