

Доктор Лейла

БЫТЬ СОБОЙ - БЫТЬ СЕКСУАЛЬНОЙ

(ИСПОВЕДАНИЕ БЫВШЕЙ ЖЕНЫ ПАСТОРА)

18+

Доктор Лейла

**Быть собой – быть
сексуальной (исповедание
бывшей жены пастора)**

«ЛитРес: Самиздат»

2019

Доктор Лейла

Быть собой – быть сексуальной (исповедание бывшей жены пастора) / Доктор Лейла — «ЛитРес: Самиздат», 2019

Дорогой читатель! В основу книги легли подлинные события моей жизни. Это история о том, как я нашла себя и раскрыла свою сексуальность, об интимных отношениях и то, чего я долгие годы страшилась и чего подавляли меня с детства, а потом муж и религия. Но я нашла саму себя. Возможно, на страницах книги ты встретишься не только со мной, но также и самим собой, и ты поймешь, что эта встреча была предопределена. Мы все связаны в этом мире друг с другом, поэтому если получила свободу я, то ты также ее получаешь. Просто устройся поудобнее и начни путешествие внутрь самого себя с этой книгой. И ты увидишь иллюзорность своего мира...Мир и любовь.

**“Когда я освобожусь от того, кто я есть,
то стану тем, кем я могу быть”.**

Лао-Цзы

От Автора

В основу книги легли реальные события моей жизни. Толчком к написанию этой книги послужили ряд ситуаций, которые привели меня к еще более внутреннему самопознанию, где я сделала ряд для себя важнейших открытий.

Возможно, ты найдешь на страницах этой книги самого себя, и мои мысли помогут тебе справиться с твоими жизненными обстоятельствами. Мы все друг с другом так или иначе взаимосвязаны. Увидишь ли ты меня или нет в реальности, помни, что мы связаны с тобой на страницах этой книги.

Я хочу пожелать тебе дорогой читатель идти за тем зовом своего сердца, которого ты заглушил с самого детства и не бояться идти против установленных норм и стандартов. Потому что ты на самом деле уникален. Нет другого как ты с таким набором ДНК и с такими отпечатками пальцев. Даже мысли, которые присущи тебе имеют уникальность. Ты был рожден, чтобы иметь все то, о чем ты мечтаешь.

Я хочу тебе пожелать одно-

Не бойся мечтать и делать шаги в направлении своей мечты. Потому что однажды, сделав это, ты поймешь, что тропа для этого была уже кем-то проложена. Она специально была проложена для тебя. Но ты пока еще этого не видишь. И тебе нужно сделать шаг по вере.

Войди во тьму и ты не ошибешься! Потому что ошибок не существует!

Поэтому возьми книгу, налей себе чай или кофе на выбор и устройся поудобнее. И я начну с тобой говорить через страницы этой книги. И мы станем с тобой одним целым. Потому что все во Вселенной связано. И ты не просто так держишь в руках экземпляр этой книги. Твой выбор был предопределен...

Желаю приятного прочтения!

Глава 1. Мечты детства

Сегодня выдался очень удивительный день. После того, как я закончила все свои дела, просто лежа в кровати и наслаждаясь концом уходящего дня, я решила начать написать книгу, о которой мечтала всю жизнь. С самого детства. Я помню, как каждый вечер, такой же занятый, как и другие, но в отличие от других, я впервые ощущала легкость во всем теле, когда согласилась наконец с Богом прекратить убегать от того, к чему призывал меня Он с самого детства...

Да, да, да вы не ослышались, Бог ждал меня, ждал все эти годы. Ждал полного посвящения Ему, той цели к которой Он сам меня призвал. Ну а об этом, я поговорю позже.

Сейчас мне 5 лет... Я лежу засыпаю на диване в столовой, которая находится на стыке двух других комнат. В одной мои родители, а в другой бабуля и дедуля, как я называла их любя. Впрочем, я любила больше всего дедулю.

И вот я мечтаю, что одним днем я буду знаменитостью. Каждую ночь, эта мечта давала мне силы жить и начинать новый день. Я представляла себя добившейся успеха и незаурядной женщиной... Но пока это были мечты маленькой девочки... Она даже и не подозревает какой окажется ее жизнь. Но знать об этом ей сейчас и не нужно. Отдыхай, Лейла... или Ляля, как называли ласково дома. Тогда мне хотелось вырасти поскорей. А сейчас просто побыть маленькой девочкой, той которой не надо ни о чем думать, потому что обо всем уже позаботились. Так хорошо, когда у тебя такой любящий дедушка, который думает обо всех и не позволит дать тебя в обиду.

Я любила читать биографии знаменитых людей, потому что пыталась стать похожей на других. У меня не было своего я, мало того, я не имела своего мнения. Мне просто было легко и просто подстраиваться под людей, не имея своего мнения. Снаружи я выглядела по-другому, но внутри я знала, что проживаю чужую жизнь.

Я всегда хотела успеха и стать успешной женщиной. Меня привлекали модели успешных женщин и деловых леди, которые справлялись с различными поставленными задачами легко и просто. Внутри я просто стремилась быть похожей на них. Но это произошло немного позже.

А вот в 5 лет, когда я еще была в детском саду, я приняла конкретное решение стать профессором. Не знаю почему именно профессором, но мне хотелось много знать, а также мне казалось, что это титул, и просто хотелось носить его, чтобы чем-то выделяться от окружающих меня детей. Да, да вы не ослышались. В 5 лет я приняла это решение, которое я соблюдала до двадцати двух лет.

Это сейчас я понимаю, что я решила переключиться на профессорский титул, когда мне хотелось петь и танцевать, а мне давали читать наизусть километровые стихи. Благодаря своей хорошей памяти, мне это легко удавалось. Но я была тогда очень разочарована, потому что очень хотелось танцевать и одевать красивые танцевальные наряды.

Но почему-то воспитательницы мне не давали, я просто боялась об этом сказать. Я вообще боялась чего-то попросить.

Потому что думала, что мне могут отказать, или я была слишком мала для этого.

Но уже будучи в третьем классе меня записали в танцевальный кружок, где я с удовольствием танцевала. Но к тому времени из очень худого ребенка, я превратилась в полненькую девочку. Поэтому мне не давали главные роли в танцевальных выступлениях. Но я и то была счастлива, танцуя в массовых сценках. До сих пор помню, как моя бабушка и тетя шили для меня наряды и костюмы для выступлений.

Жизнь – интересная штука. Иногда надо прожить много лет, чтобы потом вернуться к детским мечтам и впервые начать жить по – настоящему.

Наверно время пришло и для меня наконец, раз я пишу эту книгу своего рода дань моему детству.

Моя небольшая полнота делали меня закомплексованной в плане отношений. Особенно в период подросткового возраста. Поэтому я все силы отдала на учебу. Я предпочитала получать только “отлично”, а “хорошо” я просто не считала за оценку. Я была первой в классе и в потоке обучающихся, и всегда моя фотография находилось на доске почета.

И все потому, что я всегда хотела быть лучше всех. Мне это удавалось легко, но не было ощущения полноты жизни и радости.

Потому что постоянно находилась в процессе соревнования с другими детьми. Мне постоянно нужно было доказывать самой себе что я чего-то достойна, и я могу это.

Жизнь происходила свои чередом. Постоянно уроки и достижения целей в области карьеры.

Я всегда задумывалась о Боге, существует ли он. Было просто страшно представить себя, как твое тело может просто умереть или превратиться в прах мысли об этом периодически занимали меня.

Я даже думаю где-то до восьми лет. После этого я все свои мысли и планы направила в сторону своей карьеры. Так хотелось прославиться и быть профессором. Мысль об этом давала мне утешение. Жизнь протекала своим чередом...

Пришло время выбирать свою профессию. Моя мама настаивала на профессии врача, потому что это престижно было в то время, и работа на половину дня. И я помню, как я пошла тогда против самой себя, как стала соглашаться с тем, что внутри меня не привлекало. Я не слушала саму себя.

Вообще, я считаю, что большинство наших проблем происходят, когда мы перестаем слушать самих себя, когда мы не бываем верны самим себе. Когда мы идем против того, чего бы нам хотелось бы.

Поэтому вначале нам просто необходимо прислушиваться к самим себе и понять, действительно ли это то, что я хочу этим заниматься или я просто хочу угодить кому-то.

Не стоит идти наперекор своему внутреннему я. Твое внутреннее я действительно знает, кто ты есть на самом деле, и то, что ты хочешь на самом деле. Тебе просто необходимо раскрыть этот внутренний потенциал, который уже находится внутри тебя.

Не надо думать, что это невозможно. Пускай ограничения других людей не остановят тебя. Ты сам строишь свою жизнь, и ты ответственен за все, что происходит с тобой.

Просто пойми это и прими к своему сведению. Жизнь – это процесс раскрытия своего внутреннего я, процесс познания того, кем ты являешься на самом деле. Для этого необходимо достаточно смелости и мужества, чтобы идти этим путем.

Жизнь дает тебе только то, что ты даешь жизни.

Очень простая арифметика. Мы все растем и меняемся в процессе нашего роста. Не бойся идти вперед. Ибо всегда есть или прогресс, или регресс.

Глава 2. Будущее создаем мы сами

Задумывались ли вы когда-нибудь о цели своего существования? Зачем вы пришли на этот свет. Даже когда я помню себя в пять лет я спрашивала саму себя зачем я здесь и что будет после. Нас всегда интересует наше будущее.

Будущее всегда кажется таким недостижимым. На самом деле это не так. Прошлого нет. Оно существует только в нашем сознании. Будущее мы еще пока не знаем, но у нас есть сегодняшний день. И этот день и определит наше будущее.

Будущее зависит от нас. Как бы это парадоксально не казалось, знай, что ты творишь свое будущее. Чтобы ни происходило в твоей реальности знай, что ты сам ее создаешь, и ты сам в ответе за свое состояние, а значит в ответе за свое будущее.

На самом деле очень важно находиться во времени прямо сейчас. Прямо сейчас это тот самый день, когда ты можешь изменить самого себя, а значит изменить свое будущее. Самое важное, что ты можешь для себя сделать на сегодняшний день – это позволить себе быть такой какой ты есть на самом деле. Без игры, полностью четко искренне такой, какая ты есть на самом деле.

Может вам это покажется нереально сложным на первый раз, потому что все мы с вами подверглись доместификации, когда наши родители, близкие и учителя и наше общество внедрили свои истины в наше сознание. Так же произошло и со мной. Я жила по чужим принципам и не знала, зачем я живу, потому что я проживала совсем чужую жизнь. Жизнь, которая мне не принадлежала. Я не дорожила своей жизнью тогда и не понимала, как это прекрасно жить и управлять своей жизнью. Я зависела от многих. Была очень сильная привязанность к маме, можно сказать, что сильная психологическая зависимость. Это приносило мне боль, потому что я не имела права выбирать то, что хочу. Я и сама не знала то, что хочу на самом деле. Мне было легче не думать и брать то, что предлагали мне другие. Но одно я понимала очень четко и ясно, что я хочу успешную жизнь. Я хочу добиться успеха. И я к этому стремилась изо всех сил. Я считала, что знания – это путь к успеху. Позже я поняла, что не просто общие знания, а должны быть примененные знания. Знания необходимо применять. Тогда и будет должный эффект. Потому я училась. Но не всю информацию я принимала. Часть вещей, которые мне не были интересны, я просто зубрила, и потом я забывала. Из-за того, что мне легко давалась учеба и обладая хорошей памятью, я не воспринимала тех, которые были по планке ниже меня. Мне хотелось видеть тех, которые могли бы больше чем я. Чтобы соревноваться и побеждать.

В конце концов соревнования утомили меня к двадцати годам, когда я поняла, что не могу больше бороться против самой себя. Возможно мне надо принять саму себя такую, какая я есть на самом деле.

И вот начало второго десятилетия можно назвать переломным моментом в моей жизни. У меня началась депрессия и бессонница, от которой я страдала несколько лет. Я понимала, что это какой-то процесс происходит со мною. Постоянное напряжение было в теле, и я не могла расслабиться.

Я уже конкретно задумалась о цели своего существования, почему я здесь. Я не хотела жить. Потому что мне казалось, что эта рутина никогда не закончится. Я находилась в тюрьме, в клетке, в которой я считала, что меня заточила моя судьба. Но на самом деле, как я не понимала, что это я сама ответственна за свое нахождение в этой клетке. Возможно, мне и нравилось находиться в ней. Это создавало даже комфорт. Ты иногда чувствуешь себя комфортно находясь в маленьком пространстве, потому что все вокруг тебе знакомо. Но желание нечто большего и непостижимого обладали мною. Где-то там, я считала, живет Бог, который должен все знать обо мне. Он должен знать. И это осознание давало мне стимул жить дальше, когда просто опускались руки.

Никогда не опускай свои руки!!! Никогда. Не имеет значения, что произошло с тобой. Не важно... Важно то, как ты относишься к своей ситуации. Ты не можешь изменить свое прошлое, но ты всегда можешь изменить свое отношение к нему. Ты есть тот, кто определяет свое отношение к тому, что происходит.

Мы все художники. А наша жизнь – это белое полотно. В наших руках кисть, и мы рисуем свою жизнь. Чтобы мы не нарисовали, знай, то, что хорошо, а что плохо. На самом деле нет хорошо и нет плохо. А есть лишь то, как мы к этому сами относимся для кого-то это может быть истина и это хорошо. А для кого-то это может быть ложью, и это значит плохо. Но на самом деле, все совершенно. И все происходит так, как оно и должно происходить.

Просто нужен правильный подход в этом отношении.

Глава 3. Принятие решений

Жизнь – это процесс путешествия или процесс раскрытия своего потенциала, раскрытие того, кто мы есть на самом деле. Мы родились на этот свет, не чтобы получить что-то, а мы родились с целью отдать. Закон посева и урожая невозможно изменить. Это один из основных законов Вселенной. На этих законах и держится весь мир.

Если ты видишь, что ты не имеешь того, что ты хочешь, надо просто отдать это вначале. Отдать тому, кто по-твоему также нуждается в этом так же, как и ты. Не бойся, что у тебя после этого ничего не останется. Наоборот, ты будешь иметь больше. Ты даже не можешь представить насколько больше ты будешь иметь.

И ты приобретешь покой, потому что ты правильно начнешь циркулировать свою энергию.

В детстве мне всегда хотелось быть первой, я была первенцем в семье, и мне всегда уделяли повышенное внимание. Но мне не хватало любви. Я не знаю почему, но мне всегда хотелось, чтобы меня любили сильнее. Возможно, это были последствия результатов воспитания моей бабушки врача, которая утверждала, что ребенка после рождения нельзя брать на руки, и что он от этого только будет капризничать, если приучит его к рукам. Моя мама была молодой и не могла спорить с ее мнением, поэтому брала меня на руки редко, украдкой, когда ее свекровь не видела. И я росла с чувством нехватки любви. Несмотря на то, что в доме было финансовое изобилие, мне всегда не хватало любви. Мне всегда хотелось, чтобы кто-то меня взял на руки. Поэтому, я очень ревновала к сестре, которая появилась после меня на свет через полтора года. Я ее просто вытесняла. Она была восстающим ребенком, а была просто паинька.

Но это лишь было снаружи. Я жаждала, чтобы меня любили. А еще я жаждала любить. Я не понимала тогда настоящей любви. И у меня была нездоровая привязанность к матери. Я слушалась ее во всем, мне необходимо была защищенность, и я и ожидала ее получить от нее. Она также была нездорово привязана ко мне.

В глубине души, я видела, что живу не свою жизнь, и мне хотелось свободы. Настоящей свободы. Потому что в глубине души, я была сильная и понимала, что в один день, я могу все бросить и уйти как есть. Просто уйти, и меня ничто не остановит.

И вот этот день наступил наконец, когда я решила выйти замуж за того человека, за которого я захотела сама. Самостоятельно приняла решение. Возможно оно не было удачным в глазах всех вокруг, да и позже я сама это поняла. Но оно было совершенным на тот момент. Да и я была тогда счастлива. Счастлива?? Возможно, да... Только я не понимала тогда в чем заключается настоящее счастье. Абсолютно не понимала. Наверное, мне надо было прожить мою жизнь, пережить все это, чтобы понять, что за любовью и счастьем не надо идти на поиски, а они находятся прямо внутри себя самой. Их надо просто обнаружить внутри себя.

Глава 4. Свобода или иллюзия

Я вышла замуж в церкви. Мой муж был старше меня на девять лет и на тот момент был дьяконом, а после замужества мы были на миссионерском поприще в Узбекистане, где он и стал пастором.

Медовый месяц мы поехали в Ашхабад на миссию. Все говорили мужу, что в медовый месяц лучше не везти молодую жену на миссию, где могут быть различные трудности. Честно, я боялась ехать туда, просто потому что я боялась пустыни и жары. Только лишь поэтому. Но когда я приехала туда, такой жары не было. И мне очень понравились люди из маленькой церкви. Мне это нравилось...

Я очень любила и прямо боготворила мужа и считала, что все, что он не делает это правильно, это от Бога. Я опять не слушала саму себя и попала в огромную иллюзию, от которой я с трудом, но избавилась. Свобода далась с огромным трудом.

Попала я в церковь совершенно. Но в жизни нет ничего случайного. Я искала Бога... А Он всегда ждал меня. Впервые я попала в церковь в двадцать лет. Внутреннее истощение от занятий в мединституте сказались на мне. А в целом, я просто считаю, это было мое духовное пробуждение, когда я наконец, решила ослабить свою хватку в достижении своих целей. Потому что я твердо и настырно шла к осуществлению своих целей. А потом все остановилось в моей жизни. И я поняла, что есть какая-то высшая сила, которая думает обо мне и исполняет мои желания.

Все началось просто. Я просто думала о каком-то предмете, и он тут же появлялся передо мной или создавались условия для его приобретения.

Я не знала тогда о законе Притяжения. Об этом я узнала намного позже. Но лучше поздно чем никогда.

Замужество было очень сложным для меня, потому что я полностью растворилась в человеке. Я уже говорила, что у меня не было своего я, поэтому это не составило огромного труда. Но я думаю, что эта любовь или привязанность скорее всего, потому что на данный момент времени я не могу назвать это любовью, стала огромным уроком для меня. Но самое главное, результатом этого стало появление на свет двух чудесных сыновей, которых я очень люблю и благодарю Бога за них каждый день.

Возможно, я раньше молилась и просила Бога о чем-то. Но теперь из всех молитв у меня осталась только одна – молитва благодарения. И каждое утро, открыв глаза, я благодарю Бога за свою жизнь и за жизнь своих детей, родных и других людей на свете.

Я более всего боялась развода, но я столкнулась с этим. Причем, запомни навсегда то, чего ты боишься, столкнешься и поймешь, что страшного в этом ничего нет. Это все иллюзия. Иллюзии страха держат людей в большом страхе. Страх делает их пленниками, и они не могут даже пошевелиться от страха. Но страх это всего лишь иллюзия. И нужно просто проснуться от этого кошмара, в который мы сами себя заточили.

Глава 5. Не смотри назад

Сегодня я хочу вам сказать одну истину, которую я когда-то усвоила для себя. Она заключается в том, чтобы никогда не смотреть назад, на тот путь, что я прошла, а только вперед.

Это не говорит о том, что мы должны вообще не смотреть назад, а о том, зачем мы должны это делать, если должны, и не делать также.

Ты можешь извлечь хорошие жизненные уроки, просто обернувшись назад, и когда урок усвоен, просто продолжать вперед. Как часто люди застревают в прошлом, они живут обвинениями и осуждениями, зачем они так поступили или зачем с ними так поступили. Но не в этом суть вещей. Важно то, что все, что ты не делаешь, это просто совершенно. И не имеет значения, что получилось в результате, это совершенно. Нет хорошего, также как и нет плохого, есть только лишь твоя реакция на происходящее. Научись воспринимать все как должное, ибо только так, ты начнешь продвигаться на пути к мастерству. Нет ничего важнее на свете как найти самого себя и открывать, и раскрывать себя на постоянной основе. Только лишь это начнет приносить тебе удовлетворение в жизни. Жизнь дает тебе ровно столько, сколько вначале ты отдаешь самой жизни.

Будь внимателен, что исходит от тебя, ибо то, что ты сеешь, конечно же ты и пожнешь. Закон посева и жатвы непреложен. Даже если и ты никогда и не слышал о нем, это не отменяет твоей ответственности за свою жизнь, за посев и жатву. На примере своей жизни, я скажу, что начав сеять деньги, я стала моментально получать результаты. Часто семя возвращалось почти сразу же, но также и от этого семени происходил также урожай в будущем. Если на данный момент в своей жизни, ты не испытываешь финансовый достаток, то знай, что где ты нарушил законы посева и жатвы.

Просто начни их применять, и ты увидишь, что поток денежный опять начнет приходить к тебе. Денежная энергия не должна застаиваться... Энергию необходимо правильно циркулировать.

Когда-то я не знала, что такое деньги, и я не могла управлять ими. Мне казалось, что это сложно. Только оставшись после развода с двумя детьми и без работы, я поняла, как мне важно понять, что такое деньги, и как обрести финансовую свободу. Мы не можем все предугадать и предсказать в жизни. Но я так рада, что прошла этот путь, свой путь, к познанию самой себя и деньги стали приходить ко мне как результат этого. Поэтому, первый и самый важнейший шаг к обретению своей финансовой свободы-это найти свое я.

Глава 5. Жертва превращается в победителя

Наша жизнь– это постоянное открытие самого себя. Мы не родились сюда, чтобы совершенствоваться, мы уже появились на этот свет совершенными. Наша задача раскрыть свой потенциал по -максимуму. Процесс открытия самого себя приводит к трансформации нашего сознания, что в свою очередь является болезненным процессом, потому что в результате этого происходит смена мыслительных установок, обычный стереотип мышления меняется.

Но не надо противостоять этому процессу. Потому что в конце концов тебя ожидает новый результат.

Первую часть нашей жизни мы живем сознанием жертвы. Мы-жертва наших обстоятельств, затем мы входим в фазу победителя. Далее мы переходим в фазу мастерства.

Первая часть моей жизни, довольно длительная, где я играла роль жертвы. Возможно, что это была мне привычная роль. Я не научилась самостоятельности вплоть до самого своего развода. Где мне впервые пришлось задуматься о своей самостоятельной жизни и путях становления финансовой независимости. Это было очень трудный период в моей жизни. Но я так рада, что я его прошла, и мне ничего даже и не хочется менять в своем прошлом. Я просто научилась воспринимать все как есть.

Потом, я стала жить жизнью победителя, где я стала видеть, что все в моей жизни стало получаться. А теперь я иду по пути мастерства. Практика совершенствует мастера. И это процесс. Мы все меняемся, если только лишь позволим себе захотеть изменений. Либо мы прогрессируем, либо регрессируем. Мы никогда не стоим на одном месте. Все вокруг изменяется, ничто не стоит на одном месте. Даже, если тебе кажется, что это не движется, это не так. Просто ты не замечаешь этого. Если изменения видимы, значит ты просто всего лишь видишь видимые изменения, которые начались порядком задолго до этого.

Научись видеть изменения. Не бойся изменений, ибо жизнь всегда идет в сторону прогресса.

Глава 6. Крах сексуальности в браке

Я считала себя сексуальной и даже слишком. Не знаю почему, но моя мама всегда боялась за меня и всегда контролировала. От нее ко мне передался страх, что я не смогу себя контролировать в присутствии мужчин. Мне попался муж, который сексуально не требовал многого, а можно сказать, что я не знала, что такое секс. Ведь всю свою энергию до этого я отдала на развитие своей карьеры и не имела много времени на свидания. Возможно меня не интересовали мои ровесники. Я искала взрослых мужчин. Но была осторожна в выборе. Поэтому можно сказать до встречи с будущим мужем я редко была на свиданиях и опыта не было никакого.

Сексуальная сторона замужества меня очень расстраивала. Потому что я была сексуальной, но не могла выражать это мужу. А я очень стремилась к этому. Но потом, я просто стала все это подавлять в себе. Как это сделала со мной моя мама, не ведая того, что делает.

Общество боится сексуальной энергии. В церкви об этом мало говорится. А можно сказать, что это есть самая важная энергия-энергия жизни. Мы все и есть результат сексуальной любви наших мам и пап.

Сексуальную энергию не надо подавлять, а нужно ее созерцать и направлять ее вверх, в самое сердце и выше во Вселенную. И вот только тогда мы станем источником безусловной любви.

А также, я поняла, что все страхи насчет того, что я не смогу контролировать себя, были иллюзией. После того, как я нашла саму себя и стала раскрываться миру с новой стороны, я научилась просто жить осознанно. И я поняла, что никто не хочет мне вреда. И то, что было злом, уже не являлось злом для меня. Я получила просветление...

Глава 7. Быть самой собой

Быть самим собой – это самое прекрасное что ты можешь сделать для самого себя.

Не все могут позволить такую роскошь свободы быть тем, кем ты призван быть в жизни. Потому что начало своей жизни мы проводим, слушаясь мнения других людей и принимая его за свое. Мы должны научиться иметь свое мнение. Иметь свое мнение и оценивать вещи так, как ты считаешь это нужным и необходимым, вот наша основная задача. Быть просто самими собой.

Научись прислушиваться к самому себе, ты не можешь обмануть себя. Ты сам лучше всего знаешь то, что ты хочешь. Не думай о том, что ты хочешь недоступно для тебя, и что вся Вселенная настроена против тебя. Это значит, что ты не позволяешь этому произойти в своей жизни. Ты просто не открыт для этого. Просто позволь себе быть открытым и принять свою мечту, что она реально доступна для тебя. И тогда ты увидишь чудеса в своей жизни. Все в жизни происходит так, как это должно быть. Ошибок просто не существует.

Позволь принять себе все как есть и начни менять ход своих мыслей, чтобы получить то, что ты желаешь.

Я всегда мечтала петь и танцевать и мечтала научиться играть на пианино. Мне казалось, что быть музыкантом это будет просто недоступно для меня. В детском саду я мечтала получить танцевальные костюмы, для того, чтобы выступать на праздниках, но мне просто не давали этого. Я всегда думала, что просто недостойна этого или что это не для меня. О как я завидовала девочкам, которые выступали на сцене и пели, и танцевали. А мне давали километровые стихи читать наизусть из-за моих способностей. У меня это прекрасно получалось. И я почему – то решила, что искусство – это не мое. И стала ненавидеть все то, что касается искусства. Моя бабушка врач, отзывалась о стареющих актрисах, как они проводят свои дни сошедши с ума, так слишком эмоционально вдаются в игру на сцене. Поэтому, я решила выбрать мужскую профессию и добиться успеха. Но мне так хотелось быть женщиной. Я любила кокетничать и ломаться. Мама боялась за меня и крепко держала меня под контролем, поэтому я стала развивать в себе мужские качества в характере. Но все равно женственность проявлялась и давала о себе знать.

Я все равно танцевала, когда была возможность. А также писала изредка поэзию. Стихи изредка писала в детстве, а потом показывала маме. Лет 10 тому назад, я начала писать стихи опять. Но не сохранила. А теперь я вновь вернулась к своей мечте. То, что я пишу книгу о себе, это дань моему детству, когда я однажды сказала самой себе, что придет тот день, когда я напишу книгу. И вот этот день наступил.

Когда я пишу ее, я иногда плачу, и это слезы исцеления. Я вспоминаю свое детство, и что мне казалось таким трудным и недоступным уже не имеет такого значения для меня теперь.

Я поняла, как это важно быть самой собой. Как это прекрасно позволить самой себе просто быть самой собой.

Глава 8. Исцеление маленького ребенка

Внутри каждого из нас живет маленький ребенок. Это какие мы есть на самом деле. Эмоционально мы должны быть взрослыми. Мастерство в жизни заключается в управлении над своими мыслями, и соответственно своими эмоциями. Но как часто, ребенок, который живет внутри нас, бывает эмоционально незрелым. Поэтому, мы так часто реагируем на ситуации с гневом, потому что все от нашего детства, когда мы подавляли свои эмоции. Эмоции нельзя подавлять. Подавленные эмоции приводят к нарушениям в физическом теле, к различным заболеваниям. Поэтому просто необходимо правильно разбираться со своими эмоциями.

Мое детство прошло в подавлении самой себя и конечно же своих эмоций. Поэтому я страдала в детстве вегето – сосудистой дистонией. Но в подростковом возрасте, я уже начинала выбрасывать гнев криком. Я не кричала часто, но когда я кричала, то было слышно везде. Я теперь понимаю, что так я разбиралась с негативными эмоциями, которые так и переполняли меня.

Эмоции нельзя подавлять, а также выбрасывать негативные эмоции на других людей – это не является выходом из кризисной ситуации. Важный аспект при этом, это превращение эмоций.

То есть необходимо превращение разрушительных эмоций в созидающие.

Эмоции являются важнейшим показателем того, что происходит внутри тебя самого, твои истинные мысли. Они также являются показателем твоего душевного состояния. Научись трансформировать свои эмоции. Иногда полезно просто потанцевать или покричать в воду. Или просто спеть... Даже если и не умеешь петь, то лучше издавать звуки, для того, чтобы сгустки энергии просто вышли из тебя. Но фокусируйся на любви, и визуализируй любовь к людям. Этим ты создашь новый эмоциональный настрой, а значит сформируешь новую модель поведения.

Ничто не бывает вначале без пустоты. Пустота должна быть сформирована для того, чтобы новое было сформировано.

Глава 9. Ответ уже внутри нас

Не имеет значения сколько тебе лет и сколько раз ты что-то начинал и не доводил до конца, просто знай, что ты можешь это довести до конца и начать все с начала. Просто дай себе такую установку, что ты можешь начать все с начала. Нет ничего невозможного. Вполне возможно, что тебя остановили твои же сомнения в первый раз. С этим надо просто разобраться и привести ясность по данному вопросу. Как только ты поймешь причину, что тебя остановило, ты больше не будешь останавливаться. Понимание растворяет блоки непросщения, обид, горечи разочарования.

Поток жизни постоянно течет, как вода, по пути наименьшего сопротивления. Позволь жизни протекать через себя. Стань этим живительным потоком, который дарит и приносит жизнь вокруг.

Твоя жизнь имеет значение и смысл. Не принижай свою роль. Даже если все вокруг так с тобой поступают, то ты будь верен самому себе и так больше не поступай. Жизнь имеет смысл и свое предназначение. Когда ты согласишься с тем, для чего ты был рожден и поймешь свое предназначение, тогда сама жизнь наполнится для тебя смыслом и радостью.

Нет ничего радостного и прекрасного, когда ты понимаешь наконец-то почему ты родился в этот мир. И мир сам заиграет красками вокруг тебя.

Потому что ты и только ты создаешь этот мир. Ты-художник. А весь мир– это чистый холст. Мир для тебя, это всего лишь нейтральный чистый холст. Так начни рисовать все то, что ты желаешь на нем увидеть. Найди время для всего в своей жизни.

Будь доступен для нового и не ограничивай свою жизнь небольшим пространством.

Когда– то в детстве, меня ограничивали тем, что помещали в манеж. Я часами игралась там, что не слишком позволяло мне изучать мир вокруг. Для меня было достаточно того, что меня окружало. Позднее это принесло мне трудности в освоении новых сторон моего мировоззрения. Меня устраивала зона комфорта. И выйти из нее, я оооо как боялась. Жизнь все-таки обошлась со мной иначе. Мне пришлось пройти через все то, что боялась.

Именно, когда ты чего-то боишься и больше всего сконцентрирован, чтобы это не потерять, ты начинаешь это терять и злиться, что все сквозь пальцы начинает ускользать.

В детстве я боялась того, что мои родители разведутся. Маме было сложно жить семейной жизнью. Возможно, она так и не вышла бы замуж, если бы не ее мама, которая ее заставила выйти замуж, потому что, это было неприлично для девушки в то время. И нужно было создавать свою семью.

Я была привязана к своей матери нездоровой зависимой связью. Мама мне давала чувство уверенности и защищенности. Я этого не получала от папы, поэтому я тянулась всегда к маме подсознательно. Чего не скажешь о моей сестре, которая больше понимала папу. Я была эгоисткой, как и все дети... И не подпускала сестру к маме, мне было так удобно. Сестра страдала в глубине себя, даже и не осознавая этого, что не могла найти глубокого контакта с

матерью. Возможно не принимая ее какая она есть на самом деле. Когда я пишу эту книгу, то уже по-другому начинаю смотреть на эту сложившуюся ситуацию.

Я только теперь понимаю свою маму и начинаю принимать ее такой, какая она есть. Ее слабые стороны сделали меня сильнее. Я – свободная личность теперь, хотя была подавляема и зависима от своей мамы. Мама делала это не специально. Я просто позволяла этому быть. Тогда я не видела путь к освобождению, как только в замужестве. Но 15-летний брак научил меня многому. Я стала зависеть также от своего мужа. Что в конечном счете привело к тому, что я полностью потеряла себя как личность. Да я и не была вовсе и личностью. Я была никем, так как всегда пыталась угождать людям.

Когда я стала искать глубоко Бога, я стала задавать вопрос, что же я все-таки хочу в жизни. И есть ли какое-то дело Богу для меня. Имею ли я какое-то значения. Мне казалось, что я никто, если не будет вокруг меня внешняя реальность. Но когда постепенно все то, что меня окружало, начало уходить, мир свернулся просто в свиток, тогда я начала искать ответы на вопросы в самой себе. И обнаружила силу и мощь в глубине самой себя. Мне стало легче дышать и жить. Несмотря ни на что, на каждый вопрос есть уже ответ. И ответ уже находится внутри нас. Он уже заложен в нас самих. Нужно просто вытащить его оттуда. Познай самого себя! Как верны эти слова и как актуальны. Ничто не имеет смысла и значения, покуда мы сами не придадим смысла тому, что нас окружает.

Глава 10. Как посмотреть страхам в лицо – открытие собственного дела

Не смотри назад. Это все осталось в твоём прошлом. Твое прошлое существует лишь в твоём сознании. Ты не должен долго задерживаться в своём прошлом. Потому что его не существует. Существует лишь только момент прямо сейчас. Другого времени просто уже нет. Потому что будущее неизвестно. Не нужно беспокоиться о завтрашнем дне. Завтрашний день сам о себе позаботится. Думай и живи во времени прямо сейчас. Это твой момент и твоё настоящее бытие. Все остальное не существует. Возможности всегда присутствуют. Тебе нужно лишь оглянуться и осознать этот момент. Поймать и остановить мгновение. Все существует в виде потенциальной возможности. Нужно просто четко осознать и сфокусироваться на том, кто ты есть и что ты хочешь в этой жизни. Не зная своей цели, тебя легко можно будет вывести из равновесия, и ты начнешь раскачиваться из стороны в сторону. Тогда ты не сможешь добиться того, что хочешь. Жизнь – это процесс. И нужно доверять Вселенной, потому что она хочет только благо для тебя. Ты сам строишь свою жизнь. Так строй ее сознательно. Потому что ты и сам уже знаешь, как необходимо это делать. Потому что твоя душа все это уже знает.

Никогда не поздно закрыть одну главу в своей жизни полностью и начать писать новую главу. То, от чего ты отказываешься и предопределяет то новое, которое ты вот-вот получишь. Не бойся отказываться. Отдавая хорошее, ты получишь лучшее.

Может быть ты пока этого еще не осознаешь, но ты получишь это то самое лучшее. Нужно лишь только иметь терпение, и продолжать идти до конца.

Твое постоянство доведет тебя до конца. Будь постоянен в том, что ты делаешь.

Когда -то я приняла для себя установку просто продолжать. Продолжать несмотря ни на что. Даже если есть силы, даже если и нет сил, я все же решила продолжать. Ситуации происходили, бушевали шторма, но я знала одно, если я остановлюсь, то это будет еще хуже. Поэтому я иду. Мало того, что я иду, я смотрю назад, и я вижу сколько людей идут за мной. И я осознаю, что не поверну назад. Мои корабли сожжены. Вначале это было трудно. Особо, когда я стояла тогда на перепутье и думала, пойти ли мне таким путем. Я в глубине знала, что это мой путь, но все вокруг восставало против этого. Я сама себя останавливала. Потому что жила иллюзией. И было страшно. Но столкнувшись со страхами, я поняла, что и они тоже лишь иллюзия. Страх не существует. Нужно лишь разобраться с корнем самого

страха, чтобы понять, что страхов не существует. Мы всегда создаем из страхов нечто огромное и отдаем этому много своей силы и энергии. Пойми, что это все иллюзия.

Начни относиться к страхам, как к задаче, которую необходимо решить, и ты поймешь, что она разрешится сама собой.

Я пошла навстречу своим страхам, когда открыла свой собственный бизнес. Я не понимала тогда конкретно, что и как я буду делать. Я написала все на доске мечты, потом стала претворять все это в реальности. Я сказала самой себе, если это работает, если в действительности работает Закон Притяжения, то я хочу это увидеть на самом деле. Так и произошло.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.