

<https://www.youtube.com/watch?v=IU3ns2xdjWc&t=1s>

#31 Прошлые жизни, Высшее Я, регрессивный гипноз: Ирина Подзорова и Иван Эктал (часть 3)

00:00 Иван: Сколько Душ у Высшего Я? Может ли быть у одного Высшего Я несколько Душ?

Ирина: Нет, одна Душа.

00:09 Иван: Одна Душа. То есть, у каждого Духа или Высшего Я одно воплощение в текущий момент?

Ирина: То, что я сказал, 5-ти литровый сосуд, он не может влить часть себя в два материальных сосуда, так скажем, только в один. Потому что, если будет Дух, один и тот же, воплощать разные части себя, так скажем, в разные материальные тела, то он получит, во-первых, разные сознания, то есть, у него будет противоречивый опыт. Это очень сложно соединить их в одно. К тому же будут, например, совершенно разные сознания, и это будет противоречием. Вообще, мысли, чувства, они будут противоречить друг другу, и он не добьется так цели своей духовной эволюции. То есть, можно сказать, раздвоение личности будет в нём. Не сможет так.

01:17 Иван: То есть, может в одно и то же время происходить только одно воплощение Духа? Только одна Душа у каждого Духа воплощена в какой-то конкретный момент времени?

Ирина: Да, потому что разумный Дух, воплощаясь, не сможет одновременно получать опыт от нескольких материальных тел, потому что разные сознания, они просто будут по-разному думать, с разной скоростью мыслительных процессов и это не поможет ему никак, это только запутает его.

01:47 Иван: А астральных тел?

Ирина: То, что вы называете астральным телом - это часть структуры Духа, в структуре, которая называется Сердце, то, что мы называем чувствами и желания, частично. У вас просто другая терминология. Естественно, что в структуре Духа есть только одна структура в Сердце, которую мы называем чувства и желания.

02:16 Иван: Да, это понятно, что такое астральное тело. Я имею в виду, что

в астральной реальности может существовать, как мы уже выяснили, несколько астральных реальностей, и может ли в них одновременно Дух проживать какой-то разный опыт, имея несколько астральных воплощений, условно говоря?

Ирина: В Астрале не воплощаются. Воплощаются либо в тонкоматериальном мире, либо в плотноматериальном мире. В астрале временно находятся либо, выйдя из тела, когда он ещё с ним связан, либо окончательно его покинув.

02:53 Иван: Для чего нужен контакт с Высшим Я?

Ирина: Контакт с Высшим Я нужен для того, чтобы осознать истинную цель воплощения в этом мире, во-первых. Во-вторых, чтобы получать от него силы, то есть, получать от него энергию Света, чтобы иметь силы для борьбы с самим собой для изменения окружающей реальности. То есть обычно для человека условия материального мира могут быть очень тяжелыми, он может получать очень неприятный опыт. И чтобы не отчаяться, чтобы не уйти в низкие вибрации и чтобы знать истинные цели своего воплощения, ему очень полезно научиться общаться со своим Высшим Я. И чтобы проверять всю получаемую информацию от других источников в материальном мире. Чтобы проверять, насколько она соответствует его целям и задачам. То есть, куда идти? За кем идти? К кому мне прислушиваться? Что мне делать? Тем более в духовных вопросах. Да, и в бытовых вопросах тоже. Сейчас же у вас на Земле очень много есть таких людей, которые другим дают советы, например, как им жить. Чтобы каждому человеку просто не запутаться в этих советах и не начать исполнять чужие программы. Очень полезно ему, прямо так с детства, установить контакт со своим Высшим Я. Чтобы только Высшее Я давало ему советы по его духовному развитию, по его условиям жизни, по его бытовым вопросам, то есть, куда пойти учиться, кем работать. Чтобы он просто не начал выполнять те программы своих родителей, например, которые в него вложили, это только отсрочить его эволюцию. Чтобы он свои собственные выполнял, чтобы он их чувствовал, чтобы он шёл за ними. И я прошу всех, кто слушает нас сейчас, ту информацию, что даю я через контактёра Ирину, чтобы вы тоже проверили её (информацию) через своё Высшее Я. Если она соответствует целям вашей духовной эволюции, вы её принимайте и воплощайте её в своих действиях. А если вы чувствуете, что она вам не подходит, я прошу вас следовать все-таки именно голосу вашего Высшего Я, а не моим словам. Потому что, никто не может знать, что лучше всего соответствует духовной эволюции именно для вас, чем вы сами в Духовном мире.

05:39 Иван: Что мешает контакту с Высшим Я?

Ирина: Неверие в его существование, первое. Сомнение в его существовании. Негативные эмоции, которые находятся в астральном теле человека, то есть его сердце, так скажем. Негативные чувства и негативные эмоции, негативные мыслеформы. Что такое негативные? Направленные против других людей, на разрушения других людей или на разрушения сами себя, на противоречащие созиданию цели, противоречащие любви Творца и так далее. То есть вот эти негативные, которые снижают вибрации человека, они мешают установлению контакта с Высшим Я. И плюс неверие в его существование, сомнения в существовании Духовного мира вообще. Неуверенность самом себе, то есть недоверие к самому себе. Недоверие к тому проводнику, который приводит к Высшему Я. Там очень много факторов.

06:49 Иван: Недоверие, сомнения, это же проявления страха? Страх в той или иной форме, верно?

Ирина: Да, это одна из форм. Если понимать страх как защитную реакцию, это одна из форм защиты.

07:07 Иван: Хорошо. Если сказать коротко, то чем больше у человека негативных эмоций, тем хуже его связь с Высшим Я?

Ирина: Да, тем он хуже его слышит, Высшее Я в любом случае ему отвечает. То есть оно слышит его попытки связаться, но чем плотнее, так сказать, темные тучи на небе, тем тяжелее пробиться лучу Солнца. Так и здесь, чем больше негативных вибраций в астральном теле человека, то есть между его сознанием и Духовным миром, тем тяжелее пробиться лучу света оттуда в сознание.

07:47 Иван: Понятно. Как рецепт, работать над собой, убирать негативные эмоции и тем самым налаживать контакт с Высшим Я?

Ирина: Да.

07:58 Иван: Чтобы лучше слышать свою интуицию, как одно из выражений Высшего Я?

Ирина: Да, чтобы улучшить контакт с Высшим Я, во-первых, очищать себя от негативных мыслеформ, от негативных вибраций, отслеживать в себе разного рода

обиды, раздражения и так далее. Очищаться от них вовремя. Стараться не испытывать новые негативные эмоции. То есть избавляться от самих причин их возникновения, работая над своими убеждениями. И повышать осознанность себя как Духа. То есть размышлять над тем, что вы есть Дух, что лишь временно воплощены в тело, это будет тоже усиливать контакт с Высшим Я. И повышать уверенность в себе, бороться с сомнениями, отгонять страхи. То есть развивать в себе доверие к самому себе, любовь к самому себе. Любить себя, потому что тот, кто не любит себя, не умеет любить никого. Он не знает, что такое любовь, он за любовь принимает разрушающие эмоции. И развивать в себе энергии любви к себе, к окружающим, к Богу. Энергии любви больше всего способствуют связи с Высшим Я.

09:27 Иван: То есть, если человек не имеет энергии любви к себе самому внутри себя, то он не может её и наружу излучать?

Ирина: Он излучает то, что он принимает за любовь, но окружающие воспринимают это по-другому, потому что они чувствуют, что это не любовь. Обычно тот, кто излучает такую искаженную любовь, он потом очень удивляется, почему другие её не принимают или отвергают, и обижаются ещё больше. Вот этот вот замкнутый круг, он может увести далеко по пути деградации.

09:56 Иван: Да, отлично, это как раз интересный момент, потому что я регулярно с клиентами делаю такую процедуру, когда просто берем и смотрим, что же значит слово любовь для данного конкретного человека. То есть, какой набор эмоции человек подразумевает под словом любовь. И обычно люди очень удивляются, потому что там ничего похожего на чувство любви нет, как правило, у большинства людей. Там идут сплошные негативные эмоции, из которых складывается определенный негативный сценарий, и почему-то это всё человек называет любовью.

Ирина: Потому что не любят себя, в первую очередь.

10:30 Иван: Это понятно, что не любят себя, но просто человек же не осознает. Человек то думает, что это и есть любовь.

Ирина: Опять же, как я уже говорил, это все проблема как раз вашего отношения к детям. Вообще, отношения к детям в семьях, отношения к детям в образовательных ваших учреждениях. То есть вы просто не можете научить. Не просто

словами научить, а на практике показать детям, что это такое.

10:58 Иван: Хорошо, Мид, давай не будем в эту сторону продолжать, а то мы опять уйдем в долгую полемику как пару дней назад. Как отличить ответы от Высшего Я от ответов других сущностей, посторонних, так сказать, сущностей.

Ирина: Для начинающего?

11:17 Иван: Да, для начинающего человека. Когда человек начинает, скажем так, пытаться связаться с Высшим Я или с Наставниками, допустим, и зачастую получает ответы из, так сказать, непонятного источника. Вот как отличить этот источник? Или это, действительно, твоё Высшее Я, или это какие-то другие сущности, так сказать, вмешиваются в процесс и что-то тебе отвечают?

Ирина: Здесь только практика. Здесь только может быть не по словам даже, не по ответам, а здесь только по уровню вибраций. Один от другого уровень вибраций может помочь научить различать только практика. Ежедневная практика общения с Высшим Я и свое отслеживание своих ощущений и состояний в этот момент, поможет различить, с кем мы говорим. То есть какие должны быть ощущения, какие должны быть чувства именно при контакте с Высшим Я. Какие являются нормой в этом общении, какие не являются нормой.

12:25 Иван: Какие-то критерии для людей, чтобы люди понимали.

Ирина: Есть критерии. Если, во-первых, при ответах от Высшего Я и от Наставников, то есть от высших Духовных структур, так скажем, у сознания, которое обращается, у того, кто воплощен, у человека появляются определенные чувства Света, например, наполнение себя Светом и там нет негативных эмоций. То есть там они растворены, даже те, которые есть у человека внутри негативные эмоции перед контактом, в Свете они растворяются. То есть человек как бы временно забывает о своих каких-то страхах, проблемах и так далее. Обычно чувства при этом, это радость, открытость. То есть это положительные, так сказать, вибрации, спокойствие. Если появляется эмоция страха, если появляется эмоция раздражения или другие эмоции деструктивного плана, это знак того, что вы либо не в контакте с Высшим Я, либо, если вы с ним в контакте, но не согласны с его ответами, что вы сейчас прервёте контакт, и его место можно занять другая сущность. То есть вы отслеживаете свои вибрации в этом состоянии, и когда вы войдете по-настоящему в контакт с Высшим Я,

оно у вас вызовет такую вибрацию, которую вы уже ни с чем не перепутаете. Тут важен собственный опыт, бывают вещи, которые невозможно объяснить на словах. Человеку, который не пробовал сахара, я не смогу объяснить, что такое сладкий вкус и чем он от соленого отличается, пока я ему не дам попробовать.

14:10 Иван: Да. Просто, встречал в своей практике ситуации, когда у людей, допустим, страхом заблокирован контакт Высшим Я и у человека, даже попытка связаться с Высшим Я, вызывает страх. И вот как раз на этот страх, на эти негативные эмоции, тут же реагируют другие сущности, так сказать, деструктивного плана и начинают, используя этот страх, отвечать как будто бы от имени Высшего Я. И человек думает, что да, он связался кем-то, с Наставником, с Высшим Я и это общение продолжается.

Ирина: Какие он и при этом испытывает чувства?

14:48 Иван: Какие чувства? Самые разные, но, как правило, не слишком позитивные.

Ирина: Вот, если нет этих чувств, которые я описал, это уже должно насторожить человека. И чтобы выйти из контакта с этими сущностями, которые Высшее Я ему заменили, он должен, во-первых, осознать причину, почему в нем эти негативные эмоции, почиститься, повысить свои вибрации различными способами, хотя бы прочитав тот настрой, о котором я говорил. Когда идут сомнения, то есть, если сущность в каком-то образе или просто она отвечает, и есть сомнения в её принадлежности Высшим светлым духовным структурам, есть универсальный способ представить себя Светом, представить, что исходит луч света, сказать: «Я наполняю тебя светом, я отдаю тебе свою любовь» и мыслями направлять луч. Если она принимает, если она направляет в ответ свои, положительные вибрации усиливаются, человек чувствует положительные эмоции, значит это знак контакта с Высшим Я. Если эта сущность уходит, растворяется, либо в ответ посылает негатив - это признак того, что она не принимает ваш Свет. Это признак негативной структуры и тогда нужно усиливать свой Свет, чтобы она при этом не посылала, не бояться её. То есть она не может причинить вам вреда, пока вы её не боитесь. Пока вы не боитесь какой-либо сущности, она под вашим полным контролем.

16:34 Иван: Вы контролируете все взаимодействие с ней, пока вы её не

боитесь?

Ирина: Да, своим страхам вы отдаёте управление ситуации вы её руки.

16:46 Иван: Понятно. Почему блокируется память о прошлых воплощениях?

Ирина: Потому что память о прошлых воплощениях может помешать приспособиться Духу к новой жизни, к новым родителям, к новому миру, в который он воплотился. То есть он в прошлом воплощении был определенной какой-то личностью. И эта личность могла получать какой-то опыт, как положительный, так и негативный, и у неё было свое имя, например, у неё там были свои родители, своя жена и так далее, супруга или супруг. Если память не заблокировать, то тот ребенок кто родиться, он не сможет воспринимать даже своих родителей как за своих родителей, он их помнит другими, и он будет отвергать их, обучение от них, их помощь. Он не отнесется к ним как к авторитетам, так скажем, в детстве. В дальнейшем он будет сравнивать свою жизнь, где он воплотился, с той, что была прежде, и это мешает ему приспособиться. Очень простой пример, если он прежде жил в богатой семье в какой-то или в правительственной, то воплотившись в условиях бедной семьи, он будет только вспоминать и тосковать по прежнему своему окружению и опыту, по прежним своим возможностям, вместо того чтобы проходить уроки в этой жизни.

18:11 Иван: То есть для того, чтобы проходить новые уроки?

Ирина: Да.

18:14 Иван: Но зачастую ведь бывает так, что из воплощения в воплощение, на протяжении нескольких воплощений повторяется один и тот же урок, который человек, Душа не проходит?

Ирина: Но он проходится в новых условиях.

18:26 Иван: То есть создаются новые условия для прохождения опять повторно этого урока?

Ирина: Да. И чтобы те попытки по прохождению урока, память о тех попытках, не мешала ему выполнить, попробовать это еще раз, для этого память блокируется.

18:26 Иван: А какие-то положительные наработки, достижения в прошлых

воплощениях?

Ирина: Вообще весь опыт, что положительный, что отрицательный, ещё, когда Дух находится в Духовном мире, он преобразуются в качества характера. У кого есть дети, много детей, те знают, что все дети, которые у вас родились, например, в одних и тех же семьях, у одних тех же родителей, они все разные. То есть, при одном и том же воспитании, при одном и том же окружение, они будут разными, качествами характера.

19:13 Иван: Да, конечно.

Ирина: Это и есть тот негативный и этот позитивный опыт, который уже в Духовном мире преобразовались в его качества характера, с которыми ему предстоит работать уже в этой жизни.

19:28 Иван: Как обезопасить себя при прохождении регрессий?

Ирина: Во-первых, нужно четко знать для чего ты её проходишь, для чего вы её проходите. То есть, если это просто из интереса, нужно понимать, чем вызван этот интерес. То есть просто из-за того что интересно знать, кем я был в прошлом воплощении, или это просто какие-то проблемы нужно решить, или еще что-то, или интересует что-то конкретное. Нужно знать четко цель. Во-вторых, какая бы цель не была, нужно обязательно, очень желательно, перед регрессией, я не говорю сейчас, что это правило обязательно для всех, но очень желательно, чтобы в целях безопасности, перед прохождением регрессии все-таки сначала выйти на контакт с Высшими Я. Потому что, если не получается выйти на контакт с Высшим Я, то регрессия, эта техника ещё сложнее, чем с Высшим Я поговорить, потому что там уже пойдешь в прошлое. И когда вышел на контакт со своим Высшим Я, обязательно спросить, если вы хотите безопасной регрессии, согласно ли оно, чтобы вы пошли в регрессию. И если только оно ответит: «Да», - значит только тогда и, чтобы дальше обезопасить себя, попросить Высшее Я, хотя бы вначале показать вам ту прошедшую жизнь, которую оно считает самой важной.

21:03 Иван: Для решения какого-то конкретного вопроса?

Ирина: Да, а уже потом, когда оно вам покажет, опять же спросить разрешения у Высшего Я просмотреть конкретную жизнь, например, последнюю перед этим воплощением. Или посмотреть жизнь на другой планете, к которой у вас есть вопрос

определённый, что вам интересно.

21:21 Иван: То есть идти в регрессию просто ради любопытства смысла не имеет, желательно этим заниматься для решения каких-то конкретных вопросов?

Ирина: Любопытство тоже может быть вызвано разными причинами. То есть, если к вам приходит человек и говорит: «Я хочу узнать, кем я был в прошлой жизни просто так», - вы всегда должны понять, у него спросить, что такое просто так, почему его вообще заинтересовала эта тема.

21:46 Иван: Да, почему тема интересна...

Ирина: ...Вы вообще верите в реинкарнацию? То есть, почему в неё верите, что это для вас такое. И в процессе разговора будет видно истинные цели. Почему вообще эта тема заинтересовала? Почему ему стало любопытно? Значит, что-то его волнует здесь в этой жизни. То есть выяснить этот вопрос. Он может сам не осознавать, просто называть это любопытством. А причину этого любопытства, он может сам не знать. Задача твоя как специалиста выяснить, почему, например, вот остальным очень многим не любопытно, это всё равно. А если ему не все равно, значит нужно искать причину.

22:26 Иван: Значит, есть на это какие-то причины?

Ирина: Да.

22:27 Иван: Да, хорошо, отлично, я тебя понимаю. Полностью согласен, что надо выяснять причину, и собственно, чтобы человек сам осознавал эти причины. Дать человеку возможность их увидеть и осознать эти причины.

Ирина: Да. Я обращаюсь ко всем специалистам регрессологам, пожалуйста, аккуратнее будьте в процессе прохождения регрессии. Смотрите обязательно за реакцией человека, которому вы делаете, тем более, проводя его через негативные моменты воплощения, обязательно следите за реакцией. Если вы видите, что это вызывает негативную реакцию отторжения у человека, не фиксируйтесь на этих моментах. То есть, чтобы не вызвать нервного шока, например, эмоционального шока. Если вы, например, видите, что человек бурно реагирует на какие-то свои прошлые события, не продолжайте оставлять его в них. То есть не оставлять его в них, просто отправьте его в свое соединение в Свет и уже смотрите уже следующую жизнь. Если

вы видите, что он, видя негативную ситуацию, принимает эти эмоции, то есть адекватно, то вы можете их подробно рассматривать и работать с ними. А если вы видите, что он всё отвергает, что он боится и так далее, он еще не готов, лучше вернитесь к этому следующий раз, когда он уже будет эмоционально подготовлен. Не расстраиваете, так скажем, эмоциональность своих пациентов, это может вред принести ему и на эмоциональном уровне, и на физическом.

24:07 Иван: Да, конечно, согласен. Я просто в таких случаях, когда веду человека в какую-то негативную ситуацию, как раз и смотрю так, чтобы человек был готов ее проработать, принять и уравновесить, так сказать, и нейтрализовать тот негатив, переосмыслить его, извлечь какие-то уроки из того негативного опыта. Увидеть, как тот негативный опыт влияет на эту жизнь, на это воплощение, как это всё связано и как это все пересмотреть, переосмыслить и уравновесить, и нейтрализовать этот негатив. И когда так делаешь, то, соответственно, влияние этого негатива на эту жизнь тоже нейтрализуется.

Ирина: Да, конечно. Если он готов развязывать узлы, это прекрасно. Но если увидите, что он не готов работать на этом уровне, то есть, каким-то образом его возвращать туда снова и снова не нужно, он ещё не готов.

24:59 Иван: Само собой, конечно, если человек не готов. Никогда насильно не заталкиваю человека в какие-то ситуации, тем более, если человек не готов.

Ирина: Если в процессе регрессии вы понимаете, что человек не вспоминает свою жизнь, а рассказывает свои фантазии, просто не подавайте виду. Продолжайте его расспрашивать, как я уже говорил, и в процессе погружения вот в это состояние, даже, например, если он себя вспоминает каким-то известным деятелем, и вы понимаете, что это не так, просто фиксируйтесь на деталях, просите его описать, например, детали окружения. И по мере погружения в это состояние все-таки пойдет информация из памяти.

25:47 Иван: Конечно. Здесь, на самом деле, на мой взгляд, не так важно с помощью каких образов человек описывает. И эти образы, насколько они соотносятся с реалиями того воплощения. Человек может описывать то воплощение в образах понятных ему в этой жизни, и это не имеет никакого значения. Даже, если это так происходит, то есть, человек описывает в своих

понятиях этой жизни...

Ирина: ...Я говорил о том, чтобы он вам ни сказал, где бы ни вспомнил, не начинайте с ним, не то что спорить, а как-то противоречить ему, даже мысленно. Полностью включайтесь с ним в эту ситуацию.

26:18 Иван: Да, пускай, даже если человек в своих образах это все описывает и видит, отлично, хорошо, можно работать и с этими образами.

Ирина: Да и желательно вести все-таки запись. Какую-то аудиозапись, видеозапись, чтобы потом, когда он выйдет из этого состояния, чтобы ему было с чем работать. Он обязательно должен всё это просмотреть, уже находясь в обычном состоянии.

26:39 Иван: У меня обычно в работе человек не находится в состоянии глубокого транса, отлично всё помнит, отлично все осознает. И как раз это осознание помогает человеку нейтрализовать этот весь негатив, переосмыслить его. И человек выходит уже в любом случае с позитивным опытом.

Ирина: Даже если не ты его погрузишь в транс, бывает он сам, вспоминая себя погрузит. И в любом случае я советую, какие-то вести записи, чтобы потом было с чем работать. Опять же это по желанию, если он не желает записывать, можно и без записи.

27:16 Иван: Да. У меня обычно просто каждый раз проработка ситуации завершается позитивным опытом, трансформации в позитив, и человек это все отлично помнит, и глубокого транса нет. Человек после сессии, отлично все это осознаёт, понимает и выходит с позитивом. Поэтому я обычно даже и записи не веду, поскольку просто нет такой необходимости, как правило.

Ирина: Понятно, ладно. Ещё вопросы есть?

27:43 Иван: В чём отличия ваших и наших эмоций? В чем отличие эмоций в вашем мире и в нашем?

Ирина: То есть та структура Духа, которую я описал, как реакцию на изменения, чем они отличаются в разных наших мирах, в разных телах, да?

27:58 Иван: Да.

Ирина: Естественно, что было описано в структуре Духа, что эмоции - это реакции на изменение внешней и внутренней обстановки. Естественно, они зависят и от рецепторов тела, в котором воплощен Дух, и от мира, в котором он живет, там много разных факторов. Зависит их название, во-первых, этих эмоций. То есть названием может быть разным. У одной и той же эмоции может быть много разных названий. И как я уже сказал, и в вашем, и в нашем мире эмоции проявляются как реакция не только на изменение внешней обстановки, но и на изменения своих же собственных мыслей каких-то. То есть на изменение внутреннего восприятия, тоже проявляются эмоции. Чем отличаются? Так как у нас с детства все-таки детей учат отличать причины возникновения самих эмоций. И учат не только в семьях, но и в образовательных учреждениях, и с раннего возраста, пока еще ребенок, у него еще нет сложной картины вот этого мира, ему проще свои эмоциональные реакции отслеживать. А у вас и этого нет в образовательных учреждениях, да и, насколько я знаю, мало, кто из родителей занимается именно этим. То у нас, не то, что эмоции отличаются, у нас каждый взрослый эслеровец знает причину возникновения, по крайней мере, большинство, насколько я знаю своих соотечественников. А у вас возникшая эмоция очень часто бывает загадкой для самого Духа, то есть, для самого человека, у кого она возникла. Они могут эмоционально среагировать на одну ситуацию, реальную или вымышленную даже, или из своей памяти, осознаваемой или неосознаваемой, это неважно. Они могут эмоционально среагировать на одно, а при этом считать, что среагировали на другое. То есть они не отслеживают причин, у них нет вот этой связи. Но опять же это не потому, что они не могут. Это потому, что не учат их это делать, связывать. Вот возникла эмоция, что ее вызвало? Именно что её вызвало, какова её причина? Последствия отсутствия связи, частого отсутствия, не то что связи, а отсутствие понимания связи между эмоцией и вызвавшей её непосредственной причиной. Отсутствие понимания вот этих связей ведет к тому, что человек начинает заблуждаться и в том, как поступать, то есть какое действия производить. Эмоции - это выделившаяся энергия, да? Энергия, которую ты потратил на реакцию. Они же не просто были потрачены на реакцию? На основании этих эмоций, что человек, что эслеровец, что вообще любой воплощенный Дух, он же часто принимает решения, как ему действовать. И если была неправильно распознана причина эмоции, то и действие часто бывает неправильным. И из-за вот этих вот искажений, так скажем, в понимании причин, у вас совершается много ошибок и в межличностном общении, и в понимании самого себя. И из-за этого существует

множество различных психологических отклонений, психических заболеваний и так далее более. У более 70 %, так скажем, пациентов психиатрических лечебниц, это как раз эмоциональные какие-то реакции, которые не отслежены. То есть человек не может сам объяснить причину. Раз он сам не может объяснить причину своих чувств, у него начинается нарушение восприятия и так далее. И он от этого пугается еще больше, опускается в низкие вибрации. Там уже из-за низких вибраций присоединяются соответствующие сущности из Астрального мира, и они человека уже доводят до того, что он становится неадекватен тому окружению, в котором он находится, и уже требует внешней помощи в своей жизни и выходе из этого состояния.

32:43 Иван: То есть ты видишь основную проблему в отсутствии осознания причин эмоций.

Ирина: Да. То есть эмоция возникла, а вы можете, именно земляне могут неправильно истолковать причину её появления.

32:57 Иван: Понятно.

Ирина: Потому что не учат вас этому.

32:59 Иван: Хорошо и что с этим делать? Какой совет, только отслеживать состояние? То есть отслеживать своё эмоциональное состояние?

Ирина: Уже взрослому или ребенку?

33:05 Иван: Взрослому.

Ирина: Да, учиться этому с самого начала. То есть на начальном этапе, сейчас посоветую. Если вы хотите понять причины, почему вы это чувствуете, почему вы так реагируете, почему у вас возникают те или иные мысли? Это всё скрыто в глубинах вашей собственной Души, в вашем подсознании, мы называем это обычно бессознательной частью памяти и так далее. Что есть какой-то опыт, вы приобрели в этой жизни или даже в предыдущих жизнях, но предыдущие жизни опять влияют через понятие вот этой жизни. Это все нужно учитывать обязательно. И чтобы отследить, что именно вызвало реакцию вашу, но как я сказал, это отслеживание нужно для принятия правильных решений. Что такое правильное? Это, которое будет способствовать вашему развитию, не вашей деградации, а вашему развитию, духовному в том числе.

34:10 Иван: То есть будет вести к позитиву, а не к негативу?

Ирина: Да, который будет вести к позитиву, а не будет опускать вас в негативные вибрации. Самый начальный этап. Каждый себе заведите, так сказать, Дневник эмоционального состояния. Желательно, что это будет не просто тетрадь, а чтобы вы могли с собой носить. Это может быть в ваших электронных устройствах, есть же там, куда вы записываете какие-то свои мысли. Можно сказать, это аналог такого личного дневника, но только он будет не для того чтобы описывать события, а больше, чтобы описывать эмоциональные на них реакции. И, единственное, мой совет, что вы должны быть полностью уверены, что без вашего согласия, никто его не прочитает. Потому что, если вы будете в этом сомневаться, то вы не будете искренним...

35:08 Иван: ... Не будете искренне писать?

Ирина: Да, и это мешает вам разобраться. И вот в этом вот, так сказать, эмоциональном дневнике, я его буду так называть, дневник ваших эмоций, вашей эмоциональной картины мира, вы будете... Опять это не обязательно, когда вы посчитаете, что вы не понимаете, что происходит. То есть что-то, например, вывело вас из равновесия, вызвало какую-то эмоцию. Обычно, конечно, распознают причины негативных эмоций, это самое первое, с чем работать. Потому что они же неприятные, то есть вызывают дискомфорт. Поэтому первое, что обычно узнают, это причины негативных эмоций, истинные причины. И если вас что-то вывело из равновесия, вызвало негативную эмоцию, мы негативом называем: страх, злость, уныние, раздражение и так далее. Вот такие негативные эмоции, и вы их почувствовали, вы, значит, напишите в своём дневнике. Во-первых, дату, желательно время. Как потом разобраться, когда вы это писали? И напишите, что вы именно чувствуете. И напишите, что, по-вашему мнению, в этот момент вызвало эту эмоцию. Эмоциональная система человека стремиться к равновесию. Когда вы придете в гармоничное состояние, вы перечитайте то, что вы написали и задайте себе вопрос, опять же смотря, какая эмоция. Почему она возникла? То есть, что я хотел добиться, реагируя таким образом? У вас будут какие-то ответы приходить, даже если не от Высшего Я, просто из вашей памяти. И вы будете их тоже записывать.

37:21 Иван: Да, понятно. То есть такой дневник наблюдения за эмоциями и за их причинами? Такой некий самоанализ, отслеживание эмоции, их причин и

анализ этого, чтобы лучше понимать свое состояние и причину своего состояния?

Ирина: Да, и потом вы будете это вести не один день, желательно около месяца. Потом вам будет ясно, в каких сходных ситуациях вы испытываете сходные эмоции...

37:45 Иван: ... Тогда уже, проанализировав это дневник, можно увидеть какие-то схемы реакции, какие-то сценарии стандартного реагирования, как это все происходит? То есть найти какие-то закономерности?

Ирина: Да, и потом, узнав эти схемы, уже можно будет выявить ваши убеждения, даже которые вы не осознаете, и уже как-то работать с ними. Смотреть негативного ли они плана, то есть они разрушают или они позитивные и так далее.

38:10 Иван: Хорошо, да. Спасибо за совет! На этом вопросы у нас закончились. Спасибо за столько ответов, полезных и интересных! Надеюсь, что нашим зрителям тоже будет все это очень интересно послушать и полезно. Благодарю, Мид! Ира, благодарю!

Ирина: Благодарю вас за вопросы. Надеюсь, наши ответы будут полезны и вам, дорогие друзья. До свидания!

38:50 Иван: Всего доброго!