Автор: admin
27.10.2011 20:10 - Обновлено 31.10.2014 14:12

Путь к себе, или Как разглядеть свое счастье? Маленькая практика большого урока

Сейчас я расскажу о том, что существует уже давно, с 2004 года. Однако для меня это знание стало настоящим откровением, которое буквально открыло мне глаза и позволило жить по-настоящему. Я говорю о концепции В. Зеланда, которая носит название «Трансерфинг реальности».

Не спешите махать руками и закрывать вкладку браузера с широким зевком и словами «Ну вот, очередное…» Я не собираюсь перечислять принципы трансерфинга, все они доступно и красочно изложены автором в его книгах. Моя статья – это скромная попытка художественно изложить то, о чем пишет Зеланд. Итак…

Все будет хорошо. Вот прямо сейчас и сразу все начинает быть хорошо. Мороз, еще утром по дороге на работу казавшийся омерзительно-убивающим, смягчается и добреет, превращаясь в лужицы от сосулек под окнами приветливых домов. Вороны, так мерзко что-то оравшие вчера, сегодня заливаются соловьями. Не верите? Прислушайтесь.

Цены не растут. А если даже и растут, то это незаметно, потому что вместе с ними растет объем наших кошельков и заработков. Самолеты не падают, аэропорты не взрываются, а в горах не происходит землетрясений. А если это все и бывает, то не с нами, а с кем-то другим или в другом мире. А если с нами, то последствия минимальны и всегда ведут к лучшему, как бы парадоксально это ни звучало.

И больше не приходится мучительно и долго просыпаться утром, потому что даже трех часов сна хватает для того, чтобы отлично выспаться. Просто, ложась в кровать, нужно сказать себе об этом, и все. Попробуйте.

Удача, большая и красивая, ждет каждого из нас за углом. Да-да, загляните за угол, не бойтесь. Вот она, приветливо улыбаясь и раскинув руки в широком жесте дружелюбия, идет к вам навстречу. Нет-нет, не отворачивайтесь с угрюмым лицом и не прячьте нос в шарф, как вы делали это раньше. Просто улыбнитесь и позвольте своему счастью обнять вас. Ведь оно так долго ждало, пока вы его заметите.

Впустите в себя ощущение радости. Прислушайтесь к себе. Разве вы не замечаете, как маленькие ростки счастья пробивают себе дорогу через мусор ваших мрачных мыслей, которыми вы закутались, как в плащ? Вот именно – не замечаете! А между тем, счастье есть, его не надо искать или ждать, бороться за него или ловить. Оно уже есть, оно внутри вас и было там всегда, вы просто его не замечали, не хотели видеть.

Позвольте своему счастью выйти из сумрака вашей души. Пусть оно ярко осветит мир вокруг. Вырвется на волю сверкающим потоком, который подхватит и понесет вас к цели. Цель – это не то, о чем вы мечтаете или чего хотите. Цель – это то, что у вас будет обязательно, потому что иначе быть просто не может.

И так же, как за счастье, не нужно бороться за нее, пытаясь пробить лбом стену. Ваша цель найдет вас сама, нужно только оглянуться по сторонам, увидеть ее и позволить ей подойти к вам. Помните, как в той рекламе, «ведь вы этого достойны»? Вы достойны быть счастливым и получать то, что вам нужно, просто потому, что это естественно, логично, если хотите.

Каждый день, каждый час и каждую минуту повторяйте себе эти слова: «Я счастлив, меня любят, у меня отличные друзья, семья и работа. У меня есть все, что мне нужно для хорошей жизни, а будет еще больше. Мой мир меня к этому приведет». Но никогда, слышите, **никогда** не думайте, что занимаетесь самовнушением или самогипнозом. Ваше знание должно идти изнутри. Просто остановитесь на минуту, прислушайтесь к своим ощущениям и позвольте самому себе признаться в том, что вы счастливы. Здесь и сейчас. Правда же, это здорово?

И нет больше в вашей жизни той пресловутой боли душевной, о которой так любят писать и говорить. Нет больше одиночества и усталости, страха и безразличия. Вам больше не надо надевать все эти глупые маски, которые якобы спасают вас от боли и унижения. Все это выдумали те, кто боится позволить себе быть самим собой. Но вы-то не боитесь, правда? Да и чего бояться, ведь жизнь вокруг прекрасна, и мир заботится о вас, ласково поддерживая под локоток, если вы вдруг поскользнетесь или оступитесь.

Скажите миру «спасибо», улыбнитесь своему счастью и раскройте ему свои объятия. Чувствуете, как тепло и радостно? Что, вам неуютно и странно? Вы не понимаете, зачем

вам это нужно и о чем я вообще тут болтаю? Все правильно, это нормальная реакция организма на все новое. Позвольте себе привыкнуть к чувству покоя и радости, потом это станет для вас естественным состоянием.

Мира вам и любви!

Автор - **Елена Авдонина**

Источник