



#глава книги #книга о тебе

Я не верю... себе!



Ноана смотрела на меня не мигая и кажется ничего в ней не изменилось. Ее поле все так же было наполнено теплым вниманием погруженным в меня. Без эмоций.

Чего не скажешь о моем состоянии!

Я чувствовала как земля уплывает у меня из под ног!
И я все лечу, лечу в бездонную пропасть ...





Как??? Как это возможно???

Столько лет проработок! Столько трансформационного опыта! Столько побед! Я уже веду за собой людей которые мне ВЕРЯТ и вдруг... это открытие... Я. СЕБЕ. НЕ ВЕРЮ.

А начиналось все очень невинно. Мы сидели у догорающего костра и я рассказывала, как мечтаю собрать ретрит с прекрасными женщинами. Но времена нынче не стабильные, у людей финансовый кризис, много страхов и ограничений. Никто не поедет ко мне так далеко.

Ноана лениво задавала уточняющие вопросы, а я сыпала на нее «объективными» фактами и причинами - почему моему желанию не суждено сбыться. Я поймала себя на мысли, что даже кайфую от того как ловко, по любой теме, подбираю увесистый аргумент и ощущаю себя такой же весомой и невероятно умной. Но затем, немного помолчав и посмотрев на меня с прищуром, Шаманка задала свой коронный вопрос. И весь мой «увесистый вес» лопнул как мыльный пузырь.

- А ты сейчас про жизнь ДУМАЕШЬ? Или ты жизнь ЖИВЕШЬ?

Со мной кто говорит - твоя голова или сердце?

Как всегда, блин . В самую точку... Я четко увидела что все доводы мои были из головы. Никакой интуиции. Ни грамма души. Да и я сама опять что то застряла в





бетономешалке мыслей, мировых новостей и чужой информации.

- Похоже, что думаю... - угрюмо ответила я.
- Воооот... - по доброму усмехнулась Ноана - вот и я не чувствую в нашей беседе ни вкуса, ни правды, ни смысла. Одна пустота, да иллюзорное умствование.

Это как провода - Ноана всегда старалась подобрать простые примеры для объяснения - В одну розетку можно включить только один провод. И ты выбираешь, что это будет - зарядка от телефона или утюг.

Ты подключена либо к своим мыслям - домыслам, мнительности и иллюзиям.

Либо ты в контакте со своими чувствами - а значит с телом и субъективной реальностью.

Мысли уносят тебя либо в прошлое - в сожаления и перетирание старых травм. Либо в будущее - в страхи за то как там будет... Потому что мечты и стратегии - они рождаются тоже из чувств. А чувства и ощущения в теле - это портал для заземления здесь и сейчас.

- Почему я не чувствую свою душу? Зачем я опять убежала в голову? Я же все это знаю...

- Знать и жить - очень разные вещи - лесным эхом отозвалась Ноана. А затем снова внимательно





посмотрела мне прямо в глаза и хитро спросила – Так зачем ты не чувствуешь душу?

Меня бесила эта способность Ноаны переводить мои же вопросы обратно ко мне. Но именно так я находила по настоящему честные и живые ответы.

– Это просто привычка. Так будто бы безопаснее. В голове я могу мечтать не раясь о живую действительность. Правда и мечты эти – как мыльные пузыри – не имеют ко мне отношения. Они часто чужие, подсмотренные у кого то... И никогда не исполнятся поэтому. Или даже исполнятся – но радости не принесут. Корней у них нет. Сути. Жизни. И я свои корни тоже теряю когда долго там нахожусь.

– Есть еще причина почему ты сидишь в голове?

– Да. Мне страшно. Чувства – как океан. Там глубина и такая мощь. Вдруг я не справлюсь?

– А почему ты не справишься? Есть причина?

– Да. Я не верю... СЕБЕ!

Я сказала эти слова – словно ухнула в бассейн со льдом.

Словно впервые призналась себе в этом пугающем факте! Словно разом потеряла все все опоры, пусть даже и иллюзорные. Меня в этом одновременно ужасало две вещи – во первых полное ощущение своего ничтожества и одиночества. А во вторых – я словно сама поймала себя на вранье – ведь люди то





верят мне и идут за мной...

- Я верю мужу... верю тебе... верю даже этим чертовым новостям!

- А Богу веришь? - Ноана не разделяла мой драматизм, а кажется развлекалась моей трагедией.

- Конечно! - с пионерской готовностью выпалила я - что за вопросы?

- Как? Ты же его не слышишь. Бог в голове не живет)) - она уже откровенно издевалась и похоже получала особое удовольствие - Бог всегда говорит с тобой через душу и чувства. Как же ты веришь ему?

Ну вот . Я окончательно сдулась. Получается я даже Богу не верю...какая бессмысленная у меня жизнь.

- Окей. Ты не веришь себе. - примирительно проговорила Ноана - . Давай смотреть глубже? Что поможет тебе поверить? Что поможет тебе больше жить душой и меньше времени быть в голове?

- Бог? - неуверенно выдала я, самый универсальный ответ...

- Как? - Ноана не собиралась давать мне поблажки

- Ну... если Бог меня любит и попускает все то что я творю в своей жизни - может быть я не так уж плоха?

- А ты плоха? - уже откровенно смеялась она





- Ну... я же «не верю себе». Это плохо...

- Это просто выбор. Ты можешь выбрать верить себе. Или не верить. Твое право. Когда ты не веришь себе - ты убегаешь в голову. Надеваешь на горло железный ошейник и перекрываешь творчество. Закрываешь свою интуицию и перестаешь слышать душу.

Когда веришь себе - тебя не пугает океан твоих чувств. Ты - большая и ты точно справишься. Ты создаешь свою реальность и по настоящему ЖИВЕШЬ каждый день! Все просто. Но нужно выбрать.

- А вдруг я ...ошибусь?

- И что? Бог поразит тебя молнией из за облаков? Мы все ошибаемся. Это часть нашего опыта и пути. Бесценная часть. Живя в голове ты вообще не будешь вылезать из ошибок. Просто возможно даже не у знаешь об этом. Но почему то все будет рушиться.

А твоя интуиция - как навигатор или как включенные фару на ночной трассе. Мне кажется так жить гораздо приятнее и безопаснее.

- Что же мне делать?

- Задать себе эти вопросы: Что именно, меня пугает внутри? Люди, сценарии, ситуации... От чего я сжимаюсь и напрягаюсь? Как я могу это изменить? Как мне развить свой контакт с душой? Какой шаг сделать первым - прямо сейчас?

Не ищи эти ответы во мне. Не ищи в голове или в лекциях умных гуру. Настройся на душу. Позволь себе





поверить своей интуиции. Включи этот мощный луч света и позволь ему осветить твою жизнь. И тогда многое изменится.

Мир словно скажет – «ого! Эта девочка решила жить по душе? Она приняла решение жить сердцем? Тогда я готов помочь»). Изменится все... Отношения с людьми, с Богом, с миром. Но главное конечно – с собой. Потому, что это жизненно важно – ВЕРИТЬ. СЕБЕ. ♥

(с) Регина Жилыева



Интуиция не просыпается от «понимания» — она просыпается, когда тело становится крепкой опорой, и готово ей доверять! Именно так мы работаем [на курсе](#).



Отсканируй меня

