Регресията, която предлагам на вашето внимание, е интересна, защото е на 35-годишна, неомъжена жена, която, като много други хора в днешната епоха, е изпълнена с несигурност, тревожност, страхове и пристъпи на паник атаки. Прибягвала е и до психиатрична помощ, и до антидепресанти. От опит знам, че от подобни проблеми страдат дълбоко чувствителни и сугестивни хора. И точно затова те са и много подходящи за регресия. Нещо, което потвърди и М. със своята регресия. Убедете се сами!

Щастлив момент

Сцена от минал живот - Тичам по някаква поляна, осеяна е с цветя, наподобяващи бял равнец и заобиколена от планини. Самата поляна също е високо в планината. На около 5 години съм. Момиченце съм с бяла, дантелена рокля, червена коса, боса. Носи в ръката си венче с панделка на него. Чувства се щастливо, супер живо, чисто, все едно природата му е майка. Живее наблизо в къща. Долу в ниското има голяма къща, червена, в която живее. Усещането, което създава къщата е малко гадно, има някаква тъмнина в нея. Къщата прилича на хижа. Момичето не иска да се връща там. Живее със семейство, което отглежда момиченцето, не са лоши хора, но не са неговите родители. Родителите на момиченцето са починали, нещастен случай. Майка му е била много светла и като душа, и като външност. На мен ми се доплаква. Тази жена много е обичала това дете.

Добре, а ти познаваш ли тази душа в настоящия живот?

Все едно съм тази… умрялата майка. Тя дори не е успяла да му се радва, а все едно много го е обичала и много го е искала предварително. Майката на момиченцето е починала при раждането.

Погледни детето, напомня ли ти на някого, когото познаваш в настоящия си живот?

На моята майка.

Защо твоя духовен водач те върна точно към тази сцена от твоя минал живот? Какво иска да ти каже с нея?

Да се обичам аз като това дете. Както тази майка е обичала това дете, така трябва аз да обичам себе си. Да насоча към мен цялата тази голяма любов, която тази майка е изпитвала, да я насоча навътре, към моето вътрешно дете.

И ако го направиш, я виж как ще се чувстваш?

Преродена. Много, много спокойна. Ще се чувствам като детето на поляната.

А сега се придвижи към твоя духовен водач и ми го опиши как изглежда?

Мъж е…изниква ми Иван Рилски, само светлина е в златно и бяло. Форма на човек в светлина. На вид Иван Рилски, а вътрешно ми идва нещо като Бащина любов. Целият излъчва топлина, неясно спокойствие, любов и сигурност. Знам, че съм сигурна с него.

Духовната библиотека

Аз съм била там, само стая, много светла стая с дървени маси, червеникави, лакирани. Всички рафтове светят. Там няма таван, само светлина. Хубаво е, все едно там съм стояла много време. Там съм се учила, обсъждали сме с групата ми някакви неща. Има познати, има и непознати души, говорили сме си за животите. На едно ниво сме били и минаваме неща и си ги споделяме там, в тази библиотека. Ръководител ни е бил моят Учител, който сега е с мен. Духовният учител ми изпраща само усещането за спокойствието.

Нека твоят Духовен учител те заведе и ти покаже книгата на твоя живот. Как изглежда

тя?

Грамадна е. Три педи надолу и четири нашироко. Кориците са дебели, кафяви, със златно, тежки. Отпред има цвете – нарцис, което е символ на душата ми. Връзката на моята душа с нарциса е красотата. Страниците стоят празни и тук там се появяват някакви странни йероглифи. Показват се и изчезват. Няма да ги видя, за да открия Красотата, в смисъл „пътя докато откриеш.“

Да видим Учителят ще ти помогне ли да откриеш пътя?

Той ми изпраща някаква голяма любов и сякаш ми казва, че през целия път ще е с мен. Пак ми се плаче.

Защо? От умиление ли е, че е толкова загрижен за теб?

Не, все едно не мога да му поема любовта, която праща.

Какво е името на душата ти?

Хм, Дихание ми дойде. Дихание, но не като име, а като извира все едно, показва ми мястото, от което излиза. Във физическото тяло е точно между слънчевия сплит, навътре, надълбоко. Там е мястото на душата ми. Изглежда като малко, златно цветенце и от там излиза тази дума като дихание. Цветето е много красиво, като от много гъста, златна светлина и се повейва наляво-надясно.

Кой е Първоизточникът на душата ти?

От слънчево-жълтата светлина. Тя е много. Там сме всички души, от нея идваме всички.

Това е Първоизточникът на всичко. Чувствам се много щастлива! Ха, ами аз съм светлина и само любов, няма друго! Радостно ми е!

Какво ти пречи да се чувстваш винаги по този начин?

Ума. Проблема е, че вярвам на него, а трябва да вярвам на цветето, т.е. на душата си, и това, което извира от там.

Защо се появява тревожността в теб, несигурността?

Да се науча да слушам себе си. Да седя на пейките в парка и да гледам цветята, жълти цветя, нарциси ми казва. Духовният учител ми се подиграва, че съм като нарцис в този живот. Все искам да съм хубава, много се стремя към това. А той ми казва да обърна внимание на вътрешното и да съм сред природата.

Защо у теб има усещане за болезнена самота?

Виждам някаква стара, много сбръчкана, кльощава баба, която се е свила на някакво легло, тъмно е и е сама. Тази баба съм аз в минал живот, но ми е чужда нещо, чужд ми е този живот. Не е трябвало да пренасям от този живот в настоящия усещането, че не е нужна на никого. Студено и безлично е.

В противовес духовният водач показва светлината и илюзията. Бабата се е затворила в черна като кръг сфера, тясна, а това е илюзия. Духовният учител я гледа. Около нея е светла стая, а тя се е затворила в черната капсула. Иска да ми каже, че светлината е около мен, а аз съм се капсулирала и той ми подава ръка. От капсулата няма как! Казва да си натисна мозъка отгоре, за да пукна капсулата.

Как да стане това?

Като си го наблюдавам отстрани и си го натисна, с този който наблюдава, а Учителят ми се смее колко е лесно!

При Духовните лечители

Те дойдоха. Двама са, в странни, дълги, зелени, тесни, прибрани роби с кафяво. Създават усещане на лекота, въпреки че са малко студени, дръпнати.

Ще лекуват само дясната част на мозъка и ухото. Единият от тях си движи странно китката на ръката, която е вдигнал над своята глава и прави това нещо от разстояние. Не знам какво точно прави, но дясната половина на мозъка, ухото и окото ги прави зелени. Насочва ми вниманието да погледна в дясното око и навътре… мозъка и ухото. Все едно минават линии от окото и ухото и където се пресекат, той е там. Спокойна съм, все едно няма какво да ми лекуват. Зеленият цвят е свързан с единство. Казват ми: „да има връзка между тялото ти и духа ти!“ Виждам черни маслини, маслинови клонки, маслиново олио… Да изпивам по лъжичка зехтин, за да чисти тялото и действа на тази пресечна точка, която ми показваха между окото и ухото. То е за баланс. Препоръчват ми да пиша някакви утвърждения, хубави за себе си. Карат ме да пиша: „Аз съм хубаво духовно същество!“ и то в Книгата на моя живот. Изписвам го с перо, което пуска златно мастило, и с много хубав почерк.

Ти видя и в този предишен живот със светлата жена, че си била хубаво духовно същество…

Да, оттам идва и болката, че не е могла да изживее майчинството си. Тази болка сега я нося аз.

А Духовните лечители ще направят ли нещо, за да се освободиш от тази болка?

Дават ми мед… в слънчевия сплит, въртят на дървена пръчка на слънчевия ми сплит

отвътре. Води до странно меко усещане. Сочат ми светъл зародиш в корема, всъщност този странен мед води до това. Все едно ще имам светло дете, момче, което ще носи много светлина.

От къде познаваш тази душа, която ще дойде при теб?

Изпрати ми образа на Исус Христос… заради светлината. Чисто дете, което ще носи светлина. Странно е, че все едно от капките мед се появи този зародиш - като върти меда, той капе надолу.

Сега Духовните лечители ще ми изтупат дрехите. Има много прах. Тупат ги с ръце отдалече. Замърсила съм се от улиците, където съм бродила, от пътя и те искат да ме изтупат, и да ми олекне. Усещам го - прашасала съм доста. Казаха да се преоблека с чисти дрехи. Имам готови там бели дрехи като роба с червен колан, някакво червено наметало, само на дясното рамо да си го метна, избродирано със златни шевици. Дават ми новите дрехи, за да ми олекне на душата, все едно са ме изкъпали… да не ми тежи миналото, чиста съм! Трябва да седя в библиотеката, защото това усещане на спокойствие и чистота трябва да го запомня и че няма нищо лошо и страшно. Духовните лечители ми пеят : „Много драма…, без драма…“

За проблема, свързан с паническите атаки

Духовният учител ме води надолу по тъмни стълби в замък, а аз съм рицар и имам щит с червено на него, изкован от тъмно желязо. Тъмница ли е, не знам, но не ми е приятно. Показва ми моята сянка: Заключена жена в мръсна бяла роба, разчорлена коса, някакъв луд поглед... Трябва да отключа и да я пусна. Рицарят в мен трябва да отключи и да я пусне.

Тази жена се чуди какво да прави: да се държи лудо или нормално? Рицарят е спокоен…. Тази жена все едно ме обладава… Сега го усещам… много силна енергия има - чак ми става гадно на цялото тяло. Учителя ми казва да я пусна да вилнее и само да я гледам. Правя го… Има борба в нея самата между лудата, дива енергия и някаква много смирена и спокойна. Непрекъснато се борят - ту едната, ту другата. Учителят само наблюдава, а рицарят е супер спокоен, все едно е нея, ама не е и нея. Гледа като

страничен наблюдател. Тази трябва да стане като рицаря. Тя се отказва… като театър - все едно и омръзна да го играе този театър – ту едната, ту другата… и иска да си ходи. Да излиза от този замък и да си ходи навън. Сега изглежда много спокойна и нормална. Излиза навън и си загуби интереса и към учителя, и към рицаря. Те я гледат, а тя си отива на тази поляна същата, където беше момиченцето. Излиза, че замъкът беше долу - някакво стълбище я изкара на поляната. Тя е голяма, с дълга черна коса… и си тръгна. Отива към хижата. Сега остана само рицарят и учителят до него. Гледат я. Учителят ми показва с това, че трябва да се откажа да влизам навътре в емоциите и да играя театри. Да се отпусна и да си хвана пътя спокойно.

Ох, как ми олекна, че тази си хвана пътя!

А кой е твоят път, по който трябва да вървиш в този живот?

Да се уча. Нищо определено не ми дава.

Пак седя на книгата, готова да пиша, да уча и да пиша. Имам само празни листа и седя в готовност да пиша, но не знам какво.

Кой ще те насочи?

Не ми казва.

Какво трябва да ти припомни той от сцената, когато си си избирала вариант за настоящ живот?

Там, където има потискащо, да израсне светлото. Образ – аз, как съм в потискаща среда, в дома си… все едно от това да излезе светлото, аз да го разпръсна потискащото. Аз трябва да светна и моята светлина ще разпръсква потискащото. Трябва да израствам всеки път от потискащо към светлото. Смята, че се справям добре

към момента с тази си задача. Казва ми : Успокой се!

Приобщаване към светлината

Как се чувстваш и какво усещаш като същество приобщено към света на божествената светлина?

Аз съм светлина и любов и не ми дава да го казвам, а само да го усещам.

Сърдечен кристал

Светло син, от бял към краищата става светлосин. Горе - остро, надолу като конус и отново остро завършва. Свети много силно. Създава усещане за тишина, много пространство, спокойствие.

Нека твоят Духовен водач да ти каже, понеже днес е Благовещение, каква е благата вест за теб?

Радост от бебе!