



# ОГЛАВЛЕНИЕ



|                                                |            |
|------------------------------------------------|------------|
| Вступление                                     | 4          |
| <b>ЧАСТЬ 1. С УНИТАЗА В КОСМОС НЕ СТАРТУЮТ</b> | <b>8</b>   |
| 1-й этап. Зачатие — 3 года                     | 10         |
| Этап 3 года — 10 лет                           | 17         |
| Этап 14 лет — 21 год                           | 26         |
| Этап 21 год — 28 лет                           | 47         |
| Этап 27 лет                                    | 100        |
| Этап 28–30 лет                                 | 100        |
| Этап 30–35 лет                                 | 110        |
| Этап 35–38 лет: смена Кармических узлов        | 163        |
| Этап 38 лет — 41 год                           | 168        |
| Этап 41–42 года                                | 169        |
| Этап 44–45 лет                                 | 170        |
| Этап 55–57 лет                                 | 171        |
| <b>ЧАСТЬ 2. АСТРОПСИХОЛОГИЯ</b>                | <b>172</b> |
| Что такое астропсихология                      | 173        |
| Деньги в астропсихологии                       | 233        |
| Профессия — астропсихолог                      | 236        |
| Истории наших выпускниц                        | 240        |
| Заключение                                     | 249        |
| Истории успеха и разборы Формул Души           | 251        |
| Список QR-кодов                                | 268        |

# ВСТУПЛЕНИЕ



Приветствую тебя, дорогой читатель. Ты еще пока не знаешь этого, но твоя жизнь разделилась на ДО и ПОСЛЕ ровно в тот момент, когда тебе в руки попала эта книга.

Это не просто книга, это практическое руководство, как распалить огонь внутри себя, поставить свою батарейку на подзарядку на 100–150 лет активной жизни, где ты знаешь, кто ты, куда ты и с кем ты.

Это честный разговор с самим собой, когда ты без иллюзий можешь посмотреть на себя и свою жизнь под необычным углом, поняв причины всех событий, которые с тобой произошли, и даже предположить, как будет развиваться жизнь дальше из той точки, где ты сейчас.

Это практическое руководство по активации своей жизненной энергии и не просто поиску себя, а пониманию КТО ТЫ ЕСТЬ по праву рождения.

Мы можем быть истинно счастливы только тогда, когда реализуем и раскрываем свой собственный потенциал. Не вдохновляем мужей, не живем ради детей, а когда я есть я и для меня есть свое место в мире. Когда мой талант нужен и востребован. Порой людям всей жизни мало, чтобы понять или даже так — вспомнить себя настоящего. Социальные рамки, ожидания от нас родителей, нормы «как правильно» жить, попытки копировать чужой путь и успех, сравнение себя с другими и обесценивание себя — это все уводит нас так далеко от себя, что собственный голос Души не может прорваться через этот шум. И тогда к последнему дню своей жизни человек приходит разочарованным и безмерно уставшим. А сколько таких уставших, потерявших свой путь, свой вектор среди молодых людей? Ведь запутывают нас еще в школе! Измеряя баллами наши знания, оценивая всех по одному стандарту, не принимая во внимание то, что мы все разные, непохожие, что путь у каждого свой...

Эта книга для всех, кто хочет больше услышать и узнать себя настоящего. Для всех, кто хочет почувствовать мощь и масштаб своего места в мире. Для тех, кто хочет зажечь огонь внутри себя, который будет гореть ярким пламенем до последнего дня вашей жизни.

Это путешествие для смелых, и я восхищаюсь силой тех, кто готов идти по этому пути.

Мое глубинное убеждение, что красивый, фундаментальный, твердый рост вовне идет ИЗНУТРИ.

Когда внутри мы собираем свои пазлы, осознаем, кто же я такой, убираем слой за слоем страхи, которые тянутся еще из родовой системы, страхи, задача которых сделать нас очередным «подобным» в своем Роду, когда мы «расширяем» свой внутренний масштаб, когда ставим перед собой красивые, захватывающие цели и приходим к ним — вот это и есть истинная реализация задач своей жизни.

Понять, кто я, какие задачи у меня на жизнь, что и как мне нужно в себе проработать, какую силу несет мой Род, какие программы Рода, напротив, уже мне не служат, в какой сфере деятельности мне трудиться и достигать вершин, как я могу расти финансово, исполняя свои желания, что мне подсказывает мое тело, как люди рядом отражают меня, как, зачем и с кем строить отношения, — это все для меня элементы Формулы Счастья.

Судьба не предопределена. Есть индивидуальные задачи, которые мы должны освоить. В зависимости от того, как мы проживаем каждый этап жизни, какие высоты берем, слышим ли себя настоящего, идем ли за этим голосом, насколько мы честны с собой, насколько мы настойчивы, это все и формирует нашу судьбу, ситуации, события, здоровье или болезни, успехи, достаток и личное счастье жить свою жизнь.

Обязательно подарите эту книгу тем, кто по жизни потух, глаза погасли, руки опустились, тем, кто не может найти себя. Пока, к сожалению, таких серых людей, серой толпы большинство. Эта книга создана раскрасить серость всевозможными цветами радуги. И от каждого из вас это тоже зависит! Быть лидером, проявлять инициативу, влиять на окружение — это то, что зажигает ваше внутреннее Солнце, распаляет вас, дает вам же силу и энергию.

Мы все с вами частички света, зажгли других, а нам в ответ энергетически прилетело еще больше ... так что не ждите! Ничего не ждите! Создавайте сами, дарите энергию, глоток свежего воздуха другим, тем, кто забыл, какой он на самом деле.

А ещё задача этой книги — вскопать вам почву для дальнейшего исследования себя, возбудить ваш интерес к своей внутренней вселенной, к познанию себя. Я подсвечу вам множество аспектов жизни, граней личности, элементов, из которых состоит Человек, и мне очень хочется, чтобы вы, вдохновленные этим солнечным светом, пошли дальше... и никогда не переставали гореть, светить и согревать самого себя и мир вокруг.

Для того чтобы написать эту книгу, мне потребовалось самой пойти по этой дороге поиска и понимания себя, и, как говорится, «тот, кто несет фонарь, спотыкается чаще тех, кто идет следом». Поэтому не судите строго. Я уверена, что эта книга поможет тысячам людей обрести веру в свой потенциал, свою силу и прожить жизнь так, как хочется именно им.

Ну что же, в добрый путь! Волшебство начинается...



«Души сидели за круглым столом и выбирали свои уроки.

Первой встала самая смелая и сильная душа:

— Я пойду на Землю, чтобы научиться прощать. Кто поможет мне в этом?

Другие души немного испуганно и с долей сочувствия ответили ей:

— Это один из самых сложных уроков... Ты можешь за одну жизнь не справиться... Ты так будешь страдать... Нам так тебя жаль... Но мы поможем...

Одна душа сказала:

— Я буду рядом с тобой и обязательно помогу тебе. Там, на Земле, я стану твоим мужем. Я сделаю так, чтобы у нас было множество проблем — по моей вине.

Вторая душа вздохнула:

— А я стану твоим папой. У тебя будет тяжелое детство, а потом я начну вмешиваться в твою жизнь и указывать, что делать и как... А ты будешь учиться меня прощать.

Третья душа произнесла:

— А я буду твоим начальником. Мое отношение к тебе будет несправедливым и высокомерным. А ты будешь учиться меня прощать.

Душа за душой, каждая выбирала для себя урок. Они продумали план жизни, в которой будут друг друга наставлять и обучать, после чего — спустились для воплощения на Землю.

Но такова уж особенность обучения душ — при рождении их память очищается. И лишь немногие догадываются о том, что случайности не случайны, а любой человек появляется в нашей жизни именно тогда, когда мы больше всего нуждаемся в уроке, который он с собой несет».

Неизвестный автор

ЧАСТЬ 1

С УНИТАЗА

В КОСМОС

НЕ СТАРТУЮТ



Потенциал человека распаковывается поэтапно, по ходу с очередным решением определенных задач, актуальных для каждого жизненного периода.

До того момента, пока мы не начинаем осознанно проживать свою жизнь, пока не понимаем, как каждое наше решение, действие влияет на всю нашу судьбу, — мы не проектируем дорогу, а, наоборот, часто подставляем себя под кризисы, сложности и негативные ситуации. Но негативным фоном наделяем их мы сами, так как для Вселенной это события, которые помогают нам проснуться, взбодриться, одуматься.

Если вы проанализируете жизнь ярких, успешных людей, то увидите, как шаг за шагом они создавали себя, никогда не «выстреливая» в один миг. Успех не приходит моментально, невозможно начать жить счастливой полной жизнью по мановению волшебной палочки. Так же как и нет понятий «повезло», «это ей помогли», «насосала» и прочих подобных. Во всем есть причинно-следственная связь, каждый «незаслуженный» успех имеет те или иные последствия. То, что не ваше, никогда вашим не останется.

С унитаза в космос не стартуют. Это значит, что невозможно, не создав себе фундамент для успеха, реализации, роста, здоровья ментального и физического, — вдруг «выстрелить» и стать успешными в один день. Зрелость — это про долгий путь.

Это как беременность. Вселенной задумано, чтобы каждую неделю эмбрион проходил определенный этап развития. При благоприятных условиях здесь все происходит само по себе — развивается нервная система, растут ручки, формируются пальчики, начинает биться сердце. Всему свое время. Любое отклонение от плана Вселенной нормой не является.

Так вот после того, как мы рождаемся, у Вселенной возникает некоторый план нашего развития, помимо того, что мы должны научиться ходить и говорить в срок. Но, к сожалению, эта информация мало кому интуитивно понятна с рождения. Из открытых источников это тоже невозможно было узнать — ни нам, ни нашим родителям, поэтому зачастую люди двигаются по жизни как слепые котятка.

У кого-то внутренний голос сильный, яркий, громкий, — он ведет человека за собой именно в ту сторону, куда важно идти самому человеку,



а не социуму. А у кого-то внутренний голос заглушен правилами, нормами, родительскими установками, наказаниями, попытками копировать других... И тогда полжизни мы мечемся как птица в клетке, скованные этими правилами, к 40 годам понимая, что «я не знаю, кто я».

Предлагаю вам пройти вместе со мной, шаг за шагом, каждый жизненный этап, понять, чего ожидала на этом этапе от вас и вашего развития Вселенная. И сложить те пазлы, которые влияют на ваше настоящее и будущее.

# 1-й ..... ЭТАП ..... ЗАЧАТИЕ — 3 ГОДА



На этом этапе мы через маму получаем сигнал, что мир безопасен. Мы учимся ПРОСТО ЖИТЬ, получать удовольствие, быть в контакте с миром, со своим телом, чувствами, выстраиваем психологические границы. Мы учимся жить не в тревоге, а в доверии.

На этом этапе закладывается база для умения любить, для легкого и правильного отношения к деньгам, для умения видеть в своей жизни возможности, адаптироваться и быть гибким.

Это время в идеале мы должны провести в полном контакте с мамой. Хорошо, когда мама расслаблена и спокойна, заботится о ребенке. Благодаря этому у нас формируется базовое чувство безопасности, чувство контакта с собой, контакта с миром.

В реальности у всех этот период проходит по-разному. У кого-то мама вышла рано на работу, и произошел разрыв контакта.

Кто-то появился на свет путем кесарева сечения, то есть слишком быстро покинул утробу мамы и не прошел родовой путь. Тогда у ребенка может появиться искаженное понимание любви, когда любовь = разлука.

Если в этот период в семье происходят раздоры, развод, мама постоянно находится в стрессовом состоянии, — базовое чувство безопасности ребенка, его доверие к миру может быть нарушено. Формируется травма — ощущение, что в мире нам может чего-то не хватить: ресурсов, любви и т. д.

Если, будучи беременной, мама испытывала негативные чувства, не умела ими делиться, выражать их, все копила в себе, то между ней и ребенком создается «пленка», которая является барьером для выражения чувств. Это может обернуться тем, что в какой-то момент, уже будучи взрослым, такой ребенок закроется от матери, от своих чувств, от глубины в отношениях.

**Признаки нарушенной связи с мамой во взрослом возрасте проявляются таким образом:**

- Сложности в отношениях с матерью, обиды, претензии.
- Часто ощущаете тревожность без причины.
- Вам кажется, что для вас в мире недостаточно денег или других ресурсов.
- Вы боитесь высокой конкуренции.
- Вам сложно строить отношения с противоположным полом, открываться партнерам.

Кого из вас пошатнула пандемия? Кто не смог перестроиться? Кому сложно жить в моменте, кайфовать, доверять миру? У кого нарушение пищевого поведения, переедание, булимия, кому сложно выражать чувства?

Причины этих состояний кроются в прохождении этапа до 3 лет и в образе Матери, который создан в нашей голове.

Как этот этап прошел у меня? Давайте покажу вам на своем примере всю травматiku и на что она в дальнейшем влияла.

Родилась и выросла я в Красноярске, воспитывали меня мама и бабушка. С отцом мама разошлась на 9-м месяце беременности и улетела в Сибирь к своей матери, продолжая в нашем Роду историю про женщин, которые не верят мужчинам, и программу «проще быть одной».

Стоит начать даже не с этого. За 4 года до моего рождения мама с отцом потеряли ребенка. Выносила, родила, а Катюшка умерла на следующий день с диагнозом «асфиксия».

Мама была молодая, 20 лет. Она оказалась в жутком стрессе... Пока она была в роддоме, ребенка хоронили мой отец и бабушка. Она даже не помнит, какой был месяц. Травма, конечно, сильно отразилась на следующем вынашивании, причем передо мной были еще замершие беременности и выкидыши.

Все, что происходит до нас, играет огромную роль, накладывая отпечаток на нашу личность. В теле матери с рождения есть яйцеклетка, которая позже станет вами, и все те чувства, что она испытывает до вашего рождения, фоном записываются на уровне генов. Тело помнит все.

Мама носила меня, испытывая жуткий страх за мою жизнь, переживая разные сложные моменты в их отношениях с отцом, не всегда умела с этими чувствами справляться правильно, а именно — выражать их, жить в соответствии с ними, ну и неосознанно «подкармливала» этими токсинами плод.

Виновата ли она? Конечно, нет. Она жила согласно тому опыту, который получила в детстве сама, и согласно тому ресурсу, который был у нее. В то время не было таких доступных знаний по психологии и астрологии, как сейчас, поэтому поколение рожденных с 80-х по нулевые имеет большой набор самой разнообразной детской травмы. Это же можно сказать и о наших родителях.

Но как раз-таки у нашего поколения имеется не только большая задача, но и большие возможности, чтобы изменить многие закоряченные программы Рода, которые держат нас в тисках привычных шаблонов поведения.

Когда беременная женщина испытывает эмоции, с которыми справляется, стараясь их терпеть, не выражая, не проживая их, не меняя что-то согласно им, — ребенок, особенно если это девочка, закрывается от матери некой энергетической оболочкой, панцирем. В будущем эта оболочка будет проявлена ощущением непонимания своих собственных чувств, страхом их выразить, непониманием и незнанием — с кем и зачем вы вступаете в отношения. Этот панцирь будет мешать отношениям до-

чери и матери, делая их невозможными. Когда чувства закрыты, сложно говорить «я тебя люблю», сложно проявляться, иметь тактильный контакт. Независимо от того, насколько вас такая мама любит в детстве, часто ли обнимает и целует, — копию мы делаем именно с того, как сама мать обходится со своими чувствами.

Мама меня очень любила в детстве. Я была долгожданным и важным ребенком. При этом мама переживала сильный стресс на фоне расставания с отцом и от того, что она мать-одиночка. Она мне рассказывала, что, когда гуляла с коляской во дворе, ей было стыдно, что она одна, и порой она пряталась за деревянную горку, чтобы ее не видели соседи. Стыд, страх, боль, неприятие себя, страх за свою жизнь и за будущее — это все перемешивалось с эмоциями радости молодой мамы, которая очень ждала малыша.

И все эти чувства фоном записались мне на подкорку как правильные, а реакции мамы — как эталонные. И именно они будут определять мое поведение в дальнейшем, пока я не осознаю их, не проживу и не создам для себя новые, нужные мне программы. Это то, с чем потом я буду долго и упорно работать, меняя привычки и реакции, учась руководствоваться адекватным чувственным аппаратом и жить в соответствии с ним.

Если в 0–3 года у вас был разрыв контакта с матерью — может быть, она попала в больницу, ей пришлось уехать, вы жили у бабушек или от вас вовсе отказались, — знайте, что это сильнейшая травма потери безопасности, в будущем она проявляется как страх за жизнь, тревожность, беспокойство. А понятие любви подменяется чувствами страха, боли и тревожностью. Во взрослом возрасте вы будете искать такие чувства, называя их любовью. Отсюда все наши сложные, токсичные отношения...

## ПРИНЯТЬ МАТЬ

Вы даже не представляете, сколько я видела взрослых людей, которые не понимали, как на них влияют их младенческие истории с мамой. Как они неосознанно винят маму за недостаток любви, за негативный женский опыт, за то, что мама терпела, страдала, не уходила от отца...

Как часто мы с мамой меняемся системными местами, становясь для нее то мужем, то матерью. Из-за этого не можем построить свои собственные отношения, не можем сами стать мамами, чувствуем на себе лишний груз.

Как часто мы зависим от мнения матери, даже если живем за тысячи километров от нее. Внутри нас голосом мамы звучат упреки, сомнения, страхи, претензии... А как часто мы говорим с мужем голосом нашей мамы, ее программами, установками и видением мира.

Как часто мы не принимаем свою мать, а на самом деле не принимаем свою женственность. Как с ужасом видим сходные манеры, черты, голос и хотим от этого избавиться, — лишь бы не быть похожими на мать.

Тема родителей — вечная и многослойная. Ее можно копать с психологами, на расстановках всю жизнь. Каждый раз будут подниматься разные грани этой темы. Самое главное — закрыть базовые боли, принять свою мать такой, какая она есть.



Когда я наконец нашла своего психоаналитика в 25 лет, то первое, что я увидела, — это смену системного места. Я была для мамы мужем. Об этом этапе расскажу вам позже.

Впереди у меня был долгий путь возвращения ролей на свои места и принятия матери такой, какая она есть.

Легко сказать: «принять мать», а как это сделать? Как это прожить?

Вам нужно пожить с мыслью, что ваша мать — это не Бог, а обычный человек со своими болями и травмами. К моменту беременности вами у нее были свои разочарования, сложности, возможно, разбитое сердце или серьезные жизненные трагедии, например, как в моем случае — потеря ребенка до меня.

Во время беременности вами мама тоже могла испытывать целую гамму чувств и проживать множество своих сложных моментов. Беременность часто проходит далеко не в идеальных условиях, когда есть поддержка мужа, покупка розовых штанишек и вообще — полная гармония. Моя мама на 9-м месяце беременности рассталась с отцом по личным причинам и улетела к своей матери, моей бабушке. Сложно представить, как больно и тяжело в тот момент, когда у тебя под сердцем долгожданный ребенок, а ты остаешься без поддержки мужа.

После вашего рождения времена тоже могут быть не сладкие, часто это период большого стресса, освоения новой, непонятной роли, а порой — и сложностей в отношениях с отцом ребенка.

Испытывали ли вы что-то такое на своем пути? Первый шаг к принятию матери — это понимание, что у вас тоже было множество ситуаций в жизни, когда себя бы наплатить, спасти, прожить... Что уж говорить о том, чтобы еще кому-то другому дать этот ресурс. Если вы сейчас сами родитель, мать или отец, то прекрасно понимаете, о чем речь. Далеко не всегда все идет идеально, не у всех есть силы и время на то, чтобы быть со своим ребенком, отдавая ему на все 100 %.

Подумайте о том, в какое время и какими родителями была воспитана ваша мать. Дали ли ей самой необходимую поддержку, силу, заботу? Или нет? Моя мама воспитывалась очень жадной на эмоции бабушкой, кото-

рая умела только командовать, и правильное мнение было только одно — ее, бабушкино. Мама донашивала вещи старшей сестры, не имела выбора, не имела права слова, росла очень закомплексованным ребенком, который не ходил ни в какие кружки, не развивал свои таланты и всего боялся. За 4 года до моего рождения мама потеряла ребенка — ее дочка умерла на следующий день после появления на свет. Одной ей известно, как она проживала эту боль внутри себя без должной поддержки психолога, мужа и матери, скупой на эмоции. Ну и потом родилась я. Мама безумно меня любила, но также передала мне огромное количество своих страхов, боли, негативных убеждений и программ.

Я, кстати, долго думала ошибочно, что мама у меня «как подруга», ведь она во всем меня поддерживала, отдавала последнее, да и вообще казалась мне чуть ли не святой. И только со временем я увидела ее теневые стороны. Ведь целостная, а не иллюзорная картина мира помогает видеть человека целиком, разглядеть отражение его теней в себе. И еще помогает принять человека таким, какой он есть.

Я увидела в себе чувство вины и долга по отношению к матери, поняла, что я для нее не дочь, а старшая фигура, точнее, мужчина. Заметила, что считаю ее слабой, не принимаю ее как женщину... и я увидела все то же самое в себе... Обнаружила, как я закрылась от нее в какой-то момент, наверное, после принятия отца. Увидела, что нам не о чем говорить, когда мы наедине. Осознала, как зла на нее за ее незрелую позицию во многих ситуациях... Боже мой, и я считала наши отношения идеальными...

Но, признавшись в этом себе, я встала на путь исцеления, в первую очередь, самой себя, своего «внутреннего ребенка» и наших отношений.

Я вам рассказываю свою историю, чтобы вы могли через мой опыт честно признаться себе в своих «тенях» внутри отношений с мамой.

Важно понять: что проработать раз и навсегда тему отношений с матерью невозможно. Она будет всплывать в разных форматах и гранях до тех пор, пока вы живы. Вопрос лишь в том, насколько вы будете готовы увидеть, что там — под этим поднятым пластом. И насколько вы будете готовы к трансформации.