

https://www.youtube.com/watch?v=MDI_ly720X8

YouTube: https://youtu.be/MDI_ly720X8

Дзен: <https://dzen.ru/video/watch/6719b8a7250262394d1d9853>

BK: https://vk.com/video-183810725_456242206

OK: <https://ok.ru/video/9216640355038>

Рутуб: <https://rutube.ru/video/d8256be03d04a9f009161b291249cdc2/>

([#781](https://t.me/AudioCassiopeia/781))#722 АудиоЭфир ([#801](https://t.me/AudioCassiopeia/801))

#722 Дневник эмоций: от теории к практике. Эгоизм и Любовь. Анализ страха. Ментальные установки. Ч.2

24 октября 2024 года

Участники конференции:

Ирина Подзорова – контактёр с внеземными цивилизациями, с тонкоматериальными цивилизациями и с Духовным миром;

Михаил Осипов – ведущий онлайн-трансляций на канале «Кассиопея ТВ»;

МидгасКаус – представитель планеты Эслер, биолог, психолог, микробиолог, специалист по инопланетным формам жизни.

00:00 Начало видео.

00:20 Фрагменты конференции.

«...Закрой глаза и спроси себя: «Когда я почувствовал гнев в первый раз из-за того, что мне пришлось переделывать то, что у меня не получилось?..»

«...Видишь, когда сформировалась установка, что переделывать что-то – это плохо, потому что ты сделал плохо, ты на себя за это разозлился. И остальные случаи гнева в ситуациях переделывания были связаны с испытанным тогда гневом...»

«...Это не плохо, это средний уровень, потому что эгоистическая любовь – она выше по вибрациям, чем ненависть или обида, но она ниже по вибрациям, чем безусловная Любовь...»

Предыстория (конец эфира # 721):

Ирина (МидгасКаус): А теперь скажи, записав в дневник эмоций эту ситуацию, легко ли тебе было бы самому выйти на эту причину, задавая себе вопросы самостоятельно?

01:16 Алгоритм работы с эмоцией гнева (продолжение видео # 721).

Михаил: Нет, не легко.

Ирина: Почему? Сейчас даже зрителям, наверное, будет интересно узнать, почему нелегко самому?

Михаил: Потому что эти вопросы не автоматически приходят на ум. Нужно иметь определённый алгоритм работы, чем мы сейчас и занимаемся.

Ирина: То есть как его вопросы насчёт установки?

Михаил: Да. Чтобы в следующий раз именно вот такие вопросы и задавать. Самому нелегко.

Ирина (МидгасКаус): Да. А дальше ты говоришь: «Моё время ценно, а её время не ценно». То есть ты сравнил, у тебя уже идёт сравнение определённое, и ты начинаешь спрашивать: «На что я могу своё время потратить с большей пользой, чем она, если оно у меня более ценно? На что я могу потратить своё время с большей пользой и для кого, чем она сама?»

Михаил: Но в данном случае, который был, ни на что. В данном случае я пришёл

бы, сел и ничего бы не делал. Поэтому это было неоправданно.

Ирина (МидгасКаус): Поэтому – «это моё время, ценное для меня. Что я чувствую, когда посягают и контролируют меня в моём времяпровождении?»

Михаил: Ну, смотря кто?

Ирина (МидгасКаус): Вообще люди.

Михаил: Но если, допустим, что-то значимое делается в это время для меня или то, что я считаю полезным. Хорошо, я готов своё время тратить, допустим, когда ремонтируют мою машину. Я сижу, понимаю, что это делается для меня, я должен ждать. Никакого гнева не возникает. А если просто, например, я жду троллейбуса, его долго нет, гнев может возникать, что «где это он?»

Ирина (МидгасКаус): Да. «А что я чувствую, когда мама контролирует моё время?»

Михаил: Контролирует, тратит моё время?

Ирина (МидгасКаус): Нет, просто его контролирует, пытается контроль какой-то установить.

Михаил: Но когда, скажем, она ломала руку, и я должен был за ней ухаживать, у меня не было никакого гнева. Наоборот, это вызывало положительные чувства, эмоции, что я проявляю Любовь, мне это было приятно. Хотя времени на это уходило очень много. А тут именно неоправданно, что ещё раз нужно делать. Я понятно выражаюсь?

04:25 Практика устранения гнева при исправлении того, что не получилось.

Ирина (МидгасКаус): Да. «А что я чувствую, если мне приходится переделывать свою работу?»

Михаил: Ну да, тоже гнев, когда я свою работу переделываю. Даже если я что-то сделал неправильно, тоже бывает, что возникает у меня гнев. Если изначально у меня нет такого настроя: «Я всё делаю с Любовью, я принимаю всё, что есть, все обстоятельства – они идут от Бога». Тогда всё проходит хорошо. Когда я это забываю, что называется «я не в духе», тогда делаю: «Не получилось, зараза!» Могу разбить или ещё что-то сотворить. А потом понимаю, что на себя гнев направил тоже.

Ирина (МидгасКаус): Значит, на самом деле твоя установка основная связана не с мамой, не с другими людьми, она связана с твоим восприятием работы.

Михаил: Кстати, да.

Ирина (МидгасКаус): А дальше. Закрой глаза и спроси себя: «Когда я почувствовал гнев в первый раз из-за того, что мне пришлось переделывать то, что у меня не получилось?»

Михаил: Вот эпизоды вспоминаются, но прямо не первый раз, потому что мне там уже лет 30.

Ирина (МидгасКаус): Какие, например?

Михаил: Вот я помню, что постоянно бился о полку головой в одном и том же месте. И потом в один момент я осознанно пошёл, взял молоток и разбил эту полку. Но это было давно, это мне было лет 20–23, где-то так.

Ирина (МидгасКаус): А почему ты её разбил?

Михаил: Потому что она меня била по голове постоянно. Не я её, она меня.

Ирина (МидгасКаус): А как это связано с переделыванием?

Михаил: С переделыванием? Нет, никак не связано.

Ирина: То есть тебе показывают, что ты об неё много раз бился. Я поняла. Это значит, тебе сейчас просто говорят этой ситуацией, что она у тебя возникала много раз.

Михаил: Да.

Ирина (МидгасКаус): А мы сейчас спрашиваем у себя: «Когда это было в первый раз, когда у меня возникла необходимость переделать мою работу?» Давай спросим. В первый раз когда это было?

Михаил: Не приходит на ум ничего.

Ирина: Первая мысль.

Михаил: У меня была такая ситуация, я её помню просто потому, что папа это снял на киноплёнку – как я посадил росток какой-то. Мне было годика, наверное, 4 или 3. Я посадил такую ёлочку, потом стал утаптывать её, чтобы она росла, этот росток. Потом отвлёкся на что-то и затоптал её, и пошёл. Наверное, потом мне пришлось исправлять, переделывать. Может быть, это? Вот это единственное, что пришло мне в голову.

Ирина: А ты потом ещё раз сажал её?

Михаил: Не помню. Я очень плохо помню детство.

Ирина (МидгасКаус): Тогда давай мы спросим. Значит, тут несколько вариантов. Ну хорошо, сейчас спросим.

Итак, ты сейчас спрашиваешь у себя: «Когда я сломал это деревце, пересаживал ли я его ещё раз или нет?»

Михаил: Пересаживал, да.

Ирина (МидгасКаус): «А по какой причине я его пересаживал?»

Михаил: Потому что я его затоптал.

Ирина (МидгасКаус): «А кто мне сказал о том, что я его затоптал?»

Михаил: Мама.

Ирина (МидгасКаус): «А как она мне сказала об этом?»

Михаил: «Ну что ж ты дерево затоптал, отвлёкся?»

Ирина (МидгасКаус): «А я почувствовал, что растоптал что-то живое?»

Михаил: Нет.

Ирина (МидгасКаус): «Мне мама сказала об этом, что дерево растёт и так далее?»

Михаил: Ну да, сказала: «Оно же живое, ты его посади ещё раз. Вот так и так это делается».

Ирина (МидгасКаус): «И когда я понял, что растоптал то, что будет расти, и мне об этом сказала мама, что я почувствовал?»

Михаил: Жалость и огорчение, что я отвлёкся.

Ирина (МидгасКаус): То есть огорчение на себя.

Михаил: Да, то есть гнев. Получается, гнев на себя.

Ирина (МидгасКаус): «И когда я это переделывал, когда его пересаживал, я хотел исправить эту ситуацию?»

Михаил: Да, я хотел исправить, и чтобы оно росло, потому что я сажал, чтобы оно росло.

10:44 Принятие и прощение себя.

Ирина (МидгасКаус): Хорошо, скажи: «Я Михаил».

Михаил: Я Михаил.

Ирина (МидгасКаус): «Я прощаю себя».

Михаил: Я прощаю себя.

Ирина (МидгасКаус): «За то, что я отвлёкся».

Михаил: За то, что я отвлёкся.

Ирина (МидгасКаус): «Я прощаю себя за несовершенство в моих делах».

Михаил: Я прощаю себя за несовершенство в моих делах.

Ирина (МидгасКаус): «Я возвращаюсь к сделанной работе».

Михаил: Я возвращаюсь к сделанной работе.

Ирина (МидгасКаус): «Чтобы сделать результат ещё совершеннее».

Михаил: Чтобы сделать результат ещё совершеннее.

Ирина (МидгасКаус): «С Любовью и благодарностью».

Михаил: С Любовью и благодарностью.

Ирина (МидгасКаус): «Я принимаю свою работу».

Михаил: Я принимаю мою работу.

11:51 Преобразование энергии гнева.

Ирина (МидгасКаус): «И я направляю энергию своего гнева на себя».

Михаил: Я направляю энергию своего гнева... На себя?

Ирина (МидгасКаус): «Я направляю энергию своего гнева на себя». То есть на кого ты гневаешься, имеется в виду?

Михаил: На себя.

Ирина (МидгасКаус): «Я направляю энергию своего гнева на себя».

Михаил: Я направляю энергию своего гнева на себя.

Ирина (МидгасКаус): «На энергию и силу творения и созидания».

Михаил: На энергию творения и силу созидания.

Ирина (МидгасКаус): Да. Что ты чувствуешь?

Михаил: Я чувствую, что я замкнул её действительно на себя и возвратил её себе.

Ирина (МидгасКаус): А теперь представь, что ты, когда растоптал деревце, и тебе сказали переделать, почувствовал не гнев на себя, а желание сделать это ещё раз. Что чувствуешь?

Михаил: Совсем по-другому, совсем по-другому.

Ирина (МидгасКаус): Ну, какие ощущения?

Михаил: Просто радость от того, что я увидел это, и что я сделал правильно, что я сделал хорошо. И то, что первый раз я его затоптал, ничего страшного в этом нет, ничего страшного в том, чтобы просто переделать.

Ирина (МидгасКаус): Видишь, когда сформировалась установка, что переделывать что-то – это плохо, потому что ты сделал плохо, ты на себя за это разозлился. И остальные случаи гнева в ситуациях переделывания были связаны с испытанным тогда гневом.

Михаил: Да, это укоренилось. А скажи, пожалуйста, вот это блок или что?

Ирина (МидгасКаус): Скорее, как установка идёт.

Михаил: Просто установка, да?

Ирина (МидгасКаус): Да, в ментальном поле установка, и мы сейчас идём в своё Сердце. Говори: «Я прощаю себя за своё чувство вины».

Михаил: Ой, прямо мурашки пошли! Холод такой.

Я прощаю себя за своё чувство вины.

Ирина (МидгасКаус): «Я прощаю себя за свои ошибки».

Михаил: Я прощаю себя за свои ошибки.

Ирина (МидгасКаус): «Если я переделываю свою работу...»

Михаил: Если я переделываю свою работу...

Ирина (МидгасКаус): «...то я делаю это с Любовью».

Михаил: ...то я делаю это с Любовью.

Ирина (МидгасКаус): «И я перестаю оценивать себя...»

Михаил: И я перестаю оценивать себя...

Ирина (МидгасКаус): «...в тот момент, когда я её делал в первый раз».

Михаил: ...в тот момент, когда я её делал в первый раз.

Ирина (МидгасКаус): Что чувствуешь?

Михаил: Радость от того, что установка меняется. Что мы нашли причину в этом и что...

Ирина (МидгасКаус): От того, что она меняется, что ощущаешь?

Михаил: Воодушевление, радость.

Ирина (МидгасКаус): Так, хорошо. А теперь вспомни ту ситуацию с мамой, о которой ты рассказывал, снова посмотри на неё. Вот она так делает, ты заходишь, видишь, что она всё разложила, и тебе снова это делать. Что ты чувствуешь?

Михаил: Абсолютную даже радость от того, что мама проявила себя, и я могу проявить Любовь.

Ирина (МидгасКаус): Изменились твои чувства в Сердце?

Михаил: Радость и Любовь за то, что она это переделала, и я могу с ней больше

общаться. Радость от этого.

Ирина (МидгасКаус): Но вот твоё отношение в Сердце, чувства изменились?

Михаил: Оно сильно изменилось.

Ирина (МидгасКаус): Видишь: мы поменяли вибрацию ментального тела. Что скажешь?

Михаил: Сердечно благодарю! Очень приятно, поучительно и полезно.

16:17 Работа по очищению астрального тела.

Ирина (МидгасКаус): Мы с ментальным телом поработали, а теперь дочистим до конца то, что в астральном теле осталось. Пятна вот этого гнева мы сейчас преобразуем в более положительные энергии с помощью слов. Слово, как известно, сотворило Вселенную, поэтому оно имеет неограниченную власть над энергиями. Ты сейчас закроешь глаза и скажешь: «Я прощаю себя за свой гнев».

Михаил: Я прощаю себя за мой гнев.

Ирина (МидгасКаус): «Я признаю, что это был мой урок».

Михаил: Я признаю, что это был урок.

Ирина (МидгасКаус): «Благодарю Вселенную за то, что она дала мне пройти его».

Михаил: Благодарю тебя, Вселенная, за то, что ты дала мне его пройти.

Ирина (МидгасКаус): «Я люблю и принимаю себя таким, какой я есть».

Михаил: Я люблю и принимаю себя таким, какой я есть.

Ирина (МидгасКаус): «Я есть любимый сын Бога».

Михаил: Я есть любимый сын Бога.

Ирина (МидгасКаус): «Силой своего Духа...»

Михаил: Силой моего Духа...

Ирина (МидгасКаус): «...я преобразую энергию гнева...»

Михаил: ...я преобразую энергию моего гнева...

Ирина (МидгасКаус): «...в энергию счастья, Любви и уверенности».

Михаил: ...в энергию счастья, Любви и уверенности.

Это волшебное что-то вообще!

Ирина: Что чувствуешь?

Михаил: Оно прямо сразу же всё преобразовалось. Мои слова имеют волшебную силу! Я волшебник!

Ирина: Да, волшебник.

Михаил: Это волшебно совершенно! Ты говоришь слова – и всё меняется вокруг.

Ирина: Что чувствуешь?

Михаил: Ой, это что-то потрясающее! Мид, Ира, огромное спасибо!

18:16 Польза сеансов для людей.

Ирина: А теперь МидгасКаус мне говорит: «Представь, сколько людей нуждается в таких сеансах».

Михаил: Я тебе скажу, Мид, такую вещь. Перед тем, как идти на эту конференцию, мы проводили встречу с несколькими людьми, с несколькими женщинами. И там каждая из них должна была привести свой случай. И как-то все испугались, и никто не захотел. Причём было понятно, что будет улучшение, будет какое-то действие. И перед этой конференцией я бросал клич в общий чат, чтобы люди, которые хотят, чтобы над ними поработали, обращались. Никто не обратился!

Так что я думаю, что это ментальная установка людей – они защищают свои эмоции так же, как своё имущество. Они не хотят изменений.

Ирина (МидгасКаус): Да. Но вот ты сейчас прошёл эту работу со своими эмоциями и через эмоции со своей установкой. Теперь и скажи телезрителям, полезно это?

Михаил: Это не просто полезно, а имеет решающее значение! Потому что каждый день, прожитый здесь, в нашем физическом теле на Земле, должен принести какой-то

результат. Потому что всё, что мы имеем здесь, реально только до тех пор, пока мы не развоплотимся. Поэтому самая главная работа – вот эта. То, что мы сейчас делали, – это главное.

Ирина: Я тоже это почувствовала.

(МидгасКаус) Это на самом деле очень важная работа для человека. И ты сейчас почувствовал себя по-другому, и у тебя уже изменились вибрации Духовного сердца.

20:29 МидгасКаус о проработке повторяющейся негативной эмоции.

Михаил: Какое время требуется для проработки, к примеру, одной повторяющейся негативной эмоции?

Ирина (МидгасКаус): Хороший вопрос. Ты сейчас уже на своём опыте испытал. Какое время тебе потребовалось?

Михаил: Если у вас есть такой друг, как МидгасКаус, то, собственно говоря, пять минут, да.

Ирина: Да, сколько он эмоций прорабатывал!

(МидгасКаус) Да. И снова спрошу: тебе самому было бы легко одному задавать эти вопросы и выводить эту установку?

Михаил: Ну, Я мастер НЛП и смог бы это сделать сам, но мне бы потребовалось гораздо больше времени ежедневной работы.

Ирина (МидгасКаус): А человек, который вообще не в курсе психологии, смог бы это сделать?

Михаил: Нет.

Ирина (МидгасКаус): Почему? Вот как ты считаешь? Твоё мнение?

Михаил: Во-первых, человек, который не в курсе психологии, находится в такой степени неведения, что даже не знает, что с этим нужно работать.

Ирина (МидгасКаус): Нет, если будет мастер. Например, вот он услышал, что нужно заполнять дневник эмоций. Вот он заполняет, то же самое пишет про гнев. Сможет он один, без мастера проработать его, если будет всё записывать?

Михаил: Если захочет, то сможет.

Ирина: Ну да (вот мне сейчас Мид говорит).

(МидгасКаус) Но только для этого требуется ему всё-таки научиться самоанализу, научиться смотреть внутрь себя и задавать себе вопросы. Точно так же, как я сейчас сделал с Михаилом. То есть я задавал ему вопрос, и он говорил «да», «нет». И дальше я уже понимал, какая примерно установка у него есть.

22:16 Методичка по работе с эмоциями.

Ирина (МидгасКаус): Кстати, в этой работе со своими негативными эмоциями, блоками, установками и так далее вам поможет методичка, которую мы составили с ЛиШиони через Ирину.

(Ирина) Да, Ты же её читал, кстати?

Михаил: Да, я её читал, я ей пользуюсь. И мне она очень нравится, я ей пользуюсь. Большое спасибо!

Ирина (МидгасКаус): Да, там, кстати, эти установки есть. Тоже можно прочитать просто, и вы почувствуете, в какие негативные установки вы верите, каких вы придерживаетесь.

Михаил: Я даже читал твою статью, МидгасКаус, где ты писал, что 21 день нужно вести дневник эмоций, потом всё это прочитать и посмотреть повторяющиеся эмоции, и всё. И многие говорят, что вот МидгасКаус не говорил, что с ними нужно работать, нужно просто посмотреть, и этого будет достаточно.

Ирина (МидгасКаус): Если будут уже какие-то повторяющиеся негативные эмоции, то можно сходить к Высшему Я и спросить у него. Высшее Я тоже даст ответ, что именно вызывает эти эмоции – какая установка, какое чувство, какой блок и так далее.

Например, здесь у тебя было, ты понял, связанное с этим деревцем.

Михаил: Да.

Ирина (МидгасКаус): У кого-то это будет что-то другое.

23:50 Работа с эмоцией страха, её преодоление. Первый пример.

Михаил: В том-то и дело. Вот, оказывается, у меня этого нет, а у многих, очень многих, почти у всех есть эмоция страха.

Ирина: Я сейчас подумала про страх тоже, да. Значит, разберём эмоцию, как работать со страхом. Там тоже надо спросить: «Чего я боюсь?»

Михаил: Давайте конкретный случай возьмём?

Ирина: Да.

Михаил: Вот был конкретный случай, чтобы было понятнее всем.

Один человек в детстве как-то увидел своего отца, хотя тот был жив. Прямо ночью этот человек встал и увидел в просвете двери как бы его образ, реальный совершенно. И с тех пор этот человек боится ночью вставать, если нет света. Обязательно оставляет везде свет, чтобы ночью вставать без страха. Он очень боится, что увидит это ещё раз. Причём это продолжается всю жизнь. Человеку уже под 40 лет.

Ирина (МидгасКаус): Это вопрос в чём? Как он может это проработать?

Михаил: Да. Этот человек постоянно записывает свои ощущения в эмоции – что страх, страх, страх, страх. Я с ним общался, и он говорит: «Я не знаю, как с этим работать, я просто записываю, и всё».

Ирина (МидгасКаус): А он записывает, что это страх чего?

Михаил: Ну, страх. Вот он описывает: «Страх такой-то, страх такой-то. Я испытал страх». И всё. Он с ним не работает.

Ирина (МидгасКаус): Просто страх? Это вот так нужно писать ему: «Я испытал страх перед...» Перед чем?

Михаил: То есть каждый случай нужно описывать? Хорошо.

Ирина (МидгасКаус): То есть страх перед чем? А дальше, когда уже будет читать это сам, он может сесть, закрыть глаза, прочитать это. Сесть, закрыть глаза и спрашивать себя: «Я боюсь...» Назвать предмет страха, который у него повторяется чаще всего. И спрашивать себя, если мы работаем с собой: «Что в этом для меня страшного?»

То есть что такое страх? Страх – это эмоция защиты. «По какой причине я хочу от этого защититься? Какую опасность для меня несёт это явление, если оно возникнет?»

Михаил: Давайте представим, что это я.

Ирина (МидгасКаус): И дальше просто по ответам будет понятно, что там следующее спрашивать.

Да. Представим, что это ты. Хорошо.

Михаил: Представим, что это я. Вот я ночью боюсь вставать. Ой, а вдруг это у меня начнётся?

Ирина (МидгасКаус): А что в этом? Хорошо, допустим, уже началось. А что там опасного?

Михаил: Например, я боюсь увидеть опять этого призрака в двери.

Ирина (МидгасКаус): Призрака. «А что он может? Какой вред он может мне причинить, если я его увижу?»

Михаил: Он страшный.

Ирина (МидгасКаус): Что в нём страшного? Что именно в нём страшного?

Михаил: Но папа же живой, а здесь ещё какой-то другой папа, а я маленький мальчик. Как так может быть? Страшно то, что...

Ирина (МидгасКаус): Давай так. «Этот призрак, какой вред он мне может причинить, если я его увижу ещё раз?»

Михаил: Я же не знаю, что от него ждать.

Ирина (МидгасКаус): Ну, например, что? Если ты не знаешь, что от него ждать,

тогда по какой причине ты боишься заранее, пока он ещё ничего не сделал?

Михаил: Ты не знаешь, что от него ждать.

Ирина (МидгасКаус): А по какой причине я боюсь того, чего не знаю?

Михаил: Наверное, потому что уже что-то было такое. Но мне трудно ответить, потому что у меня такого нет.

Ирина (МидгасКаус): Да. И начинаешь сам себя спрашивать: «Может, это как раз волшебник с голубого вертолёта, который привёз 500 эскимо, а я вдруг заранее его боюсь».

Михаил: Это, конечно, нужно конкретный случай разбирать.

Ирина: Я говорю: как тебе такой вопрос?

Михаил: Мне трудно понять, потому что у меня этого нет.

28:33 Преодоление эмоции страха. Второй пример.

Ирина (МидгасКаус): Давай так: а ты чего-нибудь боялся?

Михаил: Да. Знаешь, чего я боялся? У меня бывает иногда страх, но не то, что прямо вот страшно, и всё. Страх остаться без средств к существованию, скажем, без денег.

Ирина (МидгасКаус): Да, кстати, это многих пугает.

Михаил: Да, страх остаться без денег. И поэтому нужно что-то делать, и поэтому нужно соглашаться на всё, что тебе приносит, скажем, деньги сейчас. Я так не делаю, но такой страх есть.

Ирина (МидгасКаус): Давай спрашивать: «Что случится, если ты останешься без денег?»

Михаил: Если останусь без денег, мне нечего будет есть, я не смогу иметь машину, я не смогу покупать одежду. Я стану нищим, останусь на улице, мне будет холодно, я замёрзну.

Ирина (МидгасКаус): И?

Михаил: Надо мной все будут смеяться, меня все будут пинать, я буду нищим ходить по улицам.

Ирина (МидгасКаус): И как ты будешь себя чувствовать?

Михаил: Я буду себя чувствовать плохо, очень плохо, мне негде будет спать, будет холодно, нечего будет есть.

Ирина (МидгасКаус): Интересно.

Хорошо, а вот то, что холодно и нечего будет есть, давай так спросим: «А по какой причине я могу стать неспособным обеспечить своё существование физического тела? Что может мне помешает обеспечить моё физическое существование, причём обеспечение не кого-то другого, а лично меня самого?»

Михаил: Но со мной может случиться какая-нибудь болезнь, и я не смогу ничего делать, буду прикован, скажем, к постели, а пассивного дохода никакого нет.

Ирина (МидгасКаус): Если ты будешь прикован к постели, ты уже не будешь ходить по улице, больные ведь не ходят по улицам.

Михаил: Но потом у меня не будет чем платить за свет, я не смогу топить, а обо мне никто не будет заботиться, дома будет холодно. Ну хорошо, дом будет, но есть-то всё равно нечего будет.

Ирина (МидгасКаус): То есть ты считаешь, что какая-то болезнь может у тебя вызвать такую неработоспособность?

Михаил: Да.

Ирина (МидгасКаус): Хорошо. А живу ли я в обществе, которое защищает нетрудоспособных в этом плане? Сейчас, в данный момент.

Михаил: Вообще-то нет. Или это нужно подать заявление, то есть всё равно должен кто-то подать заявление. Выходит, да, в принципе, да.

Ирина (МидгасКаус): И тогда что страшного?

Михаил: Когда ты уже в это состояниеходишь, то есть у тебя есть какой-то

достаток, а ты его теряешь, тебе уже страшно.

Ирина (МидгасКаус): Мы же сейчас говорим не о недостатке, а что поесть, попить и ещё что-то, это уже немножко другой момент. Смерть от голода, от холода – это уже не то, что недостаток, это уже вообще, когда ничего нет, ничего. И поэтому мы спрашиваем, как ты можешь реально попасть в эту ситуацию? Ты сказал: «Я могу заболеть».

Михаил: Да.

Ирина (МидгасКаус): И есть у вас какие-то определённые социальные условия, социальные пособия, которые могут обеспечить тебе проживание в физическом теле в этих условиях, когда ты не работаешь?

Михаил: Есть.

Ирина (МидгасКаус): Тогда чего ты боишься? Уже точно не холода и не голода, так?

Михаил: В принципе, да.

Ирина (МидгасКаус): И тогда, что для тебя опасно?

Михаил: Опасна потеря того достатка, к которому я привык. Ведь согласись, если миллиардер станет миллионером, он будет очень расстроен.

Ирина (МидгасКаус): Да. Но уже не будет идти речь о его смерти от голода и где-то на улице, где все его будут пинать.

Михаил: Это почти то же самое. Если человек был миллиардером, а стал миллионером, он будет воспринимать себя так, что его все пинают. Его все миллиардеры будут пинать.

Ирина (МидгасКаус): Это лишь его восприятие. Мы сейчас говорим о физическом теле.

Михаил: О физическом... Если такую сложную ситуацию представить себе, чтобы действительно (вот со мной, в частности) нечего было есть и негде жить, то да.

Ирина (МидгасКаус): То есть это тебе надо продать дом, потратить все деньги и не приобрести никакой болезни, за которую тебе дадут пособие, а просто идти на улицу и жить. Ты же так не собираешься делать? Не собираешься. Значит, чего ты боишься?

34:18 Установка иждивенца. Идеология эгоиста.

Михаил: Я боюсь, значит, тогда, что... Можно же обрести такую идеологию, что всё от Бога, как бы всё, что должно произойти, оно и произойдёт, и можно сесть, и ничего не делать. Вот Бог мне должен всё дать.

Ирина (МидгасКаус): А каким образом Он должен тебе всё дать? И что Он тебе не дал?

Михаил: Если я даже ничего не буду делать, то Он всё и так должен мне дать.

Ирина (МидгасКаус): Через какие инструменты должен дать?

Михаил: Да уж, как хочет. Он же должен всё дать, а вот я ничего делать не буду. Есть такая идеология.

Ирина (МидгасКаус): Например, представь себе ребёнка: он просто чего-то хочет, но ничего не предпринимает для того, чтобы его родители выполнили желание. Как они выполняют его желание?

Михаил: У нас вообще есть такое, что кто-то сам должен знать. Родители, например, сами должны знать, что хочет ребёнок. Вот женщины часто считают, что мужчины сами должны знать, что им нужно. Некоторые мужчины считают, что женщины сами должны знать, что им нужно. Есть такое – что не говоришь, а должно делаться.

Ирина (МидгасКаус): А кому должны?

Михаил: Но я же главный (не я, а вообще говорю о человеке), значит, все вокруг должны как бы знать, что я хочу.

Ирина (МидгасКаус): А почему главный именно ты, а не кто-то другой?

Михаил: Я не о себе говорю.

Ирина (МидгасКаус): Но почему он думает, что именно он главный, а не кто-то

другой?

Михаил: Есть такой тип людей, которые считают, что весь мир именно для них создан.

Ирина (МидгасКаус): А чем я отличаюсь от других тогда?

Михаил: Я лучше.

Ирина (МидгасКаус): Чем, какими качествами?

Михаил: Тем, что это я.

Ирина (МидгасКаус): А что в тебе лучшего?

Михаил: Потому что я к себе ближе остальных. Я-то себя ощущаю: я хочу есть, я хочу пить, я хочу быть богатым, а другие-то не знаю, чего хотят. Я хочу.

Ирина (МидгасКаус): То есть ты лучше своими желаниями?

Михаил: Я лучше тем, что я свои желания знаю. Я же ближе сам к себе.

Ирина (МидгасКаус): Хорошо. Ну да, есть такое мировоззрение, оно распространено. Но это тоже определённые установки, когда ты не чувствуешь других людей, их состояние. А когда ты их убираешь, ты начинаешь понимать, что кроме тебя кто-то есть ещё, другие люди. Это тоже есть установки: «я самый лучший» или «я единственный», «вокруг меня вращается Вселенная». Это всё такие установки. Чтобы их убрать, нужно поверить, во-первых, в Бога, что центр Вселенной – Бог, а не я.

(Ирина) Итак, что чувствуешь?

Михаил: Да, это растворит, действительно.

38:20 О любви эгоистической.

Михаил: Вот скажи просто, какой примерно духовный уровень этих установок?

Ирина (МидгасКаус): Вообще, эгоизм, все эти эгоистические установки, они на средних уровнях. Это, конечно, выше, чем обида, ненависть и так далее, но это ниже, чем безусловная Любовь, вера и так далее, которые мы видим на ангельских уровнях.

Есть любовь, форма любви, например, эгоистическая: я тебя люблю за то, что ты хороший, я тебя люблю, пока ты соответствуешь моим ожиданиям. Жена любит мужа, пока он соответствует её ожиданиям, муж любит жену, пока она соответствует его ожиданиям и так далее. Родители любят детей, пока они хорошие. Как только они выходят за рамки ожидания, чувство любви иссякает. Возможно, ты чувствовал в своей жизни или видел у других людей, как у них была большая Любовь, и вдруг она уходит от них, как песок просачивается сквозь пальцы. Видел такие вещи?

Михаил: Да, конечно.

Ирина (МидгасКаус): А вообще Любовь сама по себе – чувство вечное. Она превращается во временную, если её закрыть в клетку эгоизма, как золотую птицу закрывают в клетке, чтобы она пела.

(Ирина) Вот как такую золотую птицу, как очень драгоценную птицу, с золотыми перьями. Показывает мне жар-птицу.

(МидгасКаус) Или как у вас есть образ – золотую рыбку поймать, посадить в маленький аквариум, чтобы она только для тебя плавала. Соответственно, она не приобретёт тогда той свободы действий, тех радости и счастья, что может давать вечная, безусловная Любовь.

Соответственно, вот эта эгоистическая любовь (она ещё называется «человеческой»), совершенно нормальна для людей – это их нормальное состояние, когда человек любит другого за то, что он соответствует его представлению. Людям свойственно любить своих родных, любить своих друзей, любить тех, кто относится хорошо к людям, к ним самим – это совершенно нормально для человека. Это не плохо, это средний уровень, потому что эгоистическая любовь выше по вибрациям, чем ненависть или обида, но она ниже по вибрациям, чем безусловная Любовь.

41:26 О безусловной Любви и срединном пути к ней.

Ирина (МидгасКаус): Чем она отличается? Это когда человек любит кого-то, а также любит других людей и себя независимо от того, хороший он или плохой, то есть независимо от действий, независимо от поступков. Но многим людям, которые на средних уровнях, это непонятно. Поэтому Иисуса Христа и не могли понять, почему Он говорил: «Возлюби врагов». Для них это был вообще нонсенс: «Врагов? Они меня ненавидят, а я их должен любить? Это что такое?»

Во-первых, для людей это было опасно. То есть «если я возлюблю врагов, я же лишусь защиты, я же не буду осторожен» и так далее. А во-вторых, «они увидят мою Любовь и поймут, что я прощу их в любом случае, чтобы они мне ни сделали, то будут ещё больше вреда делать, они же враги, а значит, я почувствую боль». Поэтому это было непонятно многим людям и 2000 лет назад, и сейчас многим непонятно.

А на самом деле, это очень просто, если смотреть на всё с позиции Духа. Враги – это твои учителя, такие же, как и твои друзья – твои учителя, и ты их учитель. Все люди друг у друга и ученики, и учителя, которые встречаются. Они одновременно выступают в двух ролях, в двух ипостасях: ученик и учитель.

Соответственно, врагов, которые у нас что-то отнимают... Если смотреть с позиции безусловной Любви, враги, противники, неприятели – они тоже делятся на несколько категорий. Есть те, которые у нас что-то хотят отнять, попользоваться нашими благами. Соответствующим образом, как нам к ним относиться? Понятно, что всё отдавать им и при этом пренебрегать своими потребностями – это уже будет нелюбовь к себе. Здесь есть грань определённая. Но в то же время защищать своё, но относиться к ним без Любви – это уже будет нелюбовь к ним. Значит, мы своё защищаем, но их продолжаем любить – и вот здесь срединный путь.

(Ирина) Итак, что скажешь?

44:26 Эгоизм и любовь.

Михаил: Вот тут очень интересно. Часто бывают такие ситуации, и ты начинаешь размышлять, где же эта середина: сколько я могу отдать, не ущемляя себя.

Ирина (МидгасКаус): Это как раз решить проще: я могу отдать столько, сколько мне не повредит для дальнейшего моего развития. А моего – это значит моего тела и моего Духа (тело – это же часть человека).

Например, если мы говорим про «отдать». Если кто-то что-то просит, и человек понимает, что ему... К примеру (мы уже говорили об этом), если кто-то просит деньги. Я сейчас самый простой пример приведу: деньги – это могут быть не только деньги, это могут быть какие-то действия, когда человек просит помочь ему.

Дело в том, что очень многие считают, что они обязаны кидаться сразу на помощь. Это не совсем так. Вы должны сопоставить свои силы, своё время, своё развитие и его просьбу. Потому что многие считают, что «если я буду на себя обращать внимание, то это эгоизм». Дело в том, что эгоизм – это когда вы уже не то что не даёте кому-то что-то, а когда уже начинаете брать: брать и пользоваться другими людьми, их ресурсами, их временем, и ничего не предоставляете взамен. Да, это эгоизм. А когда вы просто не даёте своё – это не эгоизм, это ваше право.

(Ирина) Итак, что чувствуешь?

Михаил: Я чувствую, что у меня всё равно вот такое бывает, когда ты видишь человека, и он не просит тебя. Ты знаешь, что можешь помочь, и это хочется тебе. Но, с другой стороны, ты думаешь: «Он же не просит. Но я-то могу это сделать для него».

Ирина (МидгасКаус): Вообще, если есть желание помочь, то можно в корректной форме предложить это сделать. Не навязывая, а просто предложить: «Не нужна ли помощь?» Но если человек отказывается, то насильно не помогать. Например, даже если вы видите, что бедный человек, и вы хотите дать ему денег или что-то купить, а он говорит: «Нет, не надо, я не возьму», – настаивать на этом не нужно.

Михаил: Да, да.

Ирина (МидгасКаус): Это уже нарушение свободы воли. Но предложить, конечно, можете. Ничего тут нет предосудительного, это ваше право.

47:31 Как привить привычку вести дневник эмоций взрослым и детям?

Михаил: Как внедрять детям привычку вести дневник эмоций? Это последний вопрос.

Ирина (МидгасКаус): Хороший вопрос. Да, мы тоже сталкивались с этим вопросом. У меня тоже есть дети, которым и в школе объясняли, но я ещё до школы объяснял. И мама тоже – моя жена – объясняла. Но мы же, конечно, и сами вели, мы это показывали на своём примере. То есть они видели с детства, как мы это делаем, и мы ещё говорили о важности этого с детства.

Как сделать вам? Вы тоже сначала сами начните вести.

Михаил: Здесь вопрос больше: как привить детям привычку вести дневник эмоций, если я сам его не веду?

Ирина (МидгасКаус): Ну, он вам просто не поверит.

Михаил: Я пошутил. Да.

Ирина (МидгасКаус): Он вам просто не поверит, что это важно. Раз это для вас не важно, то он не поверит, что это для него важно. Ребёнок ориентируется, тем более до подросткового возраста, до 14 лет, когда уже у него, собственная энергоструктура начинает формироваться, во многом на своих родителей. Они для него – ориентир в мире, потому что он их знает ближе всего и во многом ещё зависим от них в своей жизни. Поэтому он ориентируется, даже если об этом не говорит и часто спорит с родителями, но внутри себя часто к ним присматривается и берёт пример.

Это естественно для детей, потому что они ещё недавно пришли в воплощение. Понятно, что их Души заблокированы памятью. И им нужно собрать до момента своего взросления как можно больше информации о мире, для того чтобы потом самостоятельно в нём жить и развиваться. И это естественный инстинкт – подражать кому-то, брать какие-то установки из семьи как свои собственные под влиянием авторитета родителей.

Всё это, конечно же, существует, особенно в детском и подростковом возрасте. Я часто встречал ситуации, когда дети копировали установки своих родителей, которые те им прививали ещё в детстве. И это записывалось в них, как звуки записывались у вас раньше на кассету, как на чистую магнитофонную плёнку. Поэтому уже во взрослом возрасте, когда они шли к Высшему Я и так далее, они эти установки в себе находили и прямо говорили: «Это от матери или от отца», – и уже осознанно меняли. И говорили: «Вот, а ведь это повлияло и на мою жизнь». Были такие случаи, на самом деле.

Поэтому вы тоже пример для своих детей: во-первых, конечно, родители, во-вторую очередь – все другие родственники: братья, сёстры, бабушки, дедушки. Чем чаще видится ребёнок с ними и общается, тем больше он и к ним начинает присматриваться – ко всем взрослым в своём окружении. Соответственно, если вы просто будете говорить, но не будете сами вести дневник эмоций, то для него это просто слова будут – это не серьёзно будет. Точно так же, если вы, например, говорите своему ребёнку...

(Ирина) Он сейчас мне показывает, я поняла, да.

(МидгасКаус) Например, если вы говорите своему ребёнку: «Будь всегда честным, никогда никого не обманывай», – но начинаете говорить ложь или делать какие-либо нечестные поступки в его присутствии, он поверит поступкам. Во-первых, у него сразу пропадёт доверие к вам, вашим словам. А во-вторых, он будет вашим поступкам верить. Точно так же и в любом другом случае. Например, я часто тоже видел ситуацию, если сами родители курят сигареты, но при этом начинают говорить ребёнку: «Курить вредно», – то, как вы думаете?..

52:12 Земное воспитание – анекдот для эслеровцев.

Ирина: Анекдот! Вот для него это точно анекдот. Вот вы спрашиваете, какой

анекдот у них существует? Вот это для них – точно анекдот, что он мне сейчас показывает. Если на Эслере показать отца с сигаретой во рту, и он, выпуская дым, смотрит на маленького сына и говорит, что курить тому вредно. Это для них точно анекдот будет, они будут смеяться.

Михаил: Если он ещё при этом покажет свой рот: «Смотри: от этого рот весь жёлтый становится, руки жёлтые. Смотри: я кашляю при этом. Видишь, как вредно курить!»

Ирина (МидгасКаус): Да, но для него это будет, во-первых, неправда, потому что он уверен в том, что родители всегда всё делают правильно. Поэтому как папа может делать вредно себе?

Михаил: Безусловно.

Ирина (МидгасКаус): Это уже потом, когда становится взрослым, он понимает, что человек может сам себе вредить, и так далее. А пока маленький, он верит, что если родители что-то сделали, значит, это нужно, полезно точно так же. Это не обязательно, конечно, что он непременно будет курить, потому что, когда наступит подростковый возраст, он переосмыслит для себя этот момент. Я просто говорю о том, что, находясь в детстве, он не поверит этим словам, если будет так.

Михаил: Хорошо. Собственным примером, да.

53:48 Как научить ребёнка вести дневник эмоций?

Михаил: А не нужно (мне такая пришла идея), допустим, перед сном спросить: «Сыночек или доченька, что ты сегодня почувствовала? Вот, когда бабушка сказала, что ты почувствовала при этом?» Не нужны какие-то, может быть, наводящие вопросы?

Ирина (МидгасКаус): Нужно объяснять. Во-первых, когда ребёнок уже умеет писать, нужно его ещё и заинтересовать этим, объяснить ему на понятном языке, для чего это вообще нужно. Нужно заинтересовать его, сказать: «Записывая свои чувства и эмоции, ты потом будешь их читать и будешь понимать, откуда они у тебя взялись». Но для этого уже нужно ребёнку объяснить, что у него есть цели и задачи его развития.

Михаил: Да, для чего всё это нужно.

Ирина (МидгасКаус): Что он не просто живёт здесь, потому что его родили. Во-первых, объяснить ему, что он воплотился, что он разумный Дух.

То есть ведение дневника, оно не может быть оторвано от общей канвы духовного развития, если мы не хотим этот процесс сделать просто ничего незначущим.

Михаил: Да, я понимаю. Это как бы уже сама цель: определить, для чего я это делаю.

55:22 Разговор с детьми об их чувствах и эмоциях.

Михаил: А вот пока ребёнок ещё не понимает, для чего я это делаю, может быть, просто обращать его внимание на собственные эмоции тем, чтобы он знал, что папа вечером спросит, что он испытывал днём?

Ирина (МидгасКаус): Очень хорошо. Вообще с детьми хорошо больше разговаривать именно об их чувствах и спрашивать о них: «Что ты чувствуешь? Как ты прожил день? Что тебе приснилось ночью?» Утром мы начинаем спрашивать: «А что тебе снилось ночью? Как ты спал?» И дальше уже днём, например, если он испытает какую-то эмоцию, и родители это видят. Например, он разозлился или испугался, можно спросить: «А что ты чувствуешь сейчас?» То есть обратить его внимание, чтобы он привык в себя смотреть.

Потом он будет просто уметь вести этот дневник, когда уже научится писать. Но это уже должно быть даже, когда он только научится разговаривать, то есть постепенно. Даже через физические ощущения, например, когда он маленький бегаёт, ударился, и ему больно (показывает). Сказать: «Покажи, где тебе больно?» И дальше уже закрыть глаза, представить, что на эту больную руку или ногу, где болит, светит солнышко. Мы не

говорим: «Посылаю Свет своей Души», – он ещё не поймёт в этом возрасте. «Представь, что там загорается солнышко, и солнечный свет начинает выгонять эту боль».

(Ирина) Итак, что ты чувствуешь?

Михаил: Продолжайте, это очень интересно. Вот это здорово! Я бы сказал даже, что для детей и для родителей нужно, наверное, даже отдельное видео сделать, потому что там другой подход.

Ирина: Да.

Михаил: Потрясающе! И этому же можно научить, как, допустим: «Я сегодня был в песочнице, мальчик у меня отнял какую-то машинку, я его ударил». Допустим, эту ситуацию разобрать. «Сыночек, ...» Допустим, вот это всё было бы интересно.

Ирина (МидгасКаус): Да. «А что ты почувствовал, когда он у тебя отнял машинку?»

Михаил: Да, вот именно.

Ирина (МидгасКаус): И дальше уже работаем с этим. Он скажет: «Машинка моя, а он её отобрал». – «Ты его ударил, чтобы он вернул тебе её? А почему ты просто не попросил?» Вот такие какие-то вопросы простые должны быть, чтобы ребёнок задумывался.

И вечером, когда ребёнок ложится спать, очень хорошо также будет, во-первых, расспросить минут 5-10 минут (показывает): «Как прошёл день? Чему ты новому научился? Чему ты обрадовался больше всего в этот день? Чему ты огорчился больше всего в этот день?» И соответствующим образом поработать с этими эмоциями. То, что его порадовало, например, он скажет.

И далее: «Что тебе в этом дне? Вот видишь: солнышко заходит, и оттого, что солнышко склонилось к земле и зашло, твои веки тоже клонятся вниз. Ты видишь, что темно, и ты хочешь спать. Но давай мы подумаем: когда солнышко взошло, ты снова увидел этот мир, и вот ты прожил день до захода солнышка». То есть у него день от восхода до заката должен быть синхронизирован с ритмами природы: «Вот за то время, пока солнце было над землёй, пока оно светило, что светлого, радостного случилось с тобой в этот день? Что ты можешь показать солнышку, какой Свет?»

Михаил: Как здорово, Ирина!

Ирина: Как тебе такое?

Михаил: Это даже для меня полезно.

Ирина: Я говорю, как тебе такое?

Михаил: Я даже сам представлял. Я тоже себя будут спрашивать: «Вот когда солнышко было, что со мной хорошего произошло?» Потому что мы как-то привыкли, что в дневник эмоций нужно записывать только всё негативное.

А вот последний вопрос.

Ирина (МидгасКаус): Хорошо. Если он подумал и сказал: «Меня там что-то обрадовало», – с этой эмоцией тоже надо работать: «Давай мы поблагодарим тех людей, те обстоятельства, которые тебе принесли радость. Скажи, что ты благодаришь их. Закрой глаза, поблагодари их и представь, что ты им посылаешь Любовь. Представь, что Любовь – это тоже Свет, такой же как солнышко». Детям нужно такими простыми образами и объяснять.

А потом спрашиваете: «А что же тебя огорчило, пока солнце было на небе? Ведь оно такое красивое, что, когда светит, казалось бы, невозможно огорчаться. А что-то было такое у тебя, что ты можешь рассказать солнышку, чтобы оно своим Светом прогнало эту грусть-тоску?»

(Ирина) Итак, как тебе такое?

Михаил: Потрясающе! Это вопрос для родителей тоже.

Ирина: Нет. Я говорю, как тебе такие вопросы детям?

Михаил: Потрясающе вообще – это настолько добрые приёмы, настолько тонкая воспитательная работа будет в дитё, в ребёнке.

Ирина (МидгасКаус): Давай мы сейчас спросим. Вот если бы ты был мальчиком лет пяти, и тебе бы такие вопросы задавали мама и папа, что бы ты почувствовал?

Михаил: Это бы полностью поменяло мою жизнь – всё было бы по-другому.

Ирина: Интересно?

Михаил: Очень интересно. Мид, огромное тебе спасибо за то, что ты нам даёшь такие прекрасные практики!

Ирина (МидгасКаус): Да, вот ещё что насчёт огорчения. Если ребёнок скажет: «Ничего», – не спорить, даже если вы что-то помните: «А вот это...» Не напоминать ему, он должен сам это сказать. Значит, он не хочет говорить, и не надо настаивать. А вот если он всё-таки сказал, что его огорчило, например: «Меня там обидел кто-то, я испугался», – или ещё что-то, что он вспомнит, какую-то эмоцию, спросите: «А что это было? Давай мы покажем солнышку. Что это за ситуация? Что это был за человек? Что это за событие?» И дальше, но смотря что он скажет, например: «Меня обидел кто-то в песочнице, забрал у меня машинку, я расстроился».

Михаил: Тарелочку, летающую тарелку.

Ирина (МидгасКаус):

– Забрал, и мне стало грустно, обидно, – или ещё что-то скажет.

– Ну, давай мы посмотрим. А кто это сделал? Какая-то Катя, или Паша, или ещё кто-то? Ну, хорошо, закрывай глаза. Ты помнишь его?

– Да, помню.

– Вспомни его и представь, что он сидит рядом с тобой и ты ему говоришь: «Маша (Паша), я посылаю тебе Свет своей Любви».

Ведь уже дети очень маленькие понимают, что такое Любовь, они её чувствуют.

– Я посылаю тебе Свет своей Любви в твоё сердечко, чтобы оно у тебя стало тёплым и мягким, и чтобы ты перестал злиться и стал счастливым, как я сейчас и как это солнышко.

(Ирина) Как тебе такое?

Михаил: Да, здорово, правильно, очень правильно! Это находит отклик, понимаешь, прямо сердце радуется, возрадуется просто.

Ирина: Вот они так именно начинают воспитывать своих детей, которые ещё в школу не ходят.

1:04:00 Работа над очищением своего Духовного сердца.

Михаил: Мид, но скажи ещё, пожалуйста, как работать с положительными эмоциями? Вот мы записываем, что...

Ирина (МидгасКаус): За них благодарить. Благодарить свою Душу, благодарить своё Высшее Я за то, что вы их испытали. И это будет ещё больше увеличивать количество положительных эмоций.

Михаил: И всё, да?

Ирина (МидгасКаус): Ну смотри: если это была радость, вы можете рассмотреть, в каких ситуациях она у вас появилась. Вы можете спросить: «А что сделать, чтобы этих ситуаций было больше?» Можете тоже поработать.

Но в основном, конечно, дневник эмоций связан с отслеживанием негатива и с изменением установок. Потому что, когда их убираешь, когда очищаешь своё Сердце, оно наполняется Любовью. Когда Сердце чистое от всего негатива, оно наполняется Любовью даже не то что автоматически – та Искра Божья, которая есть в каждом Сердце, она разгорается всё ярче и ярче при убирании вот этих покровов, которые его покрывают, как чёрная ткань покрывает светящуюся лампу.

(Ирина) Он мне сейчас показывает такой тёмный абажур, и через него свет проникает тусклый.

(МидгасКаус) А если его убирать: один слой, другой слой – он будет ярче разгораться. Понимаешь?

Михаил: Да, я понимаю.

Ирина (МидгасКаус): Поэтому работа над очищением собственного Сердца – это главная работа Духа во всех воплощениях. Чистое Сердце вмещает всю Вселенную, и в нём царит Бог, как Господин. А сам Дух является Его частью, а из-за этого тоже – Господином Вселенной.

Михаил: Чем чище Сердце, тем больше Господина над Вселенной.

Ирина (МидгасКаус): Да.

(Ирина) Итак, что чувствуешь?

Михаил: Чувствую Свет, чувствую радость, чувствую, что те люди, которые будут это смотреть, наши зрители, им сегодняшняя наша встреча всем очень поможет. Я считаю, что тем, кто задумывается, это очень поможет.

1:06:34 Благодарности.

Михаил: Большое спасибо, Мид! Большое спасибо, Ирочка! У меня просто нет слов! Я просто счастлив.

Ирина: Благодарю МидгасКауса! Было очень интересно. Благодарю, Михаила. Тоже очень интересные вопросы и практики. Благодарю вас, дорогие зрители! Надеюсь, вам тоже было интересно и полезно. Применяйте эти знания, и ваша жизнь изменится.

Михаил: До свидания!

Транскрибатор – Злыгостева Галина.
Корректор – Шепелёва Ольга (Еланцева)