

ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ "АТМА"

ЧЕК-ЛИСТ

4 ВАЖНЫХ ШАГА НА ПУТИ
К ДУХОВНОМУ РОСТУ



Основные шаги на пути к духовному росту

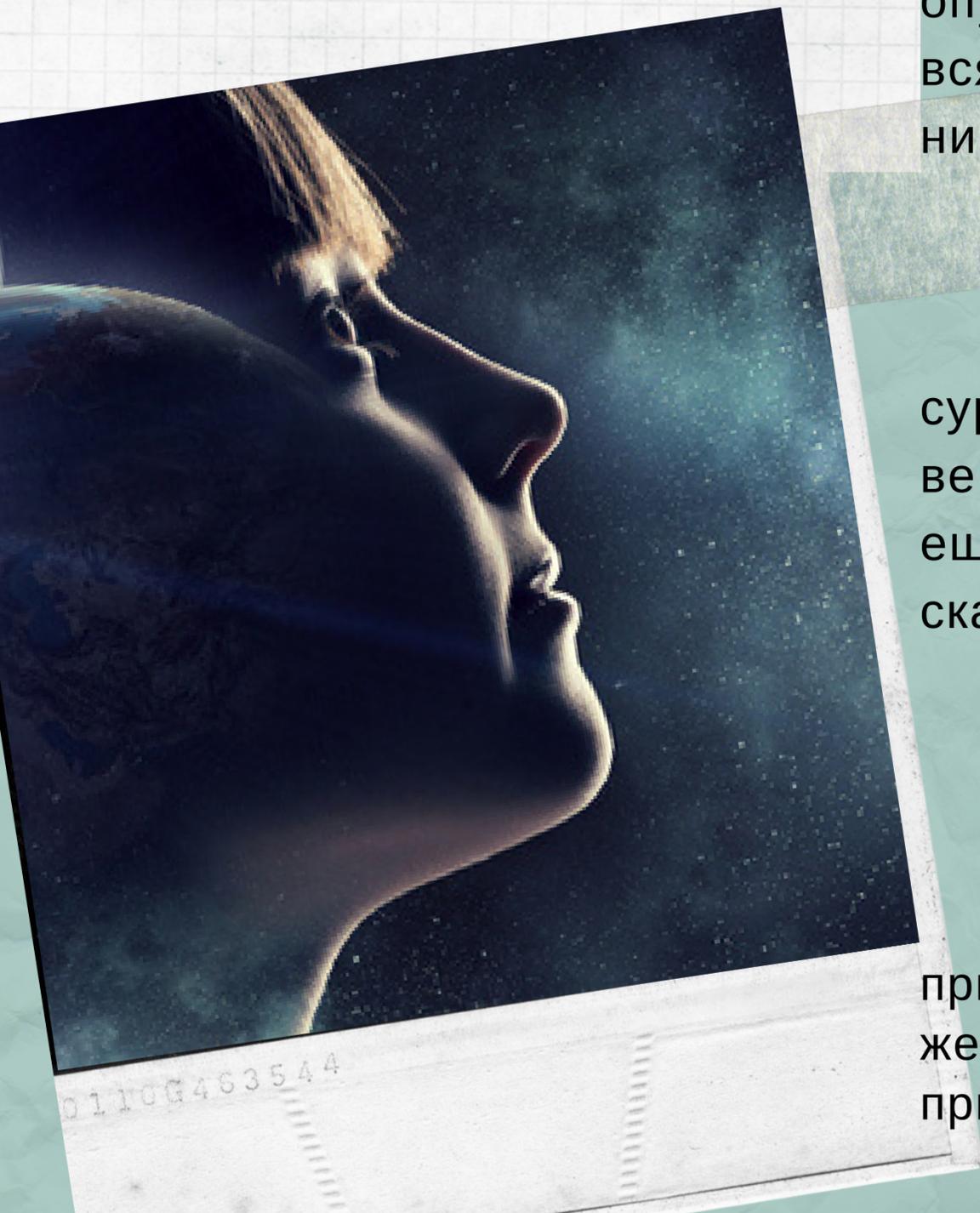
1 Осознанное желание изменить
свою жизнь

2 Очищение физического тела

3 Очищение астрального тела

4 Очищение ментального тела

ОСОЗНАННОЕ ЖЕЛАНИЕ ИЗМЕНИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ



Осознанное желание изменить свою жизнь - это должно быть вашим выбором, а именно ваше искреннее желание изменений.

Это ваш сознательный выбор дороги Света.

Когда вы устали от жизни, которую проживаете, чувствуя себя опустошенным, когда вы замечаете, что все, чем вы живете, дышите, что вся информация вокруг Вас, давит и угнетает, не дает радости ни сердцу, ни в душе - значит, Ваше время преобразования и изменений пришло.

Ваше зерно Духа, готовится к прорастанию.

Сядьте в тихом, спокойном месте. Прочитайте молитву, мантру, суру или другое обращение к Высшим Силам, в зависимости от вашего вероисповедания. Подышите ровно и спокойно, очень медленно вдыхая и еще медленнее выдыхая воздух. Посидите так пять минут и затем скажите мысленно себе:

«Я всем своим сердцем желаю идти дорогой Света, в истинном познании Бога и служении Его плану Эволюции».

Повторите это несколько раз, все замедляя каждое слово. Затем прислушайтесь к своим ощущениям и мыслям. Если у вас не появилось жесткого отчуждения и раздражения, то можете с еще большим усердием применять следующие этапы работы над собой.

Очищение нашего физического тела необходимо так же, как и очищение астрального и ментального тел.

Невозможно драгоценную жемчужину хранить в грязном сосуде. Наше физическое тело и является именно тем сосудом, в который нам необходимо поместить жемчужину роста Духа, для дальнейшего взращивания.

Необходимо проводить регулярное очищение кишечника, чистку печени и почек (если нет противопоказаний для таких процедур).

Обращайте внимание на лунные циклы.

Все очистительные процедуры органов нашего тела необходимо проводить на убывающую луну, сразу после полнолуния.

Необходимо знать то, что мы должны обратить внимание на ту пищу, которую мы едим:

- кем она приготовлена;
- в каких условиях она готовится и с какими мыслями;
- с какими мыслями мы поглощаем пищу;
- в каком настроении.

ОЧИЩЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ТЕЛА





Уделить должное внимание воде, которую мы употребляем:

- вода, должна выпиваться в достаточном количестве за день.
- вода, должна быть энергетически чистой.

Свойства ее структуры имеют магнетическую способность впитывать любую информацию.

По этой причине она может иметь, как целительное качество, так и разрушительное для нашего организма.

- если у вас есть сомнения в энергетическом качестве воды, то можно подождать некоторое время и напитать ее молитвой, мантрой, чистыми мыслями, а затем пить.
- можно налить воду в емкость и положить ее в морозильную камеру, подождать пока она замерзнет. Затем разморозить, прочитав над ней молитвы, мантры, суры, но размораживать такую воду надо не до конца, а остаток не пить.
- после всех очистительных фильтров, воду тоже необходимо наполнить чистыми, светлыми мыслями.
- можно доливать немного святой воды в емкость с водой.

Это может показаться утомительным, но на самом деле это все очень просто и быстро.

ЧТО ЖЕ
МОЖНО СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ
ВОДА ИМЕЛА ЦЕЛИТЕЛЬНОЕ
КАЧЕСТВО?

Астральное тело – это тело наших эмоций.

При возвращении в себе порочных страстей, гнева, ненависти, страха, обиды, вины, чувства мести и жалости к себе, мы уплотняем это тело, понижая частоту вибраций. Все эти эмоции образуют в организме яд, который несет заболевания и разложение физическим клеткам.

Для очищения необходимо упорство, настойчивость и желание меняться.

Проработка и очищение астрального тела происходит с помощью:

- практики прощения и очищения сердца;
- очищения нервной системы, с помощью дыхательных упражнений (Обращаю ваше внимание!!! Дыхательные упражнения не на задержку дыхания);
- гармонизации чакр, с помощью медитаций, кристаллотерапии, проработки психосоматических блоков;
- осознанного понимания необходимости своего изменения.

Необходимо неудержимое желание изменить себя, познавая и исследуя глубины своей души и очищая сердце от всего негативного.

ОЧИЩЕНИЕ АСТРАЛЬНОГО ТЕЛА



ОЧИЩЕНИЕ МЕНТАЛЬНОГО ТЕЛА

Ментальное тело -это тело наших мыслей.

Очищение ментального тела происходит с помощью:

- медитаций;
- осознанного чтения молитв, мантр, сур, священных писаний (в зависимости от вероисповедания), которые создают вибрации высокой частоты, дающие очищение ментальному телу;
- контроля за своими мыслями, ощущениями и желаниями. Выравнивание их и направление в нравственную сторону;
- самонаблюдения;
- самоанализа негативных черт своего характера, устремляя ум к разбору своих ошибок, с целью недопустимости их повторения;
- необходимо осознанно посмотреть на:

Как живем? Что делаем? Как мы это делаем? Что думаем?
Какие мысли посещают нас?





КОРОЛЬЧУК
ВАЛЕНТИНА

Меня зовут - **Корольчук Валентина**
(@korolchuk_valentina)

Я - духовный целитель, парапсихолог,
биоэнерготерапевт, медиум.
Являюсь проводником между тонким и
физическим мирами.

Делюсь своими знаниями о жизни
после смерти.

Покажу Вам путь Любви, который ведет
к Свету.

Делюсь знаниями, основанными на
личной практике и опыте, на пути
духовного развития, под руководством
небесного Учителя.