

Ребефинг. Андрей

1 опыт (8 мая 2010 года в 13-00)

О ребефинге я впервые услышал от своей супруги, она проходила данные практики уже 4 раза. Из ее рассказов и рассказов Натальи и Игоря Николаевича (гуру) я усвоил для себя две главные вещи:

1. Данная техника может позволить проникнуть в глубины сознания, узнать о своих предыдущих рождениях, о своем предназначении в настоящем рождении в теле человека на земле.
2. Можно оздоровить свой организм, сняв блокировки течения энергии в теле.

Идя на ребефинг, я опасался лишь одного, что будет тяжело дышать два часа. Но все прошло легко и без каких-либо напряжений.

Главное, как мне показалось, не нужно бояться, нужно довериться «проводнику-гуру» и следовать за своими ощущениями, образами и чувствами!

Мои ощущения.

В течение первых пяти минут со мной ничего не происходило, но затем я почувствовал, как мое тело наполняется теплом, особенно ноги. Но вот руки оставались холодными, и постепенно я стал ощущать, как они наполняются тяжестью. Ладони моих рук были обращены вверх, и я чувствовал, как пальцы рук сковываются, немного подтягиваются к центру ладоней, возникло ощущение наполнения ладоней и всех рук (до плеч) чем-то плотным и объемным, как будто в руки положили слитки из какого-то материала (прохладного металла), который точно заполнил мои ладони по рельефу. Я совершенно точно ощущал объем слитков, их толщина показалась мне равной 3 см. Мне было интересно, что это, и когда это пройдет или во что выльется. Процесс напряжения в руках постепенно нарастал, и я ждал его разрядки. По технике выполнения ребефинга, процесс напряженного дыхания необходимо было чередовать с расслаблением. В момент первой паузы – расслабления, Наталия («проводник-гуру») подсказала, как можно снять напряжение. Она рекомендовала подвигать руками, постучать ими, или перевернуть их, поводить ими в разные стороны. Я последовал ее совету, перевернул кисти рук и стал совершать движения пальцами и руками в воздухе. Это изменило мои ощущения. Я почувствовал, как энергия потекла по моим рукам, пальцам, тяжесть и скованность сходилась на нет. Я ощущал тонкую оболочку энергии вокруг кистей, пальцы были слегка занемевшими, но это не давало чувство дискомфорта, наоборот казалось, что пальцы стали гибкими и какими-то легкими, они плавно и гармонично двигались. Мне казалось, что мои руки стали руками пианиста. Потом мне захотелось своими руками поводить вокруг своего тела, и я совершенно ясно ощутил тепло от них и прилив энергии по всему телу, как будто оболочка вокруг рук стала создавать такую же оболочку энергии вокруг тела. Меня стали увлекать эти новые и не знакомые ощущения, захотелось двигаться дальше.

Я продолжил дыхание, пропуская даже несколько пауз – периодов релаксации. В моем сознании возникла мысль, что у меня все получается, и я могу двигаться дальше в постижении знаний и новых ощущений. Я стал терять ход времени, потому что полностью переключился на дыхание и ощущения в своем теле. Мне хотелось не только испытать новые ощущения, но и что-то увидеть. И в какой-то момент я увидел. На уровне третьего глаза я увидел сине-фиолетовый треугольный силуэт похожий на человека в позе лотоса, силуэт не был четким или ясным, напротив, это было нечто размытое. Почему-то для себя я подумал, что это Будда – медицины. Таким я его себе когда-то представлял, читая трактаты о тибетской медицине – «Чжуд-ши». Вдруг, из верхней части этого сине-фиолетового силуэта, возможно головы, появилась сначала одна яркая белая точка света, а затем и еще три, образовав ромб из четырех белых ярких точек света. Мне очень понравилось это видение, и я не хотел его отпускать или потерять, но оно оказалось не долгим и исчезло.

Я решил продолжать практику дыхания, не забывая чередовать с отдыхом. Ведь видение возникло как раз в процессе отдыха. Наташа («проводник-гуру»), которая следила за процессом ребефинга, как раз рекомендовала мне отдыхать. В душе я радовался своим достижениям. Я начал усиленно дышать, мне захотелось дышать всем телом. Я стал изгибаться при дыхании, дышать животом, мне доставляло это удовольствие. Вдруг в какой-то момент я ощутил, что мои губы, мой рот хочет улыбаться, смеяться. Вначале это было не явное желание, но когда я решил отдаться этому ощущению, оно стало нарастать. Я стал смеяться, мне стало очень хорошо, все мое тело дрожало от смеха. Я чувствовал радость всем телом, правда при смехе у меня появились небольшие болезненные – колющие ощущения в правом боку в районе талии. Я

почему то вспомнил как мама, когда то в детстве меня больно ударила тазиком, за мои проделки. Она вешала белье и в момент, когда я что то натворил, у нее под рукой был тазик, она меня им стукнула. Мне было больно. Я помню, как плакал и обижался на нее. Довольно долгое время я помнил этот случай и думал, что простил ее уже в сознательном возрасте. И вот этот случай всплыл из моей жизни на ребефинге. Я подумал про себя, что очень люблю маму, что прощаю ее и не обижаюсь на нее, что мама любит меня. Я осознал, что любовь самое главное чувство в нашей жизни. И после этого я ощутил, как боль в правом боку ушла, мне стало легко смеяться, мне было просто легко. Я продолжил руками водить по своему телу и ощущать как радость наполняет меня. Я испытывал блаженство, я прикладывал сложенные вместе руки к груди и к голове и ощущал поток энергии втекающий в меня. Постепенно чувство радости и любви нарастало, мне хотелось им поделиться со всеми присутствующими на ребефинге. Я стал ощущать, как из моих ладоней течет энергия любви и счастья. Я стал водить своими ладонями по залу вверх и вниз, как бы заполняя весь зал этой энергией, мне хотелось чтобы каждый человек в зале испытал тоже чувство радости и любви что и я. Наполнив зал этой энергией, я направил ее на камни – кремний, которые принес с собой. (Почему то в этот день я решил принести кремний и показать Наташе. Мне хотелось убедиться в этот день, что я могу с легкостью определять кремний на море. Перед ребефингом я показал камни Наталье и получил подтверждение, что это кремний. Мне захотелось поделиться им со всеми. Наташа предложила сделать это после практики.) Я заряжал камни любовью и радостью!

Затем я хотел идти дальше в своих достижениях и продолжил технику дыхания. Продышав какое то время, я решил сделать небольшой отдых, и тут же испытал чувство безграничного счастья, абсолютного и беспричинного счастья! Это было чудом, я смеялся и радовался. Я ощутил, как пальцы моих рук немного напряглись (это было приятное напряжение). Из каждого пальца полились потоки энергии. Было ясное ощущение, что из каждого плаца выходило по три - четыре потока, причем течение энергии было сильным и мощным. Мне казалось, что цвет этой энергии – фиолетовый. В моем сознании появилась мысль, что я могу этой энергией лечить людей, творить чудеса. Я поднял руки вверх и ощутил как энергия поднимается большим фиолетовым столбом в небо. Я стал водить руками вверх и вниз, формируя фиолетовую сферу над залом. Мне казалось, что я наполню тем самым зал счастьем и здоровьем. Наполнив зал, окружающих меня людей этой энергией, я продолжил наслаждаться абсолютной радостью. Потом вдруг я услышал голоса. Я подумал, как же так, почему люди, у которых возможно не получилось уйти в измененное состояние сознания, не вышли в коридор, а разговаривают прямо в зале и мешают другим. Затем я услышал голос Натальи с просьбой выходить, возвращаться. Я подумал о том что, мы только начали, я слышал в разговорах про 1 час 50 минут, но не верил в это. Для меня все длилось лишь несколько минут. Я продолжал пребывать в состоянии абсолютного счастья и радости, мне было очень хорошо. Я самопроизвольно смеялся, я не препятствовал этому. А полностью отдался своим ощущениям. В душе я благодарил Бога за такой подарок. Затем подошла Наташа и стала выводить меня, я помню, как говорил ей, что не хочу выходить, а она настаивала. Сказала что, я нужен всем здесь. Я все равно не хотел выходить из этого состояния счастья. Это было невероятно, я осознавал все происходившее вокруг меня по голосам и звукам и продолжал пребывать в состоянии абсолютного счастья. Наташа вывела со второго раза, повернув меня набок, а затем через какое то время, сняв повязку с глаз. В момент, когда она сняла повязку с моих глаз, произошло что то невероятное. Во-первых, в меня ворвался очень яркий и белый свет. Во-вторых, я совершенно четко ощутил, что я был не здесь, хотя и слышал все голоса. В-третьих, я не чувствовал своего тела (мое сознание существовало без тела).

Какое то время я не мог пошевелиться. Постепенно мое сознание захватывало все больше участков моего тела и я смог шевелить руками и ногами, подняться. Встав, я продолжал пребывать, где то не здесь, я был как бы посередине между этим миром и другим. В течение получаса мне было по прежнему весело. Я самопроизвольно смеялся и радовался, я не мог контролировать этот процесс и свои эмоции. Пока я не начал прием пищи (есть орехи с изюмом и пить кефир) я не мог до конца выйти в свое прежнее состояние. Меня это не пугало, я был в приятном расслабленном состоянии после ребефинга. Я продолжал пребывать в состоянии счастья! В момент, когда все участники рассказывали о своих ощущениях я пребывал в состоянии «кайфа», эйфории. Количество эндорфина (гормона счастья) во мне явно зашкаливало.

После ребефинга я не испытывал никакого дискомфорта с легкими или дыханием, чего в общем то опасался перед этой техникой. В течение трех дней после практики, в моменты, когда я вспоминал себя на ребефинге, я начинал смеяться и радоваться, как будто вновь окунался в этот мир счастья. После ребефинга я пребывал в спокойном состоянии духа, у меня обострилось ощущение вкуса, я стал сильнее ощущать соль в продуктах. После ребефинга я почти сутки не хотел есть. Я очень благодарен Наталье и Игорю Николаевичу за этот опыт. Я благодарен Богу

за свои ощущения. Мой первый ребефинг был незабываемым приключением! Я продолжу эту практику 15 мая. Желаю всем такого же счастья, радости и любви! Намасте!