

ХРАНИТЕЛИ РОДА

Сила семи поколений:
как вернуть поддержку предков



Елена Вем

Елена Вем

**Хранители рода. Сила
семи поколений: как
вернуть поддержку предков**

«Автор»

2026

Вем Е.

Хранители рода. Сила семи поколений: как вернуть поддержку предков / Е. Вем — «Автор», 2026

«Ты не одна. Никогда не была». За твоей спиной стоят 254 человека — семь поколений твоего рода. Они передали тебе не только кровь, но и судьбу: страхи, силу, любовь, таланты и незавершённые истории. Иногда родовые программы проявляются как повторяющиеся сценарии — проблемы с деньгами, отношениями или здоровьем. Но связь с родом можно восстановить. Эта книга — не просто теория. Это практическое руководство: 100 кодов, ритуалы очищения рода и практики для восстановления силы предков. Ты узнаешь:— как распознать родовые программы— как снять родовые проклятия— как отпустить тяжёлые судьбы предков— как вернуть поддержку своего рода. Если ты устала бороться с жизнью в одиночку — открой эту книгу. Хранители рода уже рядом. Они ждут твоего зова.

© Вем Е., 2026

© Автор, 2026

Содержание

От автора	5
ВВЕДЕНИЕ	6
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ - ВХОД	7
Глава 1. Кто стоит за твоей спиной	8
Глава 2. Семь поколений – семь тел	11
Глава 3. Первый контакт	15
Глава 4. Код доступа	18
ЧАСТЬ ВТОРАЯ - СЕМЬ КЛЮЧЕЙ	21
Глава 5. Я есть	22
Глава 6. Первое тело. Мать и отец	25
Глава 7. Второе тело. Бабушки и дедушки	28
Глава 8. Третье тело. Прабабушки и прадедушки	30
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Хранители рода. Сила семи поколений: как вернуть поддержку предков

*Невидимые руки за спиной,
Незримые шаги за поворотом – Мы связаны одною кровью,
Одним дыханием, одним полётом.*

От автора

Дорогой читатель Эта книга — моё мнение, основанное на опыте работы с родом. Я не претендую на истину в последней инстанции. Я просто делюсь тем, что работает у меня. Если это откликнется тебе — пользуйся. Если нет — закрой книгу. Твой путь может быть другим.

ВВЕДЕНИЕ

Ты когда-нибудь чувствовала это? Легкое тепло между лопаток в минуту отчаяния. Словно кто-то неслышимый подошел и встал за спиной.

Это не игра воображения. Это Хранители.

Так я называю тех, кто жил до тебя. Твоя кровь. Твои родители, бабушки, дедушки, прабабушки, прадедушки – все, чья жизнь продолжается в тебе. Они ушли, но не исчезли. Они стоят за твоей спиной и ждут, когда ты вспомнишь.

Эта книга родилась из боли – из слез женщин, которые приходили ко мне с пустыми кошельками и разбитыми сердцами. Я писала ее, чтобы ты знала: та тяжесть, которую ты несешь, – не твоя. Или не только твоя. Это груз забытых судеб, непрощенных обид, нерассказанных трагедий. И его можно снять.

Как работать с этой книгой? Ты можешь читать ее подряд. А можешь открывать нужную главу, когда приходит проблема.

Деньги – глава 8.

Любовь – глава 9.

Страх – глава 4.

Здоровье – глава 10.

Болезни рода – часть 4.

Я не обещаю чуда за неделю. Я обещаю другое: когда ты дойдешь до конца, ты перестанешь бояться. Потому что за твоей спиной будет стоять армия. Семь поколений, которые ждали тебя.

И еще. Не читай эту книгу на ночь. Если не уснешь – не жалуйся. Они придут.

А сейчас закрой глаза. Положи правую руку на сердце. Сделай три глубоких вдоха. И шепотом, про себя, скажи три раза:

Семеро за мной. Четверо предо мной. Двое надо мной. Одна во мне. Я здесь. Я слышу. Я открыта.

Не бойся, если ничего не почувствуешь сразу. Иногда они проверяют. Иногда ждут. Но знай: пароль принят.

Добро пожаловать домой.

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ - ВХОД

Глава 1. Кто стоит за твоей спиной

Одна женщина стояла на берегу реки и смотрела в воду. Жизнь у нее была тяжелая: работа, долги, болезни, одиночество. Она устала. Мимо проходил старик.

– Ты чего стоишь? – спросил он.

– Думаю, – ответила женщина. – Думаю, как дальше жить. Сил нет.

– А ты оглянись, – сказал старик.

Женщина оглянулась. За ее спиной стояли люди. Много людей. Старые и молодые, в странной одежде, с лицами, похожими на нее.

– Кто это? – испугалась женщина.

– Это твои, – ответил старик. – Твои родители, деды, прадеды. Все, кто до тебя был. Все, кто тебя к этой реке привел.

– А почему они молчат?

– А ты спроси...

Женщина хотела спросить, но вдруг поняла, что не знает их имен. Не знает, как они жили, о чем мечтали, от чего умирали. Она отвернулась от них много лет назад. Решила, что сама справится. И тут один из стоящих самый старый, с седой бородой шагнул вперед и положил руку ей на плечо.

– Мы всегда были здесь, – сказал он. – Ты просто перестала смотреть.

Женщина проснулась. Это был сон? Или не сон? Она так и не поняла. Но с той ночи что-то изменилось. Она начала спрашивать. Искать. Вспоминать. И жизнь пошла по-другому...

Стоп.

Закрой книгу.

Положи руки на колени.

Сделай три глубоких вдоха. А сейчас слушай.

То, что ты сейчас держишь в руках не просто книга. Это ключ.

Ключ к двери, которую ты возможно никогда не открывала, но которая всегда была за твоей спиной.

Ты чувствуешь это?

Сейчас, когда читаешь эти строки, легкое давление между лопаток?

Холодок в затылке?

Тепло в груди?

Не оборачивайся.

Там никого нет. С точки зрения твоих глаз.

Но с точки зрения мира, который реальнее этого стула, этого пола, этого тела, там кто-то есть. Всегда был.

Эту книга для тех, кто чувствует себя одиноким.

Для тех, кто устал.

Для тех, кто думает, что все в этой жизни нужно тащить самостоятельно.

Для тех, кто потерял опору.

Для тех, кому за пятьдесят и кажется, что жизнь уже прошла.

Для тех, кому за тридцать и непонятно, что дальше.

Для тех, кому двадцать и страшно.

Для всех женщин, которые забыли, что они не одни.

Хранители. Так я назвала тех, кто стоит за твоей спиной.

В разных традициях их называли по-разному.

Ангелы-хранители.
Духи предков.
Родовые покровители.
Умершие родственники.

Суть одна. Это те, кто жил до тебя.
Те, чья кровь течет в твоих жилах.
Те, кто передал тебе не только цвет глаз и форму носа, но и судьбу, и болезни, и счастье, и проклятия.

Здесь важно не перепутать принятие с оправданием.

Принять предка — значит признать простую вещь: этот человек был. Он часть твоего рода, и без него цепочка, которая привела к тебе, выглядела бы иначе.

Это не значит называть хорошим то, что было плохим. Не значит согласиться с жестокостью, предательством или чужими ошибками.

То же самое с прощением. В этой книге прощение нужно не для того, чтобы снять ответственность с умершего. Оно нужно живому, чтобы перестать носить чужой поступок внутри себя.

Можно сказать: *«Ты мой предок. Я признаю тебя. Я вижу то, что было. Я не оправдываю твоих поступков, но больше не буду нести их как свои. Я отпускаю тебя и оставляю себе жизнь»*.

Иногда именно так и выглядит примирение с родом: не забыть, не оправдать, а поставить прошлое на его место.

Семь поколений. Двести пятьдесят четыре человека. Все они так или иначе повлияли на то, кто ты есть сегодня. И все они продолжают влиять на то, что с тобой происходит. Хочешь ты того или нет.

За последние сто лет связь с родом была разрушена трижды.

Первый удар революция. Нас заставили стыдиться своего происхождения. Крестьяне, купцы, мещане, дворяне все стало стыдным. Люди жгли документы, меняли фамилии, отрекались от отцов. Родовая память ушла в подполье.

Второй удар война. Миллионы погибших, пропавших без вести, нерожденных. Ниточки оборвались. Бабки молчали о том, как хоронили детей, как выживали в голод, как теряли мужей. Молчали, потому что больно. А дети росли и не знали.

Третий удар цифра. Мы переселились в телефоны. Наше общение с миром — это лайки. Наша память это фото в облаке. Мы помним имена блогеров, но не помним имен своих прадедов. Мы знаем, что было вчера в новостях, но не знаем, что было сто лет назад с нашей семьей.

Хранители не ушли. Они просто замолчали. Потому что не могут докричаться сквозь этот шум.

Эта книга про то, как снова научиться их слышать. Как восстановить связь. Как взять ту силу, которая принадлежит тебе по праву рождения. Как убрать то, что мешает: родовые проклятия, бедность, одиночество, болезни. Как передать своим детям чистый род, а не груз чужих ошибок.

Я не обещаю тебе, что через неделю ты станешь миллионершей. Я не говорю, что все болезни уйдут.

Я обещаю другое. Когда ты дочитаешь эту книгу до конца и выполнишь хотя бы половину того, что в ней написано, ты перестанешь бояться.

Бояться будущего, бояться одиночества, бояться, что не справишься.

Потому что за твоей спиной будет стоять армия. Твоя собственная армия. Семь поколений, которые прошли огонь, воду и медные трубы. Они выжили в войнах, родили детей в холоде, построили дома без интернета и кредитов. И сейчас они здесь. Чтобы ты могла жить.

Глава 2. Семь поколений – семь тел

Ты когда-нибудь замечала, что в самые трудные минуты внутри вдруг появляются силы, которых не было? Или, наоборот, вроде бы все хорошо, а сил нет, и непонятно почему. Или вдруг делает что-то, сама не понимая зачем. Или чувствуешь чужую боль, как свою. Или знаешь наперед, что случится, и не можешь объяснить откуда знаешь.

Это они. Твои Хранители.

В древности люди знали: человек это не только он сам. Человек – это цепочка. Семь поколений в прошлое и семь в будущее. Двести пятьдесят четыре человека, которые связаны одной кровью, одной судьбой, одной энергией. И каждый из них влияет на тебя. Каждый из них стоит за твоей спиной.

Как считать поколения

В классической генеалогии точкой отсчёта всегда являешься ты сам. Ты – центр, от которого идёт счёт вглубь веков.

Первое поколение предков – это твои родители. Их двое.

Второе поколение – бабушки и дедушки. Их четверо.

Третье – прабабушки и прадедушки. Восемь человек.

И так далее: каждое следующее поколение ровно вдвое больше предыдущего.

Если мы дойдём до **седьмого поколения**, то получим 128 человек – твоих прямых предков, живших примерно 200–250 лет назад.

А сейчас простая арифметика:

$$2 + 4 + 8 + 16 + 32 + 64 + 128 = \mathbf{254}.$$

Ровно столько людей, чья кровь течёт в твоих жилах, стоят за твоей спиной. Каждый из них в своё время любил, страдал, надеялся и ошибался. И каждый передал тебе не только цвет глаз или форму носа, но и частицу своей судьбы.

Каждое из этих семи поколений – это не просто набор людей, а целостная сила, единое тело. Родители – первое тело силы, бабушки и дедушки – второе, и так до самого глубокого, седьмого поколения. Когда мы говорим «семь тел», мы говорим обо всех 254 предках, объединённых в семь великих сил. Ты можешь обращаться к ним как к одному – к телу родителей, к телу бабушек, и они откликнутся всей своей мощью.

Но из этих двухсот пятидесяти четырёх есть семеро главных. Семь стержней. Семь тел силы. Те, кто держат твою жизнь прямо сейчас.

Давай разберем их по порядку. Чтобы ты знала, кто за что отвечает и к кому обращаться, когда что-то болит.

Точка отсчета это ты сама. Твое тело, твои мысли, твоя жизнь, которую ты живешь прямо сейчас. Ты думаешь, что это главное. Но без остальных семерых ты пустая. Как дом без фундамента. Как дерево без корней. Можно сколько угодно красить стены и менять обои, но, если корни сгнили, дом рухнет.

Ты не просто отдельный человек. Ты звено цепи. И от того, насколько ты сильна и чиста, зависит вся цепь. Если ты слабая, род слабеет. Если ты больная, род болеет. Если ты счастливая, род тянется к счастью. Ты в центре. С тебя продолжается род.

Первое поколение – это твои родители. Мать и отец. Те, кто дали тебе тело. Через них к тебе пришла жизнь. Если с ними нелады, если ты обижена, если зла, если не принимаешь их, ты перекрываешь канал, по которому к тебе идет энергия рода. Самое страшное, что можно сделать, перекрыть этот канал. Тогда ты остаешься одна. Без подпитки. Без сил. Без денег. Без удачи. Потому что удача – это не птица счастья. Удача – это когда твой род за тебя.

Второе поколение это бабушки и дедушки. Их четверо. Они дают тебе интуицию. Знаешь, откуда берутся предчувствия? От них. Когда внутри вдруг щелкает: не ходи туда, не говори этого, не бери в руки, откуда это? От бабок с дедками. Они уже прожили жизнь, они знают, где подвох. Если ты их не слышишь, если заглушила их голоса своими хотелками и амбициями, ты идешь по тонкому льду в одиночку. А они видят, куда ступить нельзя.

Третье поколение это прабабушки и прадедушки. Их восемь. Они держат твою финансовую силу. Деньги это не просто бумажки. Деньги – это энергия, которая течет по роду. Если твои предки были нищими, если их раскулачивали, если они проклинали богатство, если говорили все богатые воры, эта программа сидит в тебе и не пускает деньги. Ты можешь вкалывать сутками, можешь быть самой умной и талантливой, но деньги будут уходить сквозь пальцы. Почему? Потому что на уровне четвертого поколения стоит блок: иметь деньги опасно. Тебя убьют, отнимут, раскулачат. И ты, сама того не зная, делаешь все, чтобы остаться бедной. Чтобы выжить. Чтобы быть в безопасности. Только безопасности нет. Есть пустой кошелек и вечная нехватка.

Четвертое поколение это прапрабабушки и прапрадедушки. Их шестнадцать. Они отвечают за любовь. За то, можешь ли ты создать пару, родить детей, сохранить семью. Если в этом поколении были измены, проклятия, неразделенная любовь, насильственные браки, ты будешь повторять их сценарий. Сама не захочешь, а будешь. Потому что другого примера у подсознания нет. Оно думает, что так и надо. Что любовь – это боль. Что мужчины уходят. Что женщины пилят. Что счастья не бывает. И ты ищешь подтверждение снова и снова, пока не перепишешь программу.

Пятое поколение – это уходящие вглубь на пять шагов. Их тридцать два. Это твоя способность быть здоровой. Все непонятные болезни, которые врачи не могут вылечить, все хроники, все болячки, которые тянутся годами, часто оттуда. Кто-то из этих тридцати двух не смог пережить болезнь, умер, не долечился, не простил себя за это, и теперь ты носишь его боль. Думаешь, спина болит от работы? А может, это прапрапрадед, который надорвался на пашне и так и не разогнулся, до сих пор стоит за твоей спиной и не дает тебе расправить плечи.

Шестое поколение – это уходящие вглубь на шесть шагов. Их шестьдесят четыре человека. Они держат родовые таланты и способности. То, что дается тебе легко, словно само собой – музыка, рисование, ремесло, дар слова, – идет от них. Если в роду были мастера, знахари, певцы, их дар живёт в тебе. Но если кто-то из них был проклят за свой талант, если его травили, жгли, изгоняли, этот страх тоже может сидеть в тебе, не давая раскрыться.

Седьмое поколение – это те, кто ушёл так глубоко, что и имён их не помнят. Их сто двадцать восемь человек. Они держат твою судьбу. Самый верхний этаж. Самая тонкая настройка. Если там что-то пошло не так, если род был проклят, если кто-то ушёл без покаяния, если случилось страшное, о чём забыли, но энергия осталась, ты можешь жить и не понимать, почему всё валится из рук. Почему не везёт. Почему чёрная полоса не кончается годами. Это они. Седьмое поколение. Самое сильное. Самое тихое. Самое забытое.

Сейчас посмотри на эту структуру целиком. Семь поколений. Семь уровней. Каждый отвечает за свое. Каждый может помогать. Каждый может мешать, если с ним не работать.

Представь, что ты стоишь в центре круга. За тобой семь рядов. Самые ближние родители. Самые дальние те, кого ты никогда не знала. Но они все здесь. Все двести пятьдесят четыре. И каждый из них тянет к тебе ниточку. По одним ниточкам идет сила. По другим боль. По третьим деньги. По четвертым любовь. Твоя задача сделать так, чтобы ниточки с болью оборвались, а ниточки с силой стали толще.

Это не магия в смысле чудес. Это работа. Работа с памятью, с прощением, с принятием. Работа, которую никто за тебя не сделает. Потому что ты звено. Самое живое. Самое важное.

В следующих главах мы будем работать с каждым поколением отдельно. Подробно, с историями, с ритуалами, с кодами. Но сначала надо понять общую картину. Чтобы не путаться, кто за что отвечает и к кому бежать, когда прижало.

Запомни эту структуру рода. Можно даже выписать куда-нибудь:

Ты – в центре. Твоё тело, твоя жизнь, твоя сила.

Первое поколение – родители. Отношения, связь с миром.

Второе поколение – бабушки и дедушки. Интуиция, предчувствия.

Третье поколение – прабабушки и прадедушки. Деньги, достаток.

Четвёртое поколение – дальше. Любовь, семья, дети.

Пятое поколение – ещё дальше. Здоровье, болезни.

Шестое поколение – ещё дальше. Таланты, ремёсла, дар.

Седьмое поколение – самые глубокие. Судьба, карма.

Нумерология рода

В классической нумерологии каждое число имеет свой глубинный смысл. И то, что в родовом древе появляются именно 2, 4, 8, 16, 32, 64, 128 – не случайность. Это числовая магия, которая работала задолго до нас.

Начнём с тебя. Ты в центре – это **единица**. Единица означает начало всех начал, точку отсчёта, творческий импульс, волю и индивидуальность. Это число Солнца, источник жизни. Когда ты говоришь «одна во мне», ты произносишь число своей силы.

Двойка – твои родители, первое поколение предков. Двойка символизирует союз противоположностей, равновесие, связь. Это канал, через который жизнь пришла в этот мир. Родители – твоя первая и главная связь с родом.

Четвёрка – бабушки и дедушки, второе поколение. Четыре стороны света, четыре стихии, основа мироздания. Четвёрка даёт устойчивость и опору, а в книге это поколение отвечает за интуицию – тот самый внутренний компас, который ведёт тебя по жизни.

Восьмёрка – прабабушки и прадедушки, третье поколение. Восьмёрка – символ бесконечности, материального изобилия, власти и самодостаточности. В древних учениях её связывали с законом причины и следствия. Именно это поколение держит деньги и достаток.

Шестнадцать – четвёртое поколение, отвечающее за любовь. Если сложить 1 и 6, получится 7. Семёрка в нумерологии – число тайны, духовного поиска, магии и интуиции. Любовь всегда отчасти тайна – то, что выше логики и расчёта.

Тридцать два – пятое поколение, хранящее здоровье рода. 3 плюс 2 даёт 5. Пятёрка – это сам человек, его жизненная сила, свобода и опыт. Именно здесь, в этом поколении, записаны болезни и исцеление.

Шестьдесят четыре – шестое поколение, отвечающее за таланты. 6 плюс 4 равно 10, а 1 плюс 0 возвращает нас к единице. Твой личный дар – это отражение творческой силы всего рода. Ты не просто получаешь способности, ты становишься их живым воплощением.

Сто двадцать восемь – седьмое поколение, самые дальние предки, держащие судьбу и карму. 1 плюс 2 плюс 8 даёт 11. В нумерологии 11 – мастер-число, которое не сводится к двойке. Оно несёт энергию высшего порядка, прозрения, рока, связи с тонким миром. Именно то, что нужно для самого глубокого поколения, которое держит нить твоей судьбы.

Так что твоё родовое древо выстроено не случайно, а по законам числовой магии. Каждое поколение несёт в себе вибрацию, которая работает на тебя.

И еще одно. Самое важное.

У всех этих людей были свои жизни. Свои радости и свои трагедии. Они не идеальные. Они ошибались, грешили, страдали, умирали. И теперь их опыт, их ошибки, их грехи, их страдания в тебе. Не потому, что они плохие. Потому что так устроен род. Пока кто-то не придет и не починит.

Этим кем-то будешь ты.

Задание на сегодня простое, но важное.

Возьми лист бумаги и нарисуй свое родовое дерево. Только на семь поколений не надо, это слишком много. Хотя бы на три: ты, родители, бабушки и дедушки. Напиши имена, если знаешь. Если не знаешь, оставь пустые места. Просто нарисуй схему. И посмотри на нее. Эти люди реально существовали. У них были глаза, руки, голоса. Они любили, боялись, надеялись. И теперь они за твоей спиной.

Просто посмотри на эту схему перед сном. Ничего не делай. Просто посмотри. И скажи про себя: *«Я помню вас. Я хочу узнать вас. Я открыта»*.

А завтра мы пойдем дальше. В следующей главе я расскажу, как впервые войти в контакт с Хранителями. Как их увидеть. Как услышать. Как почувствовать.

Семеро за мной. Четверо предо мной. Двое надо мной. Одна во мне. Я здесь. Я помню. Я открыта.

Прежде чем идти дальше, ещё раз посмотри на своё дерево.

Теперь не на имена, а на то, как складывались жизни.

Сначала посмотри на материнскую ветвь. Что в ней повторяется? Ранние браки или поздние? Одиночество? Переезды? Потери имущества? Женщины, которые всё тянули на себе? Мужчины, которые рано уходили из семьи или из жизни?

Потом так же посмотри на отцовскую ветвь.

Иногда рисунок становится заметен сразу. Иногда только через несколько месяцев, когда ты узнаешь новые подробности.

Обращай внимание и на возраст. Если похожие события происходили с несколькими людьми примерно в один период жизни, просто отметь это.

Две линии рода сошлись в тебе. Но их прошлое ещё не означает твоего будущего.

Запиши то, что заметила, в Дневник рода. Позже эти записи могут оказаться важнее, чем кажется сейчас.

Глава 3. Первый контакт

Ты нарисовала схему. Посмотрела на имена. Может, кого-то вспомнила. Может, кого-то увидела впервые. Может, заплакала. Может, ничего не почувствовала. Все это нормально. У каждого свой вход.

Сейчас следующий шаг. Самый волнительный. Первый контакт.

Я не буду учить тебя сложным медитациям с мантрами и позами лотоса. Это не работает, если внутри страх или скепсис. Мы пойдем простым путем. Через тело, через дыхание, через тишину.

Для первого контакта тебе понадобится всего ничего. Тишина. Свеча. Десять минут времени. И желание.

Желание самое главное. Если внутри сидит "да ну бред", ничего не выйдет. Хранители не любят, когда к ним относятся как к эксперименту. Им нужно уважение. Им нужно, чтобы ты правда хотела их увидеть.

Проверь себя прямо сейчас. Ты хочешь? Правда хочешь? Или просто любопытно? Если просто любопытно, закрой книгу и отложи до лучших времен. Обиды не будет. Хранители подождут. Они умеют ждать.

Если хочешь, идём дальше.

Выбери время, когда никто не дергает. Не в транспорте, не на кухне, где бегают дети. Лучше всего вечером, когда стемнеет. Но не перед сном, а так, чтобы после можно было еще побыть в тишине.

Зажги свечу. Одну. Белую или желтую, не важно. Поставь перед собой на расстоянии вытянутой руки. Сядь удобно, чтобы спина прямая, но не напряженная. Руки положи на колени ладонями вверх. Это поза принятия.

Смотри на огонь. Просто смотри. Минуту, две, три. Не думай ни о чем. Если мысли лезут, не борись с ними. Просто возвращай взгляд на огонь. Огонь сжигает лишнее.

Когда почувствуешь, что внутри стало тише, закрой глаза. Представь, что ты стоишь в длинном коридоре. Стены темные, но в конце свет. Ты идешь туда. Медленно. С каждым шагом становится теплее. С каждым шагом ты чувствуешь, что там кто-то есть. Не один. Много.

Не бойся. Это они.

Ты подходишь ближе и видишь их. Семь фигур. Они стоят полукругом и смотрят на тебя. Ты не видишь лиц, но чувствуешь это твои. Самые родные. Самые близкие. Те, кто ждал всю твою жизнь.

Подойди к ним. Протяни руки. И скажи:

«Я здесь. Я помню. Я с вами».

Не спеши. Посмотри на каждую фигуру. Может, кто-то покажется знакомым. Может, бабка, которую ты знала. Может, дед с фотографии. Может, совсем незнакомые люди в старинной одежде. Это не важно. Важно, что они есть.

Посиди с ними так. Минуту, две, пять. Сколько получится. Почувствуй, что происходит с телом. Тепло? Холод? Мурашки? Слезы? Дрожь? Это они отвечают. Это контакт.

Когда почувствуешь, что пора, поклонись им. Медленно, от души. И скажи:

«Я вернусь. Я буду учиться слышать вас. Я открыта».

И начинай медленно возвращаться. По коридору обратно. Открывай глаза. Посмотри на свечу. Она все еще горит. Ты вернулась.

Посиди еще немного. Не вскакивай сразу. Запоминай, что чувствовала. Может, захочется записать. Это хорошо. Записывай.

Сейчас самое важное. У всех бывает по-разному. Кто-то сразу видит яркие образы. Кто-то только чувствует тепло. Кто-то вообще ничего не видит и не чувствует, кроме легкого головокружения. Кто-то засыпает. Кто-то плачет. Кто-то смеется. Кто-то пугается. Кто-то злится. Кто-то чувствует пустоту.

Нет правильного способа. Нет неправильного. Есть только твой способ. Твоя связь. Твое открытие.

Если в первый раз ничего не вышло, не расстраивайся. Иногда стена слишком толстая. Иногда страх сильнее желания. Иногда Хранители проверяют, насколько ты серьезно настроена. Попробуй завтра снова. И послезавтра. Пока не получится. Обязательно получится, если не бросишь.

Я знаю женщину, у которой первый контакт случился только на седьмой раз. Она уже хотела плюнуть и забыть. Но на седьмой раз вдруг увидела всю шеренгу. И рыдала потом час. Потому что поняла: они есть. Она не одна. И жизнь после этого пошла по-другому.

И ещё одно. Запомни это для всех следующих практик.

Контакт не нужно обрывать, но саму работу всегда заканчивай.

Когда сказала всё, что хотела, поблагодари:

«Хранители моего рода, благодарю вас. На сегодня наша работа закончена. Я услышала то, что должна была услышать, и возвращаюсь к своей жизни. Оставайтесь моей силой и моей защитой. До следующего обращения».

После этого несколько минут побудь в обычной тишине. Выпей воды, умойся, открой окно или просто займись своими делами.

Это простая граница: сейчас ты обращаешься к Хранителям, а сейчас снова живёшь своей обычной жизнью.

Они никуда не исчезают. Но тебе не нужно находиться в состоянии работы с родом постоянно.

Поговорим про дневник. Это важно. Заведи тетрадь, блокнот, файл на компьютере, куда будешь записывать все, что происходит во время контактов. Кого увидела. Что почувствовала. Какие мысли пришли. Какие сны приснились после. Потому что после первого контакта начнут сниться сны. Обязательно. И в этих снах будут они. Не пугайся, если приснится покойник, которого ты боялась при жизни. Это не он пришел тебя пугать. Это он пришел познакомиться.

Записывай все. Даже если кажется ерундой. Со временем сложится картина. Ты увидишь, кто из рода активнее. Кто чаще приходит. Кто молчит. С кем надо работать в первую очередь.

Дневник рода – это твой личный дневник связи. Не показывай его никому. Это святое.

Еще одна важная вещь. После первого контакта может быть физическое недомогание. Головная боль. Слабость. Сонливость. Это нормально. Ты открыла канал, по которому хлынула энергия. Тело не привыкло. Ему надо привыкнуть. Пей воду, отдыхай, не напрягайся. Через пару дней пройдет.

Может быть и наоборот. Прилив сил. Эйфория. Желание горы свернуть. Тоже нормально. Только не разбрасывайся этой энергией. Не беги сразу дела делать. Посиди в тишине, поддержи ее в себе. Потом используй на то, что действительно важно.

Сейчас задание на сегодня. Не читай дальше, пока не сделаешь.

Сегодня вечером или завтра утром, когда будет тихо, сделай этот первый контакт. Коридор. Свеча. Семь фигур. Слова: я здесь, я помню, я с вами.

Даже если страшно. Особенно если страшно. Страх – это защита. Защита от того, что сильнее тебя. Но Хранители сильнее. Они не обидят. Они свои.

Сделай. И запиши в дневник. Дату. Время. Что чувствовала. Что видела. Что пришло после.

И только потом читай дальше. Потому что дальше будет работа с каждым поколением отдельно. А для этого нужно, чтобы связь уже была. Хотя бы тоненькая ниточка.

Семеро за мной. Четверо предо мной. Двое надо мной. Одна во мне. Я здесь. Я помню. Я открыта.

Глава 4. Код доступа

В каждой семье были свои слова. Ты замечала? Бабушка, когда месила тесто, что-то шептала. Мать, провожая тебя в школу, говорила одно и то же. Отец, когда садился за руль, бормотал короткую фразу. Это не молитвы в церковном смысле. Это коды. Пароли, которые передавались из поколения в поколение, часто даже без объяснения. Просто так делали. Просто так говорили. Просто работало.

В древности люди знали: у слова есть сила. Особенно если слово сказано в нужный момент, с нужным дыханием, с нужным намерением. Слово может убить и воскресить. Слово может закрыть дорогу и открыть. Слово может разорвать связь с родом и восстановить ее за секунду.

Я научу тебя этим словам. Но сначала ты должна понять, как они работают. Потому что, если не понимаешь, получишь как обезьяна с гранатой. И себе навредишь, и Хранителей распугаешь.

Сознание человека устроено хитро. То, что ты думаешь днем, это только верхушка айсберга. Под водой, в глубине, там, куда ты никогда не заглядываешь, живет подсознание. И оно не понимает длинных фраз. Оно не понимает объяснений. Оно понимает только образы и короткие сигналы. Как собака Павлова: звонок слюна. Без рассуждений, без оценок, без «я подумаю».

Код – это тот самый звонок. Короткая фраза, которая врзается прямо в подсознание, минуя все фильтры, все сомнения, все «да ну бред». Сказала и пошло. Подсознание приняло команду и начинает выполнять. Ты даже думать забыла, а оно уже крутит шестеренки, подбирает людей, открывает двери, убирает препятствия.

Притча о желании

Человек пришёл к Богу и сказал:

— Исполни моё желание.

Бог ответил:

— Прежде чем я это сделаю, иди и послушай Хранителя, который записывает твои последние слова.

Человек подошёл к своему Хранителю и стал слушать.

Хранитель зачитал:

— «У меня не получится...»

— «Наверное, будет хуже...»

— «Мне не везёт...»

— «Я недостойн...»

— «Всё закончится плохо...»

Человек побледнел:

— Это... мои слова?..

Хранитель ответил:

— Да. Я записываю всё, что ты говоришь.

— И именно это становится желаниями, которые меняют твою жизнь.

Человек вернулся к Богу и сказал:

— Не исполняй пока моё желание.

— Сначала я изменю то, как я думаю.

Бог ответил:

— Сейчас ты понял, как работают слова.

Но есть нюанс. Код работает только если есть связь. Если твой канал с Хранителями чистый, если никто не обижен, если никто не плачет за спиной. Иначе код улетит в пустоту. Как радио без приемника: сигнал есть, а ничего неслышно.

Поэтому мы и начали с первого контакта. С той медитации, где ты ходила по коридору и видела семь фигур. Если ты сделала все правильно, если внутри отозвалось, если хоть что-то кольнуло или согрело значит, связь есть. Можно работать с кодами.

Главный код, с которого все начинается, ты уже знаешь. Я дала его в первой главе.

Семеро за мной. Четверо предо мной. Двое надо мной. Одна во мне.

Это не просто слова. Это структура. Это схема твоего рода, произнесенная вслух. Когда ты говоришь это, ты не просишь, не молишь, не унижаешься.

Ты констатируешь факт: я знаю, кто я. Я знаю, кто за мной стоит. Я принимаю эту силу. Она моя по праву рождения.

Давай разберем его по частям, чтобы ты понимала, что именно говоришь.

Семеро за мной. Это семь поколений, которые стоят за твоей спиной. Все двести пятьдесят четыре человека, сжатые в семь фигур. Они твоя опора. Они твоя защита. Они твоя сила. Когда ты говоришь «семеро за мной», ты призываешь их встать за спину. Даже если они стояли где-то сбоку или впереди, по этому сигналу они выстраиваются в правильный порядок.

Четверо предо мной. Это четверо, которые идут впереди. Бабушки и дедушки. Они освещают путь. Они показывают, куда ступить, а куда нельзя. Они твои проводники в будущее. Когда ты говоришь «четверо предо мной», ты просишь их идти впереди и прокладывать дорогу.

Двое надо мной. Это мать и отец. Они над тобой, как небо. Они дают тебе защиту сверху. Благословение. Покровительство. Когда ты говоришь «двое надо мной», ты принимаешь их защиту и благословение.

Одна во мне. Это ты сама. Та, кто в центре. Та, кто живет. Та, кто действует. Та, кто принимает решения. Когда ты говоришь «одна во мне», ты напоминаешь себе и им: я здесь главная. Я живая. Я в центре. Все остальные вокруг меня.

Сейчас посмотри на эту фразу целиком. В ней зашифрована вся структура рода. Ты в центре. За тобой сила прошлого. Перед тобой проводники в будущее. Над тобой защита родителей. Это формула равновесия. Формула силы.

Как часто говорить этот код? Каждое утро, просыпаясь. Каждый вечер, засыпая. Перед важными делами. Когда страшно. Когда непонятно. Когда надо принять решение. Входи в привычку. Пусть это станет твоим утренним кофе, только бесплатным и без кофеина.

Есть одно важное правило.

Коды не произносят без необходимости.

Нельзя трепать их языком впустую. Каждый раз, когда ты произносишь код, тыходишь в связь. Ты открываешь дверь. Если ты открываешь ее постоянно без дела, энергия уходит. Дверь изнашивается. Хранители перестают реагировать. Как если бы ребенок сто раз на дню дергал мать за юбку: "Мама, мама, мама". На двадцатый раз мать уже не обернется. Потому что устанет, зов постепенно теряет вес, превращается в шум. А на шум редко отвечают.

Поэтому говори код только когда нужно.

Не больше трех раз в день на один код. И обязательно с паузой.

Сказала и замолчи. Послушай, что внутри. Они ответят не словами. Теплом, холодком, мурашками, внезапной мыслью, случайной встречей.

Научись слышать ответ. Без ответа код не работает.

В следующих главах я дам тебе другие коды. Для денег, для любви, для здоровья, для защиты. Но главный код это этот. С него начинается все. Им же все заканчивается.

Сегодня сделай вот что.
Перед сном сядь в тишине.
Зажги свечу, если есть.
Положи руку на грудь.
И скажи главный код медленно, три раза. С чувством, с расстановкой, с дыханием.
Семеро за мной. Четверо предо мной. Двое надо мной. Одна во мне.

После каждого раза делай паузу. Слушай, что внутри.
Может, придет тепло.
Может, картинка.
Может, воспоминание.
Может, просто тишина.
Это нормально. Это они. Твои Хранители.
И запомни этот вечер. Завтра начнется новая жизнь. Не потому, что изменится мир.
Потому что изменишься ты.

*Семеро за мной. Четверо предо мной. Двое надо мной. Одна во мне. Я здесь. Я помню.
Я открыта.*

ЧАСТЬ ВТОРАЯ - СЕМЬ КЛЮЧЕЙ

Глава 5. Я есть

Прежде чем говорить о тех, кто за спиной, надо поговорить о той, кто в центре. О тебе.

В родовой цепи ты самое важное звено. Не потому, что ты лучше или умнее. А потому что ты живая. Ты дышишь, ходишь, чувствуешь. Ты можешь менять, можешь прощать, можешь передавать дальше. Мертвые этого не могут. Они только ждут. Им нужна ты.

Центр – это ты сама. Твое тело, твои мысли, твои чувства, твоя жизнь. И если с тобой что-то не так, весь род стопорится. Как в доме: если фундамент треснул, стены не помогут.

Многие женщины, начиная работать с родом, забывают про себя. Они бегают к бабкам, ищут проклятия, чистят карму, а на себя внимания не обращают. А потом удивляются, почему ничего не меняется. А потому что ты сама стоишь в начале очереди. Ты первая. Без твоего согласия, без твоей силы, без твоей чистоты ничего не сдвинется.

Кто ты?

Не по паспорту, не по профессии, не по семейному положению.

Кто ты глубоко внутри?

Что ты чувствуешь, когда просыпаешься утром?

Чего боишься?

О чем мечтаешь?

О чем не даешь себе даже помыслить?

Часто мы живем чужими жизнями.

Материнскими установками, бабкиными страхами, мужниными ожиданиями. Мы так привыкаем, что уже не помним, где наше, а где чужое.

Мы носим чужую одежду, чужие мысли, чужие боли и думаем, что это мы.

А потом удивляемся, что силы закончились. Потому что носить чужое не просто. Чужая ноша тянет.

Чтобы понять, где твоё, а где пришло от рода, есть одно простое упражнение.

Сядь вечером одна, закрой глаза и спроси себя: что я чувствую прямо сейчас?

Не думай, просто почувствуй.

Грусть? Злость? Страх? Пустоту?

А сейчас спроси: это мое? Или чье-то?

Часто ответ приходит сразу.

Грусть не твоя, это бабкина.

Злость не твоя, это мамина.

Страх не твой, это прадеда, который войны боялся.

Пустота вообще ничья, это просто дыра, куда никто не заглядывал много лет.

Когда поймешь, чье это, мысленно верни.

Скажи: «Это не мое. Это твое. Забери. Я отдаю».

И представь, как эта тяжесть уходит от тебя к тому, кому принадлежит. Не бойся вернуть предку, ему не станет хуже. А тебе станет легче.

Это надо делать регулярно. Каждый вечер, пока не привыкнешь отличать свое от чужого. Потому что чужого вокруг нас гораздо больше, чем мы думаем.

Сейчас про тело.

Твое тело это не просто мышцы и кости. Это храм. В прямом смысле.

В нем живут все твои Хранители. Они дышат твоими легкими, смотрят твоими глазами, чувствуют твоей кожей. Если ты не заботаешься о теле, если забиваешь его не той едой, не тем сном, не той водой, им тоже плохо. Им негде жить.

Это не призыв к диетам и фитнесу. Это про уважение. Про то, чтобы слышать, чего тело хочет. Иногда оно хочет отдохнуть. Иногда погулять. Иногда просто полежать и ничего не делать. А мы его гоняем, потому что «надо». Надо работать, надо убирать, надо бежать. А телу все равно, на то, что надо. Оно хочет того, что хочет. И если не дать, оно начинает болеть.

Болезнь – это всегда крик тела, которое говорит: "Остановись, посмотри на меня, я устало, я больше не могу". А мы глушим таблетками и бежим дальше. А потом удивляемся, почему рак в сорок.

Я не буду учить тебя, что нужно есть. Сама неправильно питаюсь. Я про другое. Про то, чтобы хотя бы раз в день спросить себя: чего я сейчас хочу? Не муж, не дети, не работа, а я.

Чаю? Поспать? Помолчать? Поплакать? Посмеяться?

И дать себе это. Хоть немножко. Хоть пять минут. Потому что, если ты о себе не позаботишься, никто не позаботится. Даже Хранители. Они могут только стоять за спиной и ждать. А бегать за тобой и уговаривать поесть и поспать не будут.

Для центра тела есть свой код. Он звучит так: *я есть. я живу.*

Коротко, но сильно. Говори его каждое утро, просыпаясь.

Руку на грудь, три раза. *Я есть. Я живу.*

Это напоминание тебе и Хранителям: я здесь, я главная, я в центре. Все остальные вокруг меня. Не надо мной, не вместо меня, а вокруг.

И еще одно. Самое трудное. Научиться принимать. Принимать помощь, принимать подарки, принимать комплименты, принимать любовь.

Мы, женщины, привыкли отдавать. Мы раздаем себя по кусочкам детям, мужьям, родителям, работе. А принимать не умеем. Когда нам дают, мы отмахиваемся: да ладно, не надо, я сама. И закрываемся. И энергия не течет. Потому что энергия это не только отдавать, но и брать.

Если ты не умеешь брать, ты не сможешь принять силу рода. Она придет, а ты скажешь: *«Да ладно, не надо, я сама. И она уйдет. И останешься снова одна».*

Учись принимать. Начни с мелочей.

Комплимент скажи спасибо, не отнекивайся.

Помощь предложили согласись.

Деньги дали возьми.

Не заслуживай, не отработывай, просто возьми. Это твое по праву. Ты женщина, ты дитя рода, ты имеешь право брать.

Сегодня сделай одно простое дело.

Подойди к зеркалу, посмотри себе в глаза. Прямо в зрачки.

И скажи вслух: «Я тебя вижу. Я тебя люблю. Я тебя принимаю. Я есть. Я жива. Я своя».

Не отворачивайся, пока не скажешь. Даже если слезы пойдут. Даже если стыдно. Даже если кажется глупым. Скажи.

Это первый шаг к тому, чтобы стать центром своего рода.

Центр. Ты сама. Самая главная. Самая живая. Самая нужная.

Я есть. Я живу. Я своя.

Глава 6. Первое тело. Мать и отец

Сразу за тобой стоят двое. Те, кто дал тебе это тело. Мать и отец.

С ними сложнее всего. Потому что они ближе всех. Потому что они ранили больше всех. Потому что от них ни спрятаться, ни закрыться. Они в тебе с первой секунды, с первого вздоха, с первого крика.

Даже если матери давно нет. Даже если ты ее не знала. Даже если она тебя бросила. Даже если ненавидишь. Она в тебе. В твоей крови, в твоих клетках, в твоих привычках. Ты можешь сто раз сказать, что ты не такая, как она, но посмотри в зеркало. Там ее глаза. Ее нос. Ее линия губ.

И отец. Даже если он ушел, даже если пил, даже если бил, даже если ты его никогда не видела. Его кровь в тебе. Его характер, его болезни, его судьба.

С этим не бороться. Это надо принять.

Начнем с *матери*.

Мать это первое лицо, которое ты увидела. Первый голос, который слышала. Первое тепло, которое почувствовала. Даже если потом было холодно, сначала было тепло. Это ничем не стереть.

Мать дает тебе жизнь. Буквально. Без нее тебя бы не было. Это факт, с которым не поспоришь. И даже если она потом делала ошибки, даже если не любила, даже если мучила, этот факт остается. Ты есть. Потому что она родила.

Я не призываю терпеть и прощать все. Если мать была жестокой, если била, если пила, если бросала, ты имеешь право на злость. На обиду. На ненависть даже. Но эти чувства держат тебя привязанной к ней. Каждый раз, когда ты злишься на мать мысленно, ты с ней разговариваешь. Каждый раз, когда вспоминаешь обиду, ты с ней встречаешься. Она не уходит. Она всегда рядом, потому что ты ее держишь.

Как отпустить? Не простить, а именно отпустить. Сделать так, чтобы она перестала быть главной фигурой в твоей голове.

Для этого есть один способ. Надо увидеть в ней не мать, а женщину. Такую же, как ты. Со своей историей, со своей болью, со своей недолюбленностью.

За что она тебя не любила?

А ее саму кто любил?

Ее мать какая была? Ласковая? Холодная? Злая?

А мать ее матери?

И так до седьмого колена.

Обычно, когда начинаешь копать, выясняется, что материнская жестокость – это не ее вина, а ее беда. Ей недодали, она недодала тебе. Ты недодашь своим. И так по кругу. Кто-то должен этот круг разорвать.

Пусть этим кем-то будешь ты.

Для работы с матерью есть специальный ритуал. Делается в любое время, но лучше на убывающую луну, когда все уходит.

Возьми фотографию матери. Если нет фотографии, возьми лист бумаги и напиши ее имя. Поставь перед собой, зажги свечу. Посиди, посмотри на нее. Не отворачивайся. Смотри в глаза, если есть фотография. Если нет, просто представляй.

И начни говорить. Не важно что. Все, что приходит в голову. Все обиды, все претензии, все злые слова. Говори вслух. Не стесняйся. Кричи, если хочется. Плачь, если хочется. Выпусти все, что копилось годами.

Когда почувствуешь, что выговоришься, замолчи. Посиди в тишине. А потом скажи самое трудное:

Я понимаю, что ты не могла иначе. У тебя не было сил, не было знаний, не было примера. Ты делала как умела. Я благодарю тебя за жизнь. Я отпускаю тебя. Я не судья тебе. Я дочь тебе. Иди с миром.

Не важно, поверишь ты в эти слова или нет. Важно их сказать. Язык, губы, голос запускают процесс. Даже если внутри все кипит, скажи. Тело услышит.

После этого свечу оставь догорать. Фотографию убери, но не прячь далеко. Поставь на полку, где она будет видна. Пусть стоит. Это не значит, что вы помирились. Это значит, что ты перестала отворачиваться.

Сейчас про отца.

С отцом другая история. Отцовская любовь – это первая любовь женщины. Первый мужчина в ее жизни. От того, как сложились отношения с отцом, зависит, как будут складываться отношения со всеми остальными мужчинами.

Если отец был холодным, ты будешь искать холодных мужчин и пытаться их согреть.

Если отец был жестоким, ты будешь терпеть жестокость.

Если отец ушел, ты будешь бояться, что каждый уйдет, и будешь делать все, чтобы он ушел подтвердить твой страх.

Если отец пил, ты выйдешь за алкоголика.

Если отец бил, ты найдешь того, кто бьет.

Это не судьба. Это программа. И ее можно переписать.

Для работы с отцом тоже есть ритуал. Похожий, но другой.

Возьми его фотографию. Если нет, напиши имя. Зажги свечу. Посмотри на него. И проговори все, что хотела высказать. Все обиды, все претензии, все злые слова. Не держи в себе.

А потом скажи:

Ты первый мужчина в моей жизни. Ты показал мне, какой может быть любовь.

Я принимаю твой урок. Я благодарю тебя за жизнь. Я отпускаю тебя.

Я иду своей дорогой.

И добавь то, что для женщины самое важное:

Я достойна любви. Я достойна хорошего мужчины.

Я достойна счастья. Я разрешаю себе это.

Свеча догорает. Фотография убирается, но не далеко. Пусть стоит.

После этих ритуалов может стать грустно. Может прийти пустота. Это нормально. Это уходит старое. Дай себе время привыкнуть к новому.

Код первого тела звучит так: *мать и отец за мной. я их дитя. я иду дальше.*

Говори его, когда вспоминаешь родителей. Когда злишься на них. Когда скучаешь. Когда хочешь, чтобы они изменились. Они не изменятся. А ты изменишься.

Мать и отец – это твои корни. Даже если корни кривые, дерево на них держится. Не надо их вырывать. Надо принять, что они такие и расти дальше.

Есть еще одна важная вещь. Часто бывает, что мать и отец не дают тебе жить. Даже если они хорошие, даже если любят. Они лезут с советами, с требованиями, с ожиданиями. И ты не можешь отказать, потому что "это же мама".

Это тоже программа рода. Мать не может отпустить дочь, потому что ее мать не отпустила ее. И так до седьмого колена. Кто-то должен сказать: стоп.

Ты можешь сказать это. Не грубо, без скандала. Спокойно, с любовью, но твердо. *«Мама, я люблю тебя. Но это моя жизнь. Ты прожила свою. Я благодарна тебе за все. Но дальше я сама».*

Это трудно. Но это необходимо. Иначе ты так и останешься девочкой, которая ждет маминго разрешения. Даже в пятьдесят лет.

Сегодня позвони матери, если она жива. Или мысленно поговори с ней, если ее нет. Скажи просто: я тебя помню. я тебя благодарю. я живу.

Отцу тоже. Хотя бы мысленно.

Первое тело. Мать и отец. Самые близкие. Самые трудные. Самые важные.
Мать и отец за мной. Я их дитя. Я иду дальше.

Глава 7. Второе тело. Бабушки и дедушки

Сразу за родителями стоят четверо. Твои бабушки и дедушки. По двое с каждой стороны. Если родители дают тебе тело, то бабки с дедками дают интуицию.

Ту самую, которая шепчет: *«Не ходи туда, не бери это, не говори с тем»*.

Ту, которую мы называем чутьем, предчувствием, внутренним голосом.

Это они говорят. И если ты их не слышишь, если заглушила их голоса своими хотелками, ты идешь по жизни вслепую.

Бабушки по материнской линии передают тебе женскую силу. То, как ты будешь женщиной, матерью, хозяйкой. То, как будешь любить и принимать любовь. То, как будешь хранить дом.

Бабушки по отцовской линии передают связь с чужим родом. С теми людьми, которые придут в твою жизнь через мужчин. Свекрови, золовки, все женщины мужа. Если с этой бабушкой было плохо, если ее не приняли в роду, ты будешь повторять ее судьбу с матерью мужа.

Дедушки по материнской линии передают тебе отношение к мужчинам. Как ты будешь видеть их, понимать, принимать. Если дед бил бабушку, ты будешь ждать удара. Если дед пил, ты будешь ждать пьянства. Если дед был ласковым и заботливым, ты будешь искать такого же.

Дедушки по отцовской линии передают тебе связь с деньгами и социумом. Как ты будешь зарабатывать, как держаться в мире, как отстаивать себя. Если дед был неудачником, ты будешь бояться успеха. Если дед был богат, но потерял все, ты будешь бояться богатства.

Четверо. Каждый со своей задачей. Каждый со своим грузом.

Часто мы вообще ничего не знаем про этих людей. Ну, бабка, ну, дед. Померли давно. Фотографии пожелтели. Имена стерлись. А они стоят за спиной и ждут, когда их вспомнят.

Я расскажу тебе одну историю. *Женищина, назовем ее Галина, пришла она с жалобой на интуицию. Вернее, на ее отсутствие - она все время ошибалась в людях, доверяла не тем, попадала в неприятности, не могла отличить правду от лжи.*

Я спрашиваю: "А что с бабками?"

Она пожмает плечами: "Да нормально вроде".

Я говорю: "Расскажи про каждую. И тут выясняется".

Бабка по матери умерла, когда Галина была маленькой. Девочку не брали на похороны, не говорили о смерти, сделали вид, что ничего не случилось. Бабка просто исчезла из жизни. И Галина выросла с дырой на месте женской силы. Она не знала, как быть матерью, как хранить дом, как принимать любовь.

Бабка по отцу была злая. Все время пилила деда, пилила сына, пилила всех вокруг. Галина ее боялась и избегала. Но программа села - свекровь будет пилить, муж будет слабый, а ты будешь терпеть.

Дедушка по матери пил. Не сильно, но регулярно. Галина это видела и поклялась, что никогда не выйдет за пьющего. Вышла за трезвого, но тот ее бил. Потому что программа "мужчина причиняет боль" осталась, просто боль стала другой.

Дедушка по отцу был тихий, незаметный, всю жизнь проработал на одном месте за копейки. Галина повторила - работала за копейки, боялась просить прибавку, не умела отстаивать себя.

Четверо. Каждый внес свою лепту. И Галина жила не своей жизнью, а суммой их программ.

Мы начали работать. Сначала просто узнавать. Галина искала фотографии, расспрашивала дальних родственников, собирала истории. Через месяц у нее на столе стояли четыре

фотографии. Она смотрела на них каждый вечер и просто говорила: «Я вижу вас. Я помню вас. Я принимаю вас».

А потом для каждого сделала отдельный ритуал.

Для бабушки по матери купила красивую шкатулку и положила туда ее любимые вещицы, о которых узнала от родни.

Для бабушки по отцу зажгла свечу и попросила прощения за то, что боялась и избегала.

Для деда по матери поставила рюмку воды и сказала: «Я не пью, но тебя помню».

Для деда по отцу взяла деньги, положила на его фото и сказала: «Я буду зарабатывать. За нас двоих».

Через полгода Галина изменилась до неузнаваемости. Она уволилась с ненавистой работы, нашла новую, где платили в разы больше. Познакомилась с мужчиной, который не бил и не пил. И главное, у нее появилось чутье. Она вдруг стала чувствовать людей. Кому можно верить, кому нет. Где выгода, где ловушка. Это вернулись предки – бабушки с дедками. Помогать стали.

Как работать с этим поколением? Надо узнать их. Хотя бы имена. Хотя бы истории. Если бабушки и деды живы, поговори с ними. Спроси про их жизнь. Про их родителей. Про то, что было важного. Про то, о чем молчат.

Если их уже нет, ищи фотографии, документы, письма. Спрашивай у старших родственников. Записывай все, что расскажут. Это не просто память. Это ключи к твоей интуиции.

Для каждого из четверых есть свой подход. Но есть и общий ритуал.

Сядь вечером, зажги четыре свечи. Поставь их в ряд. Каждой дай имя: бабушка по маме, бабушка по папе, дедушка по маме, дедушка по папе. Если знаешь имена, назови их.

Зажигай свечи по очереди и говори:

(Имя), я помню тебя. Я благодарю тебя за то, что ты дал мне. Я принимаю твою силу. Я отпускаю твою боль. Ты во мне, я в тебе. Мы один род.

Когда все четыре свечи зажгутся, посиди в тишине. Посмотри на огонь. Представь, что они стоят вокруг тебя. Четверо стариков. Смотрят.

Что ты чувствуешь? Тепло? Страх? Пустоту? Грусть?

Это их ответ.

Потом дай свечам догореть. Пепел собери и развей по ветру или закопай в землю.

Этот ритуал можно делать раз в год. А можно чаще, если чувствуешь, что интуиция молчит, что не слышишь подсказок, что все время ошибаешься.

Код второго тела: Четверо предо мной. Я слышу. Я чувствую. Я знаю.

Говори его, когда надо принять важное решение. Когда сомневаешься. Когда не знаешь, как поступить. Они подскажут.

Сегодня узнай имена своих бабушек и дедушек. Всех четверых. Если не знаешь, спроси у старших. Если спросить не у кого, просто назови их: бабушка по маме, бабушка по папе, дедушка по маме, дедушка по папе. Они услышат.

И завтра, когда будешь пить утренний чай, поставь лишнюю чашку. Для них. Мысленно пригласи. Посиди с ними. Помолчи. Они придут.

Второе тело. Бабушки и дедушки. *Четверо. Твоя интуиция. Твоя защита. Твоя связь с миром.*

Четверо предо мной. Я слышу. Я чувствую. Я знаю.

Глава 8. Третье тело. Прабабушки и прадедушки

С деньгами у нас всегда сложно. Это не потому, что деньги плохие или хорошие. Это потому, что за деньгами всегда стоит кто-то из рода. И этот кто-то чаще всего обижен, напуган или проклят.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.