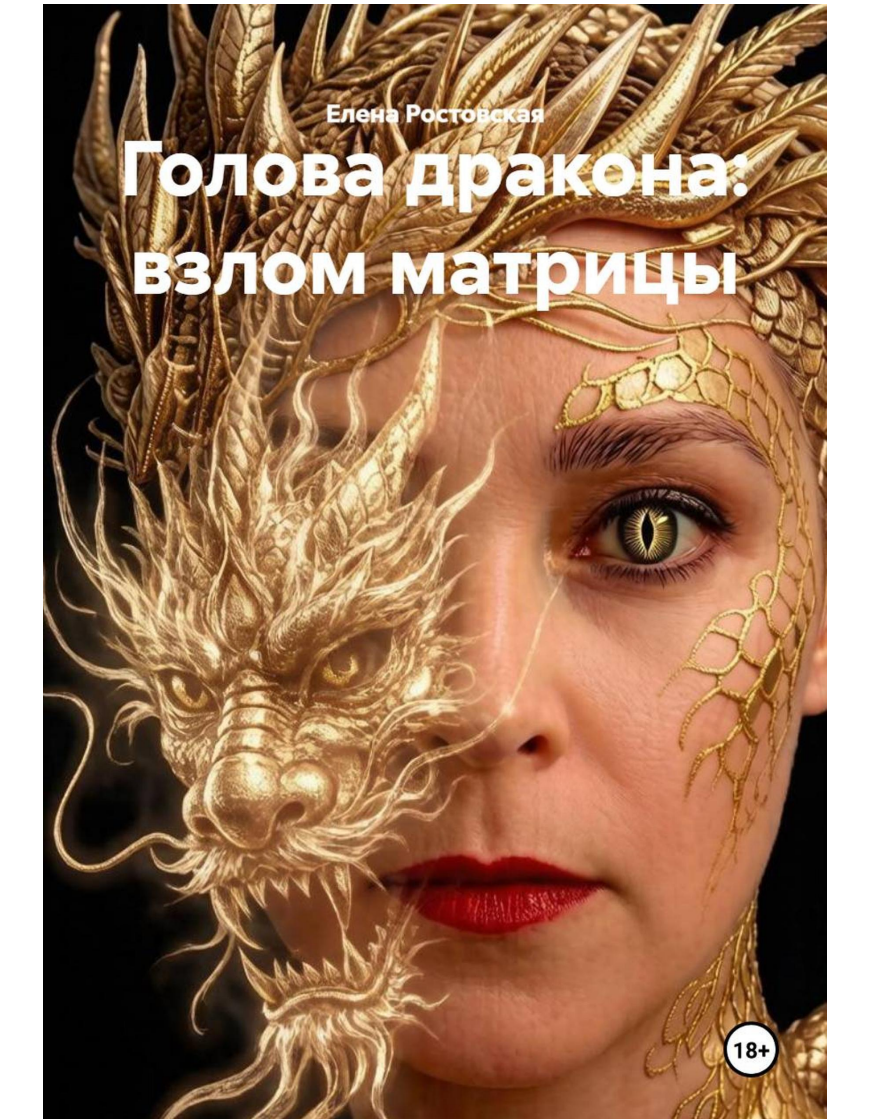


A close-up portrait of a woman with a golden dragon mask. The mask covers the left side of her face, featuring intricate scales, a large horn, and whiskers. The woman has a golden scale-like pattern on her forehead and cheek, and a golden dragon headpiece on her head. She has green eyes and red lipstick.

Елена Ростовская

Голова дракона: взлом матрицы

18+

Елена Ростовская
Голова дракона:
взлом матрицы
Серия «Взлет Дракона», книга 1

*<https://litres.ru/74074908>
SelfPub; 2026*

Аннотация

Вы ищете выход из замкнутого круга травм и страданий? Эта книга покажет, как превратить боль в силу.

Автор делится личным опытом: как пережить домашнее насилие, преодолеть зависимость от чужого мнения и открыть в себе истинный потенциал.

Вы узнаете, как:

работать с архетипами Таро и Хрониками Акаши;

трансформировать страх в ресурс;

наладить отношения с близкими и самим собой.

«Голова дракона» — это не просто книга, а руководство по созданию своей реальности.

Содержание

Глава	4
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Голова дракона: взлом матрицы

Глава

Пролог.

В современной психологии много говорят о детских травмах и обидах на родителей. Но мой опыт показал мне иную картину.... Вселенная устроена совершенно иначе. Мы изначально приходим именно в ту семью и к тем людям, которых сами выбрали задолго до своего земного воплощения. Мы заключаем с ними священный договор на уровне душ.

Но, приходя на Землю, мы неизбежно попадаем в ловушку матрицы. Мы рождаемся в плотном мире и забываем обо всех уговорах, контрактах и клятвах. Мы забываем, кто мы и зачем сюда пришли. Большинство людей так и проживут свою жизнь в этой глубокой амнезии, так и не узнав, в чём же заключалась их истинная задача. Они будут послушно возвращаться в колесо сансары вновь и вновь, воплощение за воплощением, пока наконец не пройдут тот опыт и те уроки, которые выбрала их зрелая душа.

Сейчас, когда общие вибрации планеты стремительно повышаются, многие начинают просыпаться. Пробуждаясь, мы по крупицам вспоминаем себя. И в это время критически

важно говорить об этом вслух, чтобы как можно больше душ очнулись ото сна и вспомнили свои космические задачи. Пришло время окончательно освободиться из ловушки матрицы и заявить права на статус Творца своей реальности.

Голова Дракона - это вектор эволюции. И сейчас эволюция планеты требует от душ выйти из бесконечного колеса сансары и вспомнить себя!

Если эти строки отозвались внутри тебя странным, щемящим узнаванием — значит, твоя душа уже начала свой путь к пробуждению. Ты здесь не случайно. И эта книга — твой первый путеводитель. Пройдя этот путь со мной до самого конца, на финальных страницах ты найдешь особый ключ — мой личный подарок для тебя. Я помогу тебе рассчитать твой Психологический Портрет судьбы и заглянуть в уникальные «4 Зеркала» твоего подсознания, чтобы ты вспомнила свой Истинный Ранг, смахнула морок матрицы и узнала, с каким именно священным договором твоя душа пришла на Землю. А пока — переверни страницу. Позволь себе вспомнить»

Глава 1. Научный базис трансформации: феномен посттравматического роста

Когда моя привычная реальность рухнула, я сидела на обломках своей жизни и чувствовала себя абсолютно пустой оболочкой. Всё, во что я верила, было уничтожено. В эзотерике это состояние часто называют «темной ночью

души» или «болезненным пробуждением». Но в тот мо-

мент мне, как человеку с рациональным мышлением, отчаянно нужна была твердая опора. Мне нужно было понять: я схожу с ума или со мной происходит что-то другое?

И я начала искать ответы в науке. Оказалось, что то, что я проживала на уровне боли и метафор, в современной доказательной психологии имеет четкий, строго задокументированный термин — феномен посттравматического роста (ПТР).

Этот концепт в 1995 году ввели американские клинические психологи Ричард Тедески и Лоуренс Кэлхоун. И их открытие буквально спасло меня. Наука доказала то, во что мне самой было трудно поверить: тяжелый экзистенциальный кризис и жесткое крушение реальности — это не конец личностных возможностей. Это отправная точка для радикальной эволюции личности. Моя травма не должна была меня разрушить. Она должна была стать фундаментом для новой меня.

Посттравматический рост — это не просто возвращение к исходной точке, которая была до кризиса. Это качественный прыжок вверх, формирование принципиально новой, несокрушимой архитектуры психики. Согласно исследованиям Тедески и Кэлхоуна, этот рост разворачивается в пяти строго определенных научных доменах. И когда я изучала их, я с удивлением узнавала в этих сухих терминах каждый шаг своего личного ада и своего возрождения.

Пять доменов посттравматического роста:

Изменение жизненной философии и приоритетов.

Травма напрочь сносит старую систему ценностей. Происходит то, что в когнитивной психологии называется разрушением базовых иллюзий. Я хорошо помню момент, когда мои иллюзии разбились. В один я перестала жить отложенной жизнью и сместила фокус на ценность момента

«здесь и сейчас». Наука называет это изменением приоритетов, а я назвала это моментом, когда я наконец-то начала дышать.

Осознание личной силы и автономии.

Проходя через экстремальные эмоциональные испытания, психика парадоксальным образом соединяется со своей уязвимостью. Помню, как в пик кризиса я лежала на полу, чувствуя себя абсолютно беспомощной, но именно там, на самом дне, родилось осознание: «Если я выжила в этом аду, значит, я способна выдержать абсолютно всё». Так рождалась моя тотальная опора на себя.

Трансформация интерперсональных отношений и границ.

Выход из травмирующего опыта неизбежно приводит к радикальной ревизии окружения. Мне пришлось пройти через болезненное расставание и жесткое отсечение манипуляторов. Научный термин «трансформация отношений» на практике стоил мне сотен пролитых слез, но именно он научил меня бескомпромиссно выходить из созависимых сценариев.

Открытие новых возможностей и путей реализации.

Крах прежней семейной жизни и социальных ролей освободил колоссальный объем моей психической энергии. Раньше она уходила на обслуживание деструктивной системы, а теперь — перенаправилась в творчество, бизнес и создание личной независимости. Эта книга, которую вы держите в руках, — прямое тому подтверждение.

От поверхностных социальных рамок я ушла в глубокий экзистенциальный поиск. Я начала тоньше чувствовать причинно-следственные связи мира и законы вселенского баланса. Именно этот домен стал мостиком, который соединил для меня строгую психологию и глубокие законы Вселенной.

Клиническая анатомия «хорошей девочки» и тип личности «С»

Долгое время я была той самой идеальной, удобной, «хорошей девочкой». Я думала, что это моя добродетель. Но когда я обратилась к клинической психологии и онкопсихологии, мне стало по-настоящему страшно.

Оказывается, то, что в быту мягко называют синдромом «хорошей девочки», в науке классифицируется как личность типа С (Type C personality). Этот смертельно опасный паттерн поведения был детально описан исследователями Лидией Темошок и Морисом Фридманом. И когда я прочитала критерии этого типа, я увидела в них анатомический атлас собственного разрушения:

-Патологическое замалчивание деструктивных эмоций. Я

годами глотала свой гнев и обиду, затапливая их поглубже в тело.

- Чрезмерная уступчивость и жертвенность. Я была готова на всё, лишь бы угодить партнеру или социуму, даже если ради этого приходилось предавать себя.

- Избегание открытых конфликтов. Я мастерски «заглаживала углы», стирая собственное «Я» в порошок, лишь бы вокруг царил иллюзорный мир.

С точки зрения нейроэндокринологии, то, что я делала со своим телом, было медленным самоубийством. Постоянное подавление гнева и проживание в хроническом стрессе удерживало мой организм в затяжной фазе истощения — той самой, которую описал Ганс Селье.

Сегодня я точно знаю: когда мы молчим, гормоны стресса (в частности, кортизол) в высоких концентрациях начинают методично выжигать нашу иммунную систему. В моем теле, как и в теле любой «удобной женщины», в этот момент снижалась активность Т-киллеров — тех самых клеток, которые обязаны уничтожать атипичные и раковые новообразования. Мой иммунитет был парализован моим же собственным терпением.

И здесь скрыт самый жесткий, самый страшный вывод онкопсихологии: многолетняя, так одобряемая обществом «женская мудрость» — с ее призывами терпеть, замалчивать насилие и подчиняться — это не добродетель. Это прямой биологический фактор запуска тяжелых психосоматических

и онкологических заболеваний. Мой опыт доказал эту истину на полную мощность: тело начинает кричать болезнями тогда, когда рот женщины насильно закрыт.

Нейробиология дофаминового вознаграждения

Наш мозг — это прагматичный эволюционный механизм, работающий по принципу минимизации энергозатрат. За любую нашу активность отвечает система вознаграждения, главным топливом которой является дофамин. И долгое время я сознательно морила свой мозг голодом.

Я годами тяжело работала, обслуживала чужие интересы, терпела унижения и тащила на себе браки, но при этом жестко запрещала себе чистое, персональное удовольствие. Никаких «эгоистичных» покупок, полноценного отдыха или баловства для тела. В какой-то момент мой мозг зафиксировал эволюционный тупик.

Включился жесткий механизм выученной беспомощности, открытый Мартином Селигманом. Мой мозг просто заблокировал выработку дофамина и энергии, транслируя мне изнутри: «Зачем нам вообще просыпаться по утрам, стараться и зарабатывать, если мы всё равно не получаем от этого ни безопасности, ни радости?» Я превратилась в ту самую пустую оболочку.

Именно поэтому выбор себя, инвестиции в свой комфорт и свои капризы — это не эгоизм. Это научно обоснованный способ перепрошивки синаптических связей. Показывая мозгу материальный, приятный результат труда, мы бук-

важно реанимируем дофаминовую систему, возвращая себе энергию для масштабной финансовой и социальной реализации.

Я смогла перезапустить этот механизм и вернуть себе жизнь. Но чтобы вы поняли, в какой именно момент моя дофаминовая система была разрушена до основания и почему я раз за разом соглашалась на деструктивные сценарии, нам нужно заглянуть туда, где всё начиналось. В мои браки. В следующей главе мы разберем матрицы совместимости с моими мужьями, чтобы увидеть истинные, кармические и психологические причины наших разводов...

Глава 2. Анатомия кармических браков: две Башни моей трансформации

После короткого экскурса в мир психологии, приведенного в первой главе моей книги, хочу перейти к более близким мне понятиям, и практически показать что значит кармический брак, на собственном примере.

Когда ты рождаешься 8-го числа под покровительством аркана «Справедливость», твоя жизнь полностью лишается случайных совпадений. Восемерка — это знак жесткой причинно-следственной связи, весы, которые взвешивают каждый шаг. Ядром моей личности в Матрице является 9-й аркан — «Отшельник», требующий глубокого погружения в тайны подсознания и накопления мудрости. Но чтобы этот Отшельник внутри меня наконец пробудился, зажег свой

фонарь и начал видеть вещие сны, Вселенной пришлось применить радикальные меры. Она дважды посылала мне мужчин, рожденных 16-го числа — под знаком 16-го аркана «Башня».

Люди-Башни в минусе — это живые тараны для чужого эго. Они приходят, чтобы разрушить до основания ложные опоры и иллюзии. Мои браки были идеальной кармической режиссурой: моя Справедливость искала логики и баланса, а Башни моих мужей раз за разом обрушивали мой мир, заставляя меня искать опору исключительно внутри себя. Но если первая Башня обрушилась на меня внешним, всепоглощающим огнем, то вторая — погребла под ледяными обломками ментального насилия.

Первая Башня: Огненный шторм и бег по Колеснице

Союз с моим первым супругом был пропитан стремительной, яростной энергией. Центром нашей совместимости в Матрице стал 7-й аркан — «Колесница». В минусе эта энергия дает неуправляемое движение, агрессию и полную потерю контроля. Наш брак превратился в один грандиозный, непрекращающийся скандал.

Мы жили на пике эмоций: летела и билась посуда, ломались и выбрасывались вещи. В этой атмосфере хаоса муж начал выпивать, и вскоре в наш дом пришло самое страшное — он поднял на меня руку. Я помню этот липкий страх, когда мне приходилось в панике собирать вещи и посреди ночи убегать с ребенком на руках в никуда, лишь бы спастись.

Мой внутренний Отшельник кричал от ужаса, а Колесница брака неслась в пропасть.

Причина развода и кармический урок:

В кармическом хвосте первого мужа стоял мой 8-й аркан — Справедливость. Он пришел как жесткий кармический должник. Физическое насилие и алкоголь стали той самой Башней, которая взорвала мою прежнюю жизнь. Кармический урок состоял в том, чтобы понять: Справедливость — это не значит терпеть и пытаться «сбалансировать» то, что тебя убивает. Моя Справедливость должна была поднять меч. Этот развод стал моей первой точкой невозврата: я научилась спасать себя и своих детей, физически уходя от источника опасности. Я думала, что прошла главный ад, но Вселенная знала — мое эго разрушено лишь наполовину.

Вторая Башня: Ментальная тюрьма и лед Отшельника

Если первый брак заставлял меня бежать физически, то во втором союзе меня заблокировали ментально. Центром совместимости со вторым мужем стал 9-й аркан — «Отшельник», который в минусе дает глухую изоляцию и одиночество, от которого хочется кричать. Мой второй муж включил свою 16-ю «Башню» совершенно иначе — через изощренное психологическое насилие.

Обладая в матрице также теневой стороной 3-го аркана («Императрица»), он превратил понятие брака в инструмент тотального подавления моей воли. Фраза «супружеский долг» стала его оружием. Мои желания и мое физическое

«не хочу» не имели значения — его Башня шла напролом, добиваясь своего силой и манипуляциями. Он методично возвращал во мне удушающее чувство вины. Он методично культивировал во мне сомнения в себе, я действительно верила, что со мной что-то не так, что я не могу принять его любовь и заботу, что не могу ответить ему взаимным чувством, я сама себе казалась холодной и отстраненной. Однако, то, что преподносилось как забота, оказалось тотальным контролем. Но самым разрушительным был липкий, постоянный обман. Он врал обо всем. Моя интуиция Справедливости кожей чувствовала эту ложь, но из-за психологического прессинга я жила в мороке, не понимая, где реальность, а где его вымысел. Я была заперта внутри его лжи, как в бетонном бункере.

Причина развода и кармический урок:

Если из первого брака я убегала, чтобы спасти тело, то из второго я уходила, чтобы спасти свою душу. Его патологическое вранье и использование моего тела под соусом «долга» — это была вторая Башня, которая погребала меня заживо.

Мой кармический урок здесь был ювелирным. Справедливость в минусе часто заставляет нас до последнего искать логику в действиях абьюзера, пытаться «докопаться до правды» в его словах. Урок состоял в том, чтобы осознать: ложь не нужно разгадывать, от нее нужно закрывать дверь. Именно в этой ледяной изоляции, когда земной мир мужа состоял из обмана, мое подсознание совершило прорыв. Мой От-

шельник ушел вглубь: я начала видеть вещие сны. Ночью Вселенная показывала мне ту правду, которую муж так тщательно скрывал днем. Мой дар обострился до предела как механизм выживания.

Так на обломках Башен рождалась «Верховная Жрица»

Анализируя этот страшный, но великий путь, моя Справедливость наконец-то увидела безупречный замысел Высших сил. Ни один из моих мужей не был случайным прохожим — они были моими самыми жестокими и самыми эффективными учителями.

Первая Башня через побои и скандалы научила меня защищать себя и детей физически. Вторая Башня через манипуляции и ложь заставила меня доверять своей интуиции и открыла мой дар вещих снов. Они выжгли во мне все остатки жертвенности.

Когда осела пыль от крушения обоих браков, я обнаружила, что стою на руинах абсолютно свободной. Мои бывшие мужья выполнили свою миссию на сто процентов: они вытолкнули меня из роли жертвы в статус «Верховной Жрицы». Теперь я пишу эту книгу, точно зная — мои Башни рухнули только для того, чтобы на их обломках поднялся мой собственный, несокрушимый и величественный храм мудрой, видящей и сильной женщины.

Глава 3. Геометрия нового Рода

И, конечно, этот путь самопознания неизбежно меняет мой взгляд на материнство. В обществе принято жаловаться

на «трудных» подростков. Но запомните: не бывает так, чтобы рос абсолютно прекрасный, идеальный ребенок, и вдруг в один день превратился в ужасного, неуправляемого бунтаря. Это «вдруг» говорит лишь об одном — в детстве его волю жестоко и системно подавляли. Возможно, делали это из лучших побуждений, неосознанно причиняя глубокие психологические травмы. И теперь, когда ребенок физически вырос и наконец-то может громко выражать свое личное мнение, он заявляет о себе единственным доступным ему способом — через бунт.

Разрешите своим детям быть «неправильными». Позвольте им быть непослушными, неудобными для учителей и соседей. Позвольте им быть просто собой. Научите их твердо говорить слово «нет», когда они с чем-то не согласны. Разрешите им кричать от злости и плакать от бессилия, когда им этого хочется. И самое главное — дайте своим детям раз и навсегда понять, что твою, материнскую любовь не нужно заслуживать хорошими оценками или примерным поведением. Вы любите их без условий — просто потому, что они пришли в этот мир через вас. Ребенок должен засыпать и просыпаться с абсолютной уверенностью в том, что в этом огромном, порой жестоком мире вы всегда, при любых обстоятельствах, стоите на его стороне.

Особенно остро это актуально для девочек. Общество веками оценивает женщину по особой, садистской шкале жестких стандартов. С самого детства девочку дрессируют: на-

сколько она удобная, насколько послушная, терпеливая, понимающая, всё отдающая, способная безропотно прощать измены и молча глотать обиды. Разорвите этот родовой круг рабства на своей дочери. Научите её с пеленок, что ей не нужно расшибаться в лепешку, чтобы постараться всем понравиться. Она имеет священное, космическое право быть любой: неудобной для манипуляторов, имеющей свое резкое мнение, независимой, капризной, уставшей, злой — любой. Внушите ей, как главную молитву: ей не нужно подстраиваться под чьи-то чужие убеждения, патриархальные рамки и требования, чтобы быть ценной, важной и любимой. Дракон не должен расти в клетке. Научите её летать раньше, чем её попытаются приручить.

Очистив свое пространство от деструктивной кармы, я посмотрела на своих детей глазами обновленного, пробужденного человека. Теперь я понимаю суть вещей. Теперь я могу увидеть природу их взаимоотношений, их переживания, их боли и стремления. Я поняла, что наша семья — это четкая геометрическая матрица, где у каждого своя космическая задача.

Моя дочь, несет в себе код Числа 8. В прошлой жизни она была сильной, волевой душой правителя или воина, привыкшей нести колоссальный груз ответственности и контролировать жесткую реальность. В этом воплощении она сознательно выбрала тело мягкой, любящей и чувственной девочки. Но её прошлая сила оказалась заперта, проявившись

через теньевую сторону Сатурна — синдром гиперконтроля, глубокую депрессивность, острую тревогу и сложность в общении с людьми. Её одиночество — это попытка защитить свою новую хрупкость. Моя миссия как матери-Мудреца — помочь её суровой душе оттаять и показать, что этот мир может быть безопасным.

Мой сын, пришел под Числом 1. В прошлом воплощении его душа была женщиной-мастерицей, создававшей уединенную красоту. В этой жизни он зашел на совершенно новый виток эволюции, надев мужские доспехи Первопроходца и Лидера. Его врожденное стремление к автономии, независимости и одиночному плаванию — это необходимый инструмент. Ему важно всё делать самому, опираясь исключительно на свой внутренний стержень, нарабатывая мужскую силу с чистого листа.

Я же, с моим кармическим Числом 9, являюсь Хранителем и Мудрецом этого рода. Моя задача — сбалансировать эти две полярные энергии: суровую материальную «восьмерку» дочери и огненную, стремящуюся вперед «единицу» сына.

Глава 4. Точка невозврата

Пройдя через этот болезненный, но неизбежный период пробуждения, я оказалась в абсолютной, звенящей тишине. Мои браки, которые раньше казались мне изнурительным полем боя, вдруг обрели ясный, кристально чистый смысл. Обида на бывших партнеров исчезла полностью, уступив ме-

сто странному, щемящему и глубокому чувству. Мне даже стало немного стыдно перед ними.

Я вдруг осознала, что это я, а точнее — моя пробуждающаяся душа, использовала их эго как жесткие, бескомпромиссные инструменты для собственного очищения от старых кармических программ. Одновременно с этим, я поняла, что это был контракт на уровне душ. Они согласились сыграть роли «плохих парней», чтобы вытолкнуть меня из спячки. Поняв суть своих браков и то, чему я должна была в них научиться, я обрела подлинную свободу. Я поняла, для чего мне был дан этот опыт, пожала им руки на тонком плане и закрыла эти счета. Я переросла уровень "жертвы" и увидела всю картину целиком.

Теперь передо мной стоял главный вопрос: кто я, зачем я здесь и для чего пробудилась. Старая карма была отмыта, внутренняя тишина обретена и "Голова дракона" указывала на мое истинное предназначение.

Я пробудилась, что бы стать ориентиром для других. Мои книги - это и есть мое предназначение. Я должна описать этот уникальный путь: от матриц и снов до тотального прощения и обретения тишины.

Я должна стать маяком для женщин, проживающих подобный опыт, что бы научить их этому переходу, показать, что окружающие нас люди, никто иные, как учителя, и лучшее, что вы можете делать для себя, это перестать их винить. Принять этот с благодарностью и отпустить.

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.