

12+

Елена Паули
Дневник №3. Живые практики
Турисаз

Для тех, кто устал быть удобным



Елена Паули

**Дневник №3. Живые
практики Турисаз. Для тех,
кто устал быть удобным**

«Издательские решения»

Паули Е.

Дневник №3. Живые практики Турисаз. Для тех, кто устал быть удобным / Е. Паули — «Издательские решения»,

Если вы устали прогибаться под обстоятельства, боитесь своей силы или снова и снова упираетесь в одну и ту же стену — этот дневник станет вашим главным инструментом для изменения реальности. Только вы решаете — чему войти в вашу жизнь, а что должно — рассыпаться в пепел.

Содержание

Вместо вступления	6
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Дневник №3. Живые практики Туриаз Для тех, кто устал быть удобным

Елена Паули

© Елена Паули, 2026

ISBN 978-5-0070-8086-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Вместо вступления

Представьте себе два способа добраться до цели.

Первый. Вы садитесь в танк: мощная машина, тяжёлая броня. Вы едете — медленно, но уверенно. Вам приходится прокладывать дорогу там, где её нет. Давить всё, что мешает, тратить топливо, тратить время. Но вы двигаетесь — и это главное.

Второй. Представьте молот Тора — или просто идеально сбалансированный инструмент, который вы умеете метать. Вы замахиваетесь. Бросаете. Молот летит мгновенно, на тысячи километров, не зная преград. Он разрушает то, что стоит на пути. Он не тащит вас — он достигает цели сам. И возвращается в руку.

Вопрос к вам: **какой вариант достижения целей нравится вам?**

Другая история. Представьте, что вы решили вырастить ромашку. Маленький полевой цветок. Ничего сложного: семечко, земля, вода, солнце. Через месяц — цветок.

Но вместо того, чтобы посадить семечко рядом с домом, вы почему-то:

- идёте в лес за «особенной» землёй
- переплываете море, чтобы найти «ту самую» воду
- садитесь на самолёт в другую страну, потому что «там климат лучше»

Звучит абсурдно? Но мы делаем это каждый день.

Мы ставим себе простую цель — и выстраиваем вокруг неё сложнейшую конструкцию. Вместо прямого действия — «хороводы». Вместо «посадить и полить» — бесконечная подготовка, сбор информации, сомнения, планы, отговорки.

Почему так происходит? Потому что, если ты бросаешь молот и он попадает в цель — у тебя больше нет оправданий. Ты просто сделал (а). А пока ты едешь на танке, ты можешь оправдывать себя: «Я ещё в пути», «Мне нужно больше ресурсов», «Я стараюсь».

Танк — это про бесконечные процессы, которые мы любим усложнять. Молот — про результат: четко, ясно, коротко и понятно. Пришел, увидел, победил.

- Какова последняя цель, к достижению которой вы шли слишком долгим путём?
- Где вы выбрали танк вместо молота?

А теперь спросите себя: **что было бы, если бы вы разрешили себе бросить молот?**

Любая цель — это сначала пространство. Потом — энергия.

Представьте, что вы хотите вырастить цветок. Сначала нужно подготовить почву: взрыхлить землю, убрать камни, создать место — пространство, куда можно посадить семя.

Потом нужно посадить семя и наполнить его энергией — водой, светом, теплом. Дать ему то, из чего оно будет расти.

Если вы польёте пустую землю или посадите семя в камень — ничего не вырастет.

Что вы хотите вырастить?

Маленькую ромашку? Она не требует много энергии. Её можно посадить у крыльца и поливать раз в день.

Или огромный дуб? Дуб вырастает за десятилетия: ему нужно много места, воды, терпения.

Упражнение «Точно ромашка?»

Предлагаю вам провести небольшую проверку.

Шаг 1. Запишите одну цель, которая у вас сейчас есть. Не самую глобальную — просто одну текущую задачу или желание.

Шаг 2. Закройте глаза. Сделайте три вдоха. И спросите себя вслух или шёпотом:

— «Точно это?»

— «Ты уверен (а)?»

— «Это действительно то, что я хочу, или это чужое желание?»

Шаг 3. Повторите этот вопрос три раза. С каждой попыткой слушайте, что отзывается внутри.

Шаг 4. Если ответ «да» — запишите цель заново, но уже без сомнений. Если ответ «нет» — переформулируйте. Или отложите. Или признайтесь себе, что это не ваша ромашка.

А теперь вернемся к рунам: чистой, мощной, яркой энергией, меняющей жизнь раз и навсегда.

Турисаз — этот тот молот, который летит быстрее ветра, показывая вам путь к вашей цели, какой бы она ни была.

Активация Турисаз происходит значительно легче, чем предыдущие энергии.

Психика «почувствовала вкус» новых состояний, убедилась в безопасности происходящих процессов и легче стала откликаться на практики, с интересом наблюдая за тем, что будет происходить дальше.

Вы уже способны быстрее входить в особые рунические состояния, наблюдая за тем, как они проявляются в вашем теле, психике и как влияют на ваше поведение в социуме.

Каждый шаг — новые инсайты и осознания, мощная работа по исцелению «сценария», который каждый пишет, начиная с рождения.

Турисаз расширит возможности вашего сценария, показав, что тесные «башмачки», в которых вы долгое время смиренно шагали по жизни уже давно можно заменить на «сапоги скороходы».

Турисаз научит вас уверенно говорить всему лишнему в вашей жизни строгое: «Нет».

«Нет» — лучшее лекарство в жизни от любых болезней и напастей.

С Турисаз вы научитесь говорить беспрекословное «Нет»:

Страхам.

Неуверенности.

Сомнениям.

Обидам.

Бедности.

Слабости.

Отчаянию.

Чему еще нужно сказать: «Нет» в вашей жизни?

Выпишите прямо сейчас на отдельный лист бумаги все то, что вы давно хотите выбросить из своей жизни, но боитесь.

Почему вы соглашаетесь и остаетесь там, где вам не хочется? Почему не можете сказать: «Нет» скучной, пресной, серой, унылой жизни?

Однажды вы уже пытались говорить: «Нет», отстаивая себя и свои позиции. Скорее всего вы проиграли, согласившись на чужое «Да».

Мы говорим про кризис трех лет, когда вы маленький, но уже владеющий представлениями о том, что важно вам, пытались это донести до родителей.

Они очень быстро переплавили ваше «Нет» в удобное «Да».

Теперь вы зачастую говорите: «Да»

Неинтересной работе.

Скучным отношениям.

Ненужным просьбам.

Лишнему весу.

Лени.

Возьмите листок и запишите все ваши «Да», которые вам не нравятся. Вы уверены, что ваши «Да» принадлежат вам? Кто внутри вас руководит вашими «Да»?

Турисаз быстро помогает отодвинуть привычные решения и действия, освобождая пространство для будущих начинаний, в которых «Да» будет иметь исключительно ваш голос.

Прямо сейчас предлагаю сделать небольшую практику, чтобы вы смогли «забрать» себя из кризиса трех лет не проигравшим, а победителем.

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.