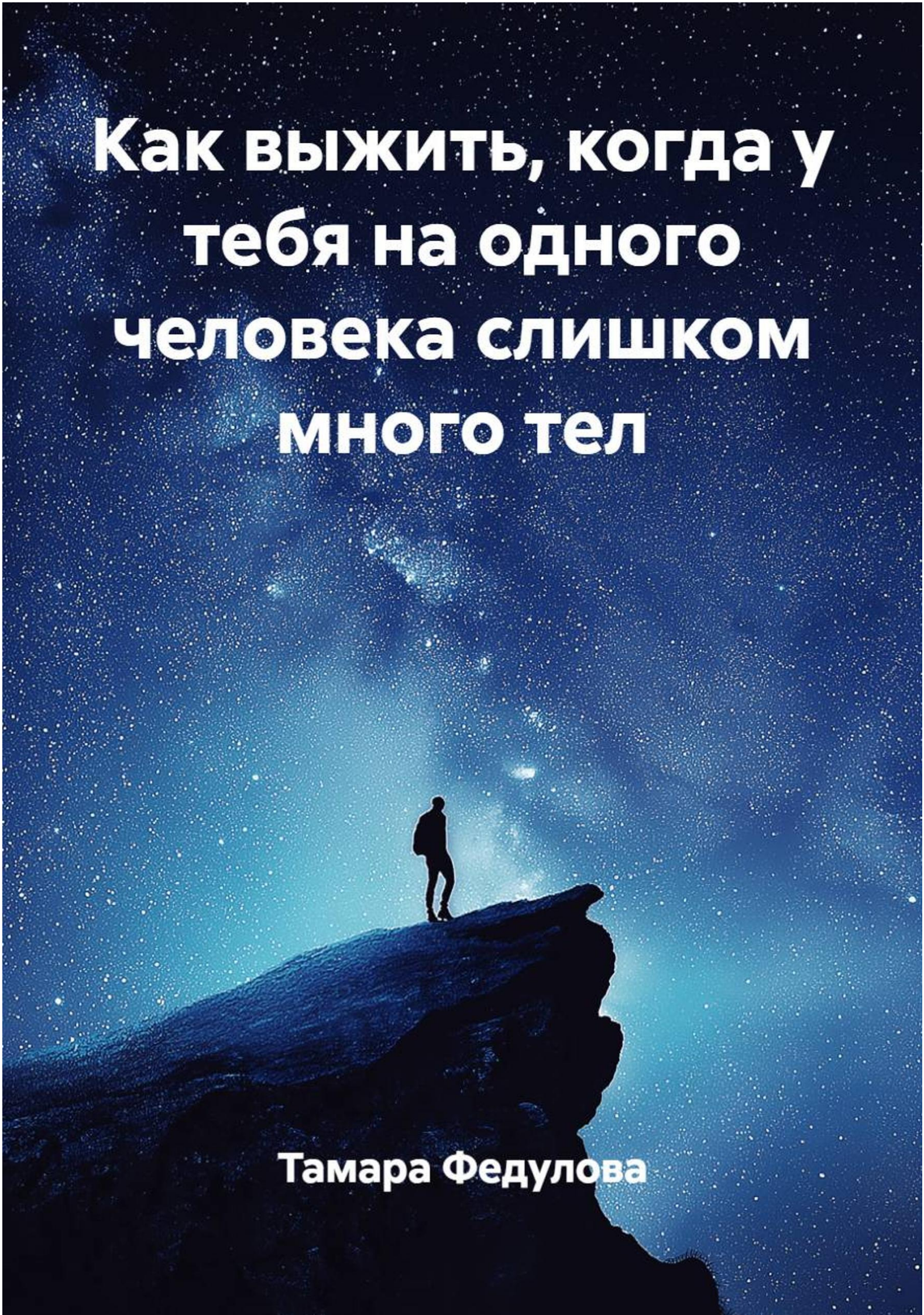
Как выжить, когда у тебя на одного человека слишком много тел



Тамара Федулова

Тамара Федулова

Как выжить, когда у тебя на одного человека слишком много тел

«Автор»
2026

Федулова Т.

Как выжить, когда у тебя на одного человека слишком много тел / Т. Федулова — «Автор», 2026

Знакомьтесь, это Тома. У нее есть работа, дедлайны, кошка, сломанный каблук и... целых семь тонких тел, которые постоянно пытаются высказать свое авторитетное мнение. Эта книга — увлекательное, ироничное и очень жизненное путешествие по многомерной структуре человека. Вместе с Томой вы узнаете, как договариваться с уставшим физическим телом, успокаивать астральную панику, наводить порядок в ментальном хаосе, разгребать каузальные кармические завалы и ловить интуитивные озарения буддхиального уровня. Забудьте про скучные эзотерические учебники! Здесь тонкие материи объясняются через понятные бытовые ситуации, чашку утреннего кофе и здоровый юмор. Это идеальное руководство для тех, кто хочет лучше понять себя, перестать суетиться и наконец-то услышать голос своего истинного «Я» — даже если прямо сейчас на ужин вас ждут вчерашние макароны.

© Федулова Т., 2026
© Автор, 2026

Тамара Федулова
Как выжить, когда у тебя на одного человека слишком много тел

Как выжить, когда у тебя на одного человека слишком много тел.

Пролог. Утро понедельника, когда трещат по швам все семь оболочек

Будильник прозвенел в семь утра с наглым цинизмом личного палача. Тома застонала, попыталась перевернуться на другой бок и с ужасом поняла, что её физическое тело весит примерно как чугунный мост, эфирное тело валяется где-то под кроватью в состоянии «батарейка разряжена на 2%», а ментальное уже вовсю гоняет мысли о квартальном отчете.

— Ну и зачем я вчера согласилась на тот бокал вина с подругами? — пробормотала Тома в подушку, адресуя вопрос не столько вселенной, сколько собственному астральному телу, которое радостно трепетало в предвкушении новой порции утренней драмы.

Тома была обычной девушкой тридцати двух лет. Она работала маркетологом, вела бухгалтерию в блокноте в цветочек, пыталась делать вид, что у нее всё под контролем, и искренне верила, что человек состоит из кожи, костей и нервов. Как же она заблуждалась!

Если бы в этот момент кто-то посмотрел на Тому через прибор биополевого видения, перед ним предстала бы картина маслом: сияющая (или не очень) матрешка из семи разноцветных оболочек, каждая из которых жила своей собственной, чертовски насыщенной жизнью. Плотная физическая оболочка спотыкалась о кота, эфирная — роняла чашку с кофе, ментальная — планировала захват мира (или хотя бы отпуск в Турции), а кармическая тихонько хихикала в углу, напоминая, что сегодня понедельник и легко не будет.

Тома вздохнула, решительно откинула одеяло и решила: хватит это терпеть. Пора познакомиться со всеми своими «я» поближе, пока они окончательно не разорвали ее на части.

Глава 1. Физическое тело: Обитель круассанов и утренней лени

Тома стояла посреди кухни в пижаме с фламинго и вела ожесточенный диалог с собственной совестью. На таинственном перекрестке кухонного стола сошлись две противоположности: хрустящий, ароматный, чертовски манящий круассан с миндалем и тоскливо зеленеющий лист салата в контейнере с надписью «Здоровое питание. День 3».

Физическое тело Томы — та самая плотная, осязаемая и упрямая оболочка, которую мы видим в зеркале каждое утро — громко и безапелляционно требовало круассан.

— Послушай, — мысленно обратилась Тома к своему материальному скафандру, глядя на свое отражение в глянцевой дверце духовки. — Мы же договаривались. С понедельника качаем пресс, пьем два литра воды и едим клетчатку, от которой птицы в обморок падают. Какой круассан? Ты же хочеть влезть в то бежевое платье на свадьбу к подруге!

Физическое тело в ответ тяжело вздохнуло желудком, зевнуло челюстью и отчетливо намекнуло: платье может подождать, а уровень глюкозы в крови падает критически, и если сию секунду не закинуть в топку углеводы, Тома рискует устроить производственную травму прямо на утренней летучке в офисе.

В эзотерических книгах, которые Тома любила листать по вечерам с чашкой ромашкового чая, физическое тело описывали возвышенно: «Плотный храм души», «Материальный проводник», «Сосуд для духа». Но в реальности, в понедельник в 8:15 утра, этот храм больше напоминал общежитие для капризных жильцов, где каждый норовит качать свои права.

Если взглянуть на строение человека с точки зрения тонких энергий, физическое тело — это фундамент нашего многоэтажного дома. Самый плотный, самый тяжелый и самый заметный уровень. Именно через него мы трогаем мир, едим те самые круассаны, чувствуем боль от неудобных туфель и блаженство от массажа спины.

Но главная проблема физического тела в том, что оно ужасно консервативно. Оно не понимает абстрактных концепций вроде «высокие вибрации» или «кармическая проработка». Ему нужны вполне приземленные вещи: сон не меньше восьми часов, простая вода, движение и отсутствие стресса. А что делает современный человек (и Тома тут была впереди планеты всей)? Правильно: до трех ночи залипает в телефон, читая новости про курс биткоина, утром заталкивает в себя растворимый кофе с сахаром, а потом удивляется, почему «храм души» скрипит, ноет в пояснице и отказывается генерировать гениальные идеи для отчетов.

Тома вздохнула, сдалась, отломила половину круассана и запихнула в рот. В конце концов, жить нужно в гармонии с собой, а не в режиме концлагеря.

— Ладно, милый мой скафандр, — прожевывая, примирительно сказала она отражению. — Сегодня едим углеводы, но после работы честно идем гулять в парк. Иначе я перестану покупать твое любимое миндальное молоко.

Физическое тело тут же довольно заурчало, уровень энергии капризно, но поднялся, а Тома впервые за утро улыбнулась. Она еще не знала, что за этим плотным материальным фасадом прячутся еще шесть удивительных слоев — тонких, невидимых глазу, но влияющих на ее жизнь куда сильнее, чем утренний кофе. Но об этом предстояло узнать чуть позже. А пока нужно было бежать на автобус, пока физическое тело окончательно не решило, что лучший способ провести понедельник — это лечь обратно под одеяло.

Глава 2. Эфирное тело: Аккумулятор, который забыли зарядить

К часу дня батарейка Томы официально перешла в красную зону. Если физическое тело еще худо-бедно держалось на подножном корме из утреннего миндального круассана и трех чашек растворимого кофе, то эфирный двойник Томы давно лежал на коврике перед кулером и уныло молил о пощаде.

В офисе стоял привычный рабочий гул: звенели телефоны, шуршал принтер, а начальник отдела, Игорь Петрович, с энтузиазмом закидывал в коллектив новые правки в проект, который, судя по срокам, нужно было сдать еще позавчера. Тома смотрела на экран монитора, но буквы упорно отказывались складываться в осмысленные слова. Казалось, кто-то невидимый выдернул шнур из розетки, и Томин внутренний генератор энергии тихонько заглох.

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.