

Содержание

Интро	9
Квинтэссенция знания Тафти	10
I. Набираемся силы	11
Манифест Воли	12
Освобождение	14
Маркеры сновидения	15
Маркеры читателей	16
Отслеживание маркеров	18
Как себя отловили	19
Не выдавать Присутствия	21
Сила прошлых воплощений	22
Событие	23
Выволочка	24
Проводник Силы	25
Ложное пробуждение	26
Вы – живой свет	27
Вытаскиваем себя из трясины	28
Злой Змей Зеланд	29
Резюме	30
II. Укрепляем себя	33
Владеть своей важностью	34
Избавление	35
Техника безопасности	36
Повысить самооценку	37
Выволочка	38
Загнать себя в сценарий	39
Улитка-отпускница	40
Выбросили из были	41
Ловить себя на важности	42
Конкурс на самую умную улитку	43
Итоги конкурса	45
Подглядывать за собой	46
Растворить страх в осознании	47
Успеть испугаться	48
Запустить свое кино	49
Трансерфинг-притча	50
Резюме	51
III. Обновляем себя	54
Не ешь меня, козленочком станешь!	55
Обращение Тафти	56
Быть не такими как все	57
Имитация в матрице	58
Практика лошади	59
Принцип движения	60
Внимание на движении	61
Бульжник намерения	62

Внимание на потоках	63
Гоняем потоки	64
Раскачка энергетики	65
Осознанное питание	67
Кухня предков	69
Интерфейс к сверхсознанию	70
Резюме	71
IV. Расширяем себя	74
Точка отстраненности	75
Несущие свет	76
Наше счастье	77
Удовольствие от мелочей	78
Живьё	79
Наблюдение за персонажем	80
Поворот ключа	82
Биошар	83
Отзывы на практику «Биошар»	84
За что мы ненавидим Тафти	85
Слиться с реальностью	86
Я все могу!	87
Почему я все могу?	89
Я в самом деле все могу	90
Резюме	92
V. Двигаем реальность	95
Переворачивание реальности	96
Притча о бледной королевице	97
Переворачивание кадра	98
Викторина	100
Долгосрочные цели	101
Задние мысли	102
Подтверждение	103
Стрела Артемиды	104
Вопросы в кинокартине	105
Решимость иметь	107
Верю – не верю	108
Резюме	109
VI. Привлекаем силу	112
Становится легко	113
Привлечение Силы	115
Центр Силы	116
Искать и находить Силу	117
Разотождествление	118
Манер	119
Креативность и вовлеченность	120
И отпустили	121
Станьте рекой	122
Путешествие в день	123
Свод правил	124
Не прилагать усилий	125

Все надо делать с Силой	126
Резюме	127
VII. Косица намерения	130
Красивые и счастливые	131
Мы в месте!	132
У кого не работает косица?	134
Не нарушать, а соблюдать!	135
Тренировка косицы	137
Ощутить свое живьё	138
Альтер косица	139
Улитки запрещены!	140
Уроки повторяем, косицу вспоминаем	141
Выволочка	142
Ваши правила	143
Не соглашаться	144
Резюме	146
VIII. У Злого Змея в гостях	148
В кризисной ситуации	150
Видящие реальность	151
Задаваться вопросами	153
Очевидец	155
Иммунитет	156
Косица у детей	158
Кредо	159
Положения и смыслы	160
Разные установки	163
Резюме	165
IX. Управляем событиями	167
Нерадивые улитки	168
Вопросы в кинотеатре	169
Когда косица не работает	170
Защита дома	172
Управление событиями	173
Защита от ДТП	176
Технология выживания	178
Истории светящихся	181
Резюме	186
Экспозе	189
Первоэлемент Знания Тафти	190

Вадим Зеланд

Тафти жрица 2. Управление событиями

Книга предназначена для улиток. Но если вы не улитка, можете подсмотреть, подслушать, о чем там говорится. Может, и вам пригодится.



Дорогой Читатель!

Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа – свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой – это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпринимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о ближних, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

Искренне Ваш,
Владелец Издательской группы «Весь»



Пётр Лисовский



© ОАО «Издательская группа «Весь», 2022

Интро



Квинтэссенция знания Тафти

У человека имеется архаичный рудимент – КОСИЦА НАМЕРЕНИЯ – энергетическое сплетение за спиной на уровне лопаток. Косица активируется, слегка приподнимаясь под наклоном к спине, когда обращаешь туда свое внимание.

Реальность состоит из множества версий – вариативных кинолент, на каждой из которых свой сценарий развития событий.

С помощью косицы можно **МЕНЯТЬ ХОД СОБЫТИЙ**.

Чтобы задать реальность, нужно поймать ощущение косицы, объявить свое намерение в мыслях/словах/образах – и сбросить ощущение. Реальность переместится на другую киноленту с соответствующим сценарием. Так воображаемое воплощается в действительность.

Требуется не просто воображение события, а твердое намерение – **УСТАНОВКА**, что так оно будет.

Получается не всегда буквально и сразу. Все зависит от сложности задачи, а также от натренированности косицы. Если задача непростая, на нее требуется время. Долгосрочная цель реализуется поэтапно, по мере перемещения с одной киноленты на другую, все ближе и ближе к целевой.

Чтобы натренировать косицу, надо почаще **ЗАДАВАТЬ РЕАЛЬНОСТЬ**. Не надеяться, сбудется или не сбудется, не ждать чего-то от реальности, а задавать ее, намеренно и систематически, на простых и сложных событиях.

Это принципиально иной способ мышления и существования. Чтобы разум усвоил новый способ взаимодействия с реальностью, необходимо **ПОСТОЯННО И ВСЕГДА** задавать свою реальность, замечать и констатировать подвижки.

Задание реальности возможно только в состоянии **ПРИСУТСТВИЯ**. Чтобы войти в состояние Присутствия, нужно обернуться своим вниманием на себя. Заметить, где находится и чем занято внимание. Потому что ваше **Я** – это ваше **ВНИМАНИЕ**.

В состоянии Присутствия следует входить ненадолго, для того чтобы задать реальность или для того, чтобы осознанно выполнить какое-то действие.

В обычном состоянии вы действуете бессознательно, вас ведет сценарий. Входя в состояние Присутствия, вы **ВОЗВРАЩАЕТЕ СЕБЯ СЕБЕ**. Когда вы не в себе, ситуация владеет вами. Когда вы в себе, вы владеете ситуацией.

Чаще всего ситуация (происходящее) целиком поглощает внимание и погружает в сон. Чтобы научиться подниматься над ситуацией, нужно наработать обратную привычку: не впадать в транс от происходящего, а наоборот – **ЧУТЬ ЧТО, ПРОСЫПАТЬСЯ**.

Когда вы что-то делаете, надо задаваться вопросом: вы это делаете сами или что-то ведет вас?

Чтобы приучить себя просыпаться в сновидении наяву, необходимо постоянно давать себе установку: я буду просыпаться всякий раз, когда собираюсь что-то сделать, или когда что-то происходит, или когда меня что-то гнетет, или когда что-то не так со мной и окружающей реальностью. И стараться следовать этой установке.

Это тоже необычный и непривычный способ существования. Для вживания в этот способ требуется **ПРАКТИКА МНОГОКРАТНЫХ ПОВТОРЕНИЙ**.

Подробнее в книгах:

«Тафти жрица. Гуляние живьем в кинокартине»

«О чем не сказала Тафти»

«Жрица Итфат»

I. Набираемся силы



Манифест Воли

«Чему быть, того не миновать» – лозунг спящих, песня спящих, я пою эту песню-ю-ю...

А вот миновать! У проснувшихся песня другая: ПО ВОЛЕ НАШЕЙ ДА БУДЕТ НАМ.

Привет-привет, мои маленькие уродцы и уродицы!

Мы будем говорить о том, почему может быть так, и что делать, чтобы было так.

И сразу – пока-пока тем, кто ленивый, нерадивый, кого «все это» раздражает, кто уйдет и ничего не узнает.

Кто сказал, что «по вере вашей да будет вам»? Может, Создатель имел в виду нечто другое, а слова Его переиначили, подменив служение Ему поклонением Ему?

Едва ли Создатель нуждается в поклонении. Разве вы нуждаетесь в поклонении своих детей? Наверно, вы предпочли бы видеть в них добрых друзей. На самом деле цель жизни, а также само служение Создателю заключается в со-творении – творении вместе с Ним.

Многие люди считают, что вера в Создателя – это все, что от них требуется. Однако намерение Создателя, что очевидно, заключается в создании и созидании реальности. И если вы Ему в этом помогаете, не исполняете ли вы тем самым Волю Его?

Когда ваше намерение направлено на творение своей реальности, ваша Воля становится Волей Создателя. Разве может она не осуществиться?

Как известно, «Москва слезам не верит», а Трансерфинг не верит в веру. Надо не верить, а ЗНАТЬ И ДЕЛАТЬ, как и поступает Создатель. Реальность подчиняется не вере, а Воле.

Но делать можно и нужно не только ручками и ножками, а Волей, наверно в первую очередь. Надо лишь понимать, как правильно это делать.

Воля, в смысле «сила воли», не означает какого-то насилия над собой, равно как и приложения усилий к реальности. Скорей наоборот. Чем сильнее вы вожделеете, тем меньше получаете. Чем упорнее давите на реальность своей Волей, тем большее встречаете сопротивление. Недаром слово «воля» имеет два значения: намерение и свобода.

Намерение – это РЕШИМОСТЬ ИМЕТЬ И ДЕЙСТВОВАТЬ, и в то же время ПОЗВОЛЕНИЕ. Нужно дать свободу реальности, не давить на нее, а позволить ей реализовать ваше намерение. Себя же – освободить от вожделения и войти в состояние спокойной решимости иметь задуманное. Потому что вы получаете лишь то, чему соответствуете. (Подробности в книге «Трансерфинг реальности».)

Потому и косица намерения находится сзади вас и действует помимо вас. Вы изъявляете свою Волю и одновременно отстраняетесь, оставаясь как бы ни при чем. Воля ваша, но осуществляете ее не вы, а Сила – движок реальности. (Подробности в книге «Тафти жрица. Гуляние живьем в кинокартине».)

Однако важнее всего, как ни странно, даже не столько умение управлять реальностью, сколько вообще наличие стремления управлять ею.

Вы всегда чего-то хотите. Просто хотите. А когда не получаете то, что хотите, плачете. Будущее зависит не от вас – это вы зависите от будущего. Потому что ваша позиция пассивная, ожидательная. Вы предпочитаете заглядывать в замочную скважину предсказаний, нежели самим определять свое будущее.

Будущее ничейное, поскольку его никто не берет. Оно не астрологов, не предсказателей, не провидцев, не мечтателей, не страждущих, не надежды питающих, не просто наблюдателей. Оно за теми, кто его задает. Но этим, как правило, никто не занимается, поэтому будущее беспризорно – развивается само по себе.

Только вдумайтесь: самое ценное, что есть в этом мире, лежит себе свободно, и никто его не берет. Думают, что это невозможно, или не знают, как взять.

А вы сами – не хотите ли?

Что мешает осуществить ваши мечты? Пассивная позиция – не задавать реальность наперед, а барахтаться в текущем кадре, в «моментах здесь и сейчас». Вы ожидаете и надеетесь: получится или не получится, выйдет или не выйдет, повезет или не повезет. Вместо того чтобы **ЗАДАТЬ СВОЙ ВАРИАНТ**.

Это действительно можно делать, поскольку грядущая реальность многовариантна, то есть ничья. Если вы ее задаете, она становится вашей. Хотите – Воля ваша. Не хотите – тогда остается лишь надежда и вера. Вопрос выбора.

Но одного хотения здесь мало. Требуется перепрошивка улиточного шаблона, в соответствии с которым вы привыкли действовать: не задавать реальность, а ожидать и надеяться. Привычка настолько сильная, что побороть ее невозможно одним лишь ЗНАНИЕМ о том, что можно не ожидать, а задать. Вы будете ЗАБЫВАТЬ об этом снова и снова, и по-прежнему ОЖИДАТЬ.

Перепрошить шаблон удастся только путем многократных повторений. Нужно дать себе твердую установку **НЕ ОЖИДАТЬ, А ЗАДАВАТЬ** – и стараться следовать ей как можно чаще, всегда. Напоминать себе и помнить об этом.

Как только поймали себя на мысли, что чего-то ждете и на что-то надеетесь, сразу включайте активный режим: **Я ЗАДАЮ РЕАЛЬНОСТЬ**.

Это принципиально иной способ существования. Перестроиться на него сложно, но можно. В данном случае придется приложить старания и усилия Воли. Зато, если перестроитесь, займете сверхспособность, которой нет у других: **ПО ВОЛЕ ВАШЕЙ ДА БУДЕТ ВАМ**.

Вот характерный пример того, насколько это просто и одновременно непостижимо, волшебю.

«На днях испытала волшебную силу косицы в действии. Пришла в супермаркет, накидала в тележку литры-килограммы и поняла, что тащить это на себе пешком тяжело. Задаю реальность, что еду домой с комфортом и ничего в руках не несу. Потом делаю звонок – без ответа. Минут через пять мне перезванивают сами, и человек говорит мне, что сейчас подъезжает на парковку того самого супермаркета. Вот тут я испытала то противоречивое чувство, о котором говорила Тафти, – произошло нечто такое, „чего не может быть“. Домой меня довезли с комфортом, и я сама ничего не тащила».

Потому что косица – это вам не волшебная палочка из сказки, а реальный инструмент. Было бы желание его применять.

Освобождение

Сюда-сюда! Ко мне ко мне, мои красивые и счастливые! К своей жрице! Ну-ка рассказывайте, как у вас дела? Гуляете ли живьем в кино? Используете ли косицу? Если снова заснули – пеняйте на себя – светиться перестанете, а снова противными и скользкими станете.

Хоть и не заслужили вы, даю вам сегодня практику полезительную, освободительную. Проблема в том, что многие время от времени, и даже в течение дня довольно часто, испытывают щемящее чувство, похожее на чувство обязанности, тоски, несвободы, будто что-то гнетет.

По большей части чувство безотчетное, потому что оно сопровождает постоянно и постоянно висит грузом – к этому привыкаешь. Человек может быть даже весел, но груз все равно висит и жизнь омрачает. Основную причину, если не забыли, вы знаете: вас ведет внешний, не ваш сценарий – **ИМЕННО ЭТО ВАС ТЯГОТИТ**.

Но одна лишь осведомленность о проблеме от нее не избавляет. Нужно помнить и знать, что, как бы вас ни вели, вы способны задавать свою реальность. Но даже и этого знания недостаточно. Требуется **ВОЙТИ В СОСТОЯНИЕ**, в котором вы внутренне свободны и ничто не тяготит вас. А как в него войти?

Войти в свой новый манекен надо, в котором **СОСТОЯНИЕ СВОБОДЫ** прошито на подсознательном уровне. Для этого в течение недели, несколько раз в день, транслируйте вместе с косицей мыслеформу: «Я свободен (свободна), потому что я могу задавать свою реальность. Какую задам, такой она и будет».

Только не просто крутите мыслеформу в уме, а ОСОЗНАЙТЕ СМЫСЛ. Активируйте косицу и войдите в состояние: я действительно могу задавать реальность. Всякий раз, когда вы ловите себя на том, что вас что-то тяготит, задавайте это состояние.

Вы можете сразу же почувствовать облегчение и ощущение внутренней свободы. Закрепите это состояние в течение недели, да и впоследствии никогда не забывайте о нем. И действительно, красивыми и счастливыми станете, как и обещала вам.

Маркеры сновидения

Ну-ка просыпаемся, мои хорошие и пригожие! Надеюсь, вы не забыли, что практику освобождения надо делать в течение недели? Не лениться не лениться! Я практики не просто так даю вам. Потому что мне нужны красивые и счастливые, а не мокрые и сопливые.

Предыдущая практика была посвящена безотчетному гнетущему состоянию, которое висит и сопровождает. Но есть еще гнетущие вопросы и ситуации, на которые вы отвечаете и реагируете безотчетно.

Это вопросы и ситуации, которые вас угнетают, а вы не можете от них освободиться, потому что пребываете **В СТУПОРЕ, ВО СНЕ**. Когда вы пребываете в бессознательном состоянии, вы не способны отреагировать так, как хотели бы, потому что сценарий ведет вас.

Это вопросы и ситуации, где вы априори подневольны и неправы. В вашей жизни подобное случалось очень часто, начиная с раннего детства и кончая отношениями на работе. Вы понимали лишь потом, что действительно пребывали в ступоре и не могли достойно ответить.

Но вы не понимали, почему так происходит. Сейчас вы знаете – вас ведет сценарий. А для того чтобы освободиться и выйти из ситуации достойно, нужно **ВОВРЕМЯ ПРОСНУТЬСЯ**.

Например, девочка Матильда в книге «Жрица Итфат» проявила себя осознанным, свободным индивидом, когда ее заставляли есть молочный суп. А когда ей задали вопрос: «Ты чья?» – она пребывала в ступоре.

И вот вам задание. Вспомните ситуации в своей жизни, когда вы пребывали в подобном ступоре и не могли ответить или поступить **КАК ХОТЕЛИ БЫ**. И лишь потом вспоминали и понимали, что не могли, поскольку были как во сне.

Пока только вспомните. Практика непростая и небыстрая. И напишите-напишите мне, не ленитесь, чтоб и самим разобраться! Вам хорошенечко понять нужно, как это происходит.

В помощь вам следующий критерий. Ситуация, в которой вы невменяемы, определяется маркерами (отличительными признаками). Например, как в детстве: вы неправы, вы должны, вы виноваты, вы слабы, вы подчинены, вы неспособны.

Определите, каким маркером характеризовалась ваша ситуация. Если назовете мне свои **МАРКЕРЫ**, будете умничками¹.

¹ Многие практики публиковались в соцсетях. Тексты даются как есть, как это было. – *Здесь и далее примечания автора.*

Маркеры читателей

«Ты изначально неправ, и даже если прав, то все равно неправ».

«Мнение окружающих очень важно для меня. Мое мнение не важно, я ничего решить не могу, я недостойна».

«Для меня самый сильный маркер: „Что подумают люди? Будь как все“».

«Маркер из детства: „Я должна“. Меня постоянно сопровождало чувство долга. Так воспитали».

«В детстве меня постоянно сравнивали с другими не в мою пользу, и это перешло в привычку».

«От родителей: я должна, потому что так тяжело меня было воспитывать и поднимать, что теперь до конца жизни не расплатиться».

«Если уделяю время себе, то чувствую себя обокравшей ребенка, дескать, ему мое время нужнее».

«Не заслужила, недостойна».

«При поиске работы закидываюсь на том, каких навыков у меня не хватает».

«Несмотря на высокую квалификацию (с низкой зарплатой), мне все время кажется, что делаю недостаточно, что должен стараться лучше».

«На работе меня пытаются обвинить в недочетах других, да еще чужую работу на меня повесить».

«На работе априори не права. Молчу. Дома с ребенком тоже не права. Плохая мать».

«Часто обижаюсь по поводу и без. Маркер из детства: „Меня обидели“».

«Соглашаюсь на несправедливые условия».

«Вынуждают делать то, чего я не хочу и что мне не надо».

«Большая часть жизни ушла на то, чтобы соответствовать чьим-то ожиданиям».

«Маркер: „Снова ничего не получилось, снова та же ситуация“. Закидываюсь на этом».

«Мама в детстве говорила: „Да кому ты нужна, кроме меня?“ Ощущение, что я никому не нужна, осталось».

«Так правильно, потому что все так делают».

«На дороге, когда кто-то подрежет, не пропустит, постоянно „засыпаю“ в агрессию».

«В детстве мне говорили: „Ты держала деньги, иди помой руки, деньги грязные“. Теперь маркер – деньги в руках не держатся».

«Муж не принимает меня такой, какая я есть, мои интересы ему кажутся бредовыми, а я почему-то соглашаюсь».

«Стойкое убеждение: надо много и тяжело работать».

«Я с детства очень хотела обнять свою мать, но она была сурова со мной, и у меня комплекс, что я недостойна любви и проявления чувств».

«Родителями установлено: ты можешь без этого обойтись. Теперь не могу позволить себе что-то лучшее».

«Постоянно жду похвалы от всех, чтобы „поставили пятерку“».

«Часто слышу про себя: „Что ты все молодиться?“»

«Маркеры из детства: сравнения с другими в пользу других».

«Страх ошибиться, боязнь негативной оценки. Потребность, чтобы меня хвалили».

«Ты обязана делать все лучше всех. И если у тебя второе место – это полный провал и ты отстой».

«Да кому ты нужна, без работы, без угла, да еще с ребенком».

«Маркер: „Поступать так, как будет лучше другим“. Боюсь сказать нет».

«Внедрено мужем: „Ты все делаешь плохо – и на работе (мы вместе работаем), и дома“».

«В детстве родители все время пахали, а денег все равно не было. И я тоже – работаю много, а денег нет. Получается, не в работе дело».

«Соревнование с другими, постоянное сравнение себя с кем-то».

«Ты недостаточно хорош для этого».

«Я недостаточно хороша, нужно заслужить, я не ценна».

«Мощный маркер – возраст: „Мне все поздно“ (причем что угодно и довольно-таки с молодого возраста) – тоже где-то вбили».

«Если покопаться в прошлом, можно найти кучу всякого хлама».

«Не знаю, что вспомнить и о чем рассказать. Во как сценарий обдолбал».

Отслеживание маркеров

Славно-славно, мои хорошие. Наверняка легче вам стало, когда узнали вы, что у многих были и есть похожие проблемы, что и у вас. Но главное – вы показали себя себе.

Для того чтобы выйти из заикленного сновидения, которое повторяется вновь и вновь, нужно увидеть его, понять, какие маркеры вами владели, а также и сейчас продолжают владеть и довлеть над вами.

Это как в регрессивном гипнозе: когда вы из сегодняшнего состояния переживаете прошлые состояния и осознаете их, они прекращают повторяться и владеть вами.

Однако все не совсем так просто. Какие-то маркеры отваливаются при одном лишь осознании, а какие-то продолжают сидеть как крючки.

Наблюдайте за собой, как вы следуете сценарию. Пусть ваши маркеры станут вашими активаторами. Ловите себя и наблюдайте за собой.

Ловите себя в тот момент, когда вы снова попадаете под действие маркера. Учитесь себя ловить – это первое, чему надо научиться.

Еще раз, что такое маркеры. Это негативные установки, которые вас связывают, ограничивают и погружают в сон. Примеры: вы изначально неправы, вы должны, вы виноваты, вы слабы, вы подчинены, вы неспособны.

Маркеры на вас навешал кто-то, либо вы сами их на себя навешали когда-то. Например, вы это делали после своих поражений, которые произвели на вас сильное впечатление. Или от чувства неполноценности и безысходности. А ваши родители это делали с целью держать вас в узде и манипулировать вами.

В чем заключается самая деструктивная функция маркера? Он погружает вас в сон. Если, допустим, в детстве вам внушили, что вы всем должны, то и сейчас вами легко манипулировать – стоит кому-то лишь напомнить вам, что вы должны, и все – вы зомби.

Так вот, вам нужно учиться просыпаться по активаторам – постоянно, всегда, как в книге не раз говорилось. Не лениться! Это в ваших же интересах. Типичный активатор – **ВАС ЧТО-ТО ГНЕТЕТ**.

Как от этого избавиться? Надо определить, какая негативная установка порождает данное состояние, а затем **ЗАМЕНИТЬ НЕГАТИВНУЮ УСТАНОВКУ ПОЗИТИВНОЙ**. Например:

Я должен? Нет. Я СВОБОДЕН.

Я не могу? Нет. Я ВСЕ СМОГУ.

Я слаб? Нет. СИЛА ВО МНЕ И СО МНОЙ.

Почему эти установки будут работать? Потому что я Тафти, ваша жрица, я открыла вам косицу. Декларируйте новые установки (в мыслях или вслух) **ВМЕСТЕ С КОСИЦЕЙ!** Или просто твердите себе их постоянно.

И обязательно отслеживайте подвижки, подтверждения, что это работает. Вы их обязательно увидите.

Если будете последовательны в своей практике, ВАШИ НЕГАТИВНЫЕ МАРКЕРЫ БУДУТ ЗАМЕЩЕНЫ ПОЗИТИВНЫМИ УСТАНОВКАМИ.

Хорошо ли вы поняли принцип? Хорошенечко ли уяснили? Расскажите мне, как вы себя отловили, какие установки заменили?