



# ПОДГОТОВКА К РОШ АШАНЕ И ЧЕТЫРЕ ФАЗЫ ТШУВА (ПОКАЯНИЕ)

## ИСТОРИЯ

Четыре Фазы Тшува – это часть технологии, которую каббалисты использовали в течение столетий. Каббалисты объясняют, что единственным способом получить Руах Акодеш (вдохновение свыше и способность видеть будущее) является использование этой технологии ежедневно.

Самый важный для этого месяца – месяц Дева (Элюль). Применяя эту технологию, мы можем подготовиться к Рош Ашане – самому важному периоду нашей жизни, который соответствует первой неделе Творения.

В месяц Девы мы получаем особый подарок Творца: способность возвращаться в прошлое, чтобы вновь подключиться к Свету в тех областях нашей жизни, где мы создали короткие замыкания и негативность. Рав называет Деву месяцем возвращения к будущему.

Месяц Дева представлен невинной девушкой – метафорой момента, когда все еще было чисто и не искажено. Наша работа заключается в том, чтобы очистить наши души и посеять новые семена на предстоящий год.

## ДЛЯ ЭТОГО ТРЕБУЮТСЯ СЛЕДУЮЩИЕ ИНСТРУМЕНТЫ:

А. Медитировать по крайней мере один раз в день, визуализируя две буквы, которые контролируют энергию месяца. Эти буквы позволяют нам путешествовать назад во времени в момент до того, как мы создали негативность:



Б. Попросить, чтобы Свет напомнил нам о наших отрицательных действиях в течение предыдущего года.

Йуд  
Дева

Рэйш  
Меркурий

## ЦЕЛЬ

Цель заключается в том, чтобы рассматривать каждый день как «мини-версию» целой жизни. На определенном уровне наша душа действительно подвергается суду каждый день, и в соответствии с тем, как мы поступили в этот день, меняется наша судьба на следующий день. Наша миссия, так же как миссии всех каббалистов, заключается в том, чтобы каждую ночь мы засыпали так, как будто мы были **АБСОЛЮТНО ПРОАКТИВНЫМИ** в течение дня и как будто мы использовали каждый шанс проявить свет Творца. Это гарантирует нам, что наш следующий день будет полон чудес.

Но мы знаем, что мы абсолютно реактивные люди. Так что же делать?

Следующая технология позволит нам вернуться обратно в прошлое и исправить негативные семена, которые мы посадили, тем самым дав нам уникальный подарок, который гарантирует возможность иметь чудеса и удивительные события в последующие дни.

## КАК ЭТО РАБОТАЕТ

### Подготовка:

В конце дня найдите минуту, вспомните и запишите все негативные, реактивные, эгоистичные действия, которые вы совершили в течение дня. Один за другим, час за часом, и пробуйте записать столько случаев, сколько сможете вспомнить. Дальше используйте реальную технологию.

### Фаза 1

Возвратитесь в то время, к тому самому моменту, когда вы совершили реактивный поступок. Еще раз прочувствуйте все, что вы чувствовали. Полностью верните себя в эту ситуацию, окажитесь там еще раз.

Проанализируйте каждый аспект эго. Осуждение, Контроль, Гнев, Ненависть, Гордыня, Лень и Трата Времени. Вы можете использовать «Вав Хэй Вав» из таблицы 72 Имени Бога, для того чтобы вернуться назад во времени.



Вав Хэй Вав  
1. вернуться назад во времени

### Фаза 2

Почувствуйте боль, которую вы причинили своей собственной душе и другому человеку. Боль, которую своими действиями вы привнесли в коллективное сознание, в целый мир. Единственный способ действительно прочувствовать эту боль – это представить последствия ваших реактивных действий. Это поможет вам развить в себе здоровый страх от того, что вы сделали!

### Фаза 3

Представьте ту же самую сцену, но на сей раз ваши действия полностью проактивны. Представьте, каким было бы ваше сознание, какими были бы ваши слова, как бы вы себя чувствовали, совершая сопротивление, делясь, будучи проактивными.

Используйте «Йуд Ламед Йуд» из 72 Имени Бога, чтобы поднять искры Света из негативной стороны и вернуть их назад в вашу жизнь.

В этот момент вы «хирургическим путем» меняете ваше предшествующее негативное действие, как будто вы даже не делали этого, при условии что каждый шаг был сделан честно.



Йуд Ламед Йуд  
2. поднять искры Света

### Фаза 4

Заключительный шаг гарантирует, что вы изменили свой сценарий.

Вы должны дать твердое обещание, что вы никогда не сделаете этого снова.

В качестве гарантии того, что это не будет всего лишь своего рода «фанатичное обещание», представьте себе, что следующая пара дней или даже лет вашей жизни будет выглядеть как только что совершенное вами изменение.

Это все!

Если вы хотите достигнуть максимальных результатов в Рош Ашане, применяйте эту Технологию на каждую негативность, происходящую с вами!