

ПЕРВЫЕ 12 ДНЕЙ МЕСЯЦА ОВЕН (НИСАН)

1 НИСАНА (17 МАРТА)

Контроль над знаком
ОВЕН

Сочетание:

Пора ломать синдром
«я, я, я»

ל'א

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Завершайте начатое
- Помните об ошибках, совершенных в прошлом, чтобы не повторять их в будущем
- Перед тем, как предпринять что-то, остановитесь и мысленно попросите у Света помощи – впустите высшее сознание в ситуацию
- Контролируйте свое эго. Помните, мы всего лишь канал для Света
- Проявляйте сочувствие к окружающим
- Избегайте конфликтов

МЕДИТАЦИЯ:

Слыша голос своей душе, я понимаю, какую боль причиняет мне мое эго. Я замечаю бессмысленность переживаний о том, что окружающие думают обо мне; стремление быть правым любой ценой; злость, если что-то происходит не по-моему.

Когда я избавляюсь от этих духовных зависимостей, я подсоединяюсь к Свету – к высокому уровню сознания, и часть проблем, созданных моим эго, уходит.

Я свободен, мое эго под контролем, я концентрируюсь на действительно важных вещах, таких как любовь, друзья, семья, духовная реализация.

2 НИСАНА (18 МАРТА)

Контроль над знаком
ТЕЛЕЦ

Сочетание:

Выходим из зоны комфорта

ב'צר

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Старайтесь выйти из зоны комфорта. Если что-то заставляет вас чувствовать себя некомфортно, обязательно сделайте это.
- Прислушивайтесь к другим
- Поймите, что заставляет вас испытывать дискомфорт – и действуйте!
- Дарование – ваш лучший друг сегодня
- Трансформируйте пассивное наблюдение в действие

МЕДИТАЦИЯ:

Я четко вижу свои ограничения. Оглядываясь в прошлое, я вспоминаю все моменты, когда мое эго сдерживало меня, и из-за этого я не мог достичь настоящего наполнения и радости. Я концентрируюсь на Свете Творца, чистая энергия изменений окружает меня, и я чувствую себя свободным.

Я больше не жалею, не чувствую разочарования. Я больше не завишу от материального мира. Вместо этого я концентрирую своё внимание на духовном мире, отпускаю всю негативность и освобождаюсь от ловушек своего эго.

3 НИСАНА (19 МАРТА)

Контроль над знаком
БЛИЗНЕЦЫ

Сочетание:

Перестаньте откладывать
все на потом:
сейчас или никогда

ל'כב

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Концентрируйте свое внимание и берите на себя обязательства.
- Фокусируйтесь на деталях
- Старайтесь видеть «большую картину»
- Завершайте начатое
- Доверяйте Свету, а не вашей логике

МЕДИТАЦИЯ:

(Подумайте о незавершенном проекте, ставшем препятствием в вашей жизни. Окончательно решите, нужен ли он вам и тогда возьмите на себя обязательство, что вы его завершите, и начните медитацию).

Я вижу перед собой незавершенный проект (вставьте название этого проекта). Когда я вижу, как я (напишите, что вы должны сделать, чтобы завершить проект), я чувствую, как мои растерянность и желание отложить решение на потом, исчезают.

Я становлюсь все ближе к завершению проекта и достижению конечной цели. Я чувствую себя сильнее и более связанным с силой Света. Лень и сомнения ушли. Я вижу себя наполненным, создавая пространство для еще более великих свершений.

ПЕРВЫЕ 12 ДНЕЙ МЕСЯЦА ОВЕН (НИСАН)

4 НИСАНА (20 МАРТА)

Контроль над знаком
РАК

Сочетание:
Отпустите все страхи,
неуверенность,
бывших возлюбленных.
Избавьтесь от всего
этого

הייל

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Избавьтесь от ложного чувства самоуспокоенности. Отпустите всё, что дает вам придерживаться нейтралитета.
- Осознайте свои страхи и зависимости
- Рискните, доверьтесь Свету
- Освободите место для Света, убрав ненужные тревоги
- По крайней мере проявите дарование один раз в день
- Цените то хорошее, что уже имеете
- Живите в настоящем

МЕДИТАЦИЯ:

Я отпускаю.

Бывшую боль, сожаления, душевные травмы. Я отпускаю все. (Если есть особая тема или момент, к которому вы все время возвращаетесь, представьте это. Делая медитацию, вернитесь в тот момент и измените сценарий, посадите новое зерно)

Я отпущу эмоции прошлого, что тянут меня вниз, и заменю этот тяжелый багаж Светом и Любовью.

5 НИСАНА (21 МАРТА)

Контроль над знаком
ЛЕВ

Сочетание:
P-pppppp!

פריי

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Перестаньте все контролировать
- Думайте, прежде чем говорите
- Пользуйтесь своей возможностью помочь другим, а не управлять другими
- Сопереживайте другим людям, старайтесь понять их точку зрения.
- Будьте внимательны к чувствам других
- Не будьте в центре внимания

МЕДИТАЦИЯ:

Я избавляюсь от злости в своем сердце, освобождаю свою душу от груза, вызванного моей реакцией на окружающих. (Вспомните, когда вы в последний раз вышли из равновесия и разозлились, и попробуйте понять, что по-настоящему было причиной для злости).

Я вспоминаю (подумайте о том, когда вы разозлились) и ясно вижу, что был сбит с правильного пути реакцией своего эго.

В тот момент я пошел на поводу у ситуации вместо того, чтобы остановиться, подумать, применить сопротивление, и взять ситуацию под контроль.

Активируя комбинацию этих букв, я понимаю, что ничто в физическом мире не может заставить меня реагировать злостью.

6 НИСАНА (22 МАРТА)

Контроль над знаком
ДЕВА

Сочетание:
Это может показаться странным,
но может быть вы неправы?
Ведь может такое быть?

יולה

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Обратите внимание на то, как часто вы критикуете других и себя.
- Отпустите желание контролировать физический мир
- Будьте проактивны – задавайте вопросы
- Постарайтесь понять, а не осудить
- Поймите, что в сущности мы не управляем материальным миром
- Поймите, что единственный способ решения проблемы – это уверенность в Свете Творца
- Старайтесь найти хорошее и позитивное во всем

МЕДИТАЦИЯ:

Я источаю безусловную любовь.

Я сопротивляюсь своему желанию судить всех и вся. Я мысленно возвращаюсь к негативным словам и поступкам своего прошлого и наполняю их Светом и состраданием, посылая положительную энергию во Вселенную.

Я смотрю на других с сочувствием и воздерживаюсь от осуждения, когда оно подкрадывается ко мне.

ПЕРВЫЕ 12 ДНЕЙ МЕСЯЦА ОВЕН (НИСАН)

7 НИСАНА (23 МАРТА)

Контроль над знаком
ВЕСЫ

Сочетание:
Вам просто необходима
уверенность

עָרֵי

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Принимайте решения уверенно, без страха.
- Принимайте решения и будьте уверены в них
- Не подвергайте сомнению свои прошлые решения
- Делитесь с правильным сознанием

МЕДИТАЦИЯ:

Я совершенно уверен, что все, что должно произойти, обязательно случится в результате моего проактивного поведения.

Я полностью беру ответственность за свою жизнь и знаю, что все происходящее – это именно то, что мне нужно в данный момент.

И по мере того, как я выпускаю все больше Света и уверенности в свою жизнь, я получаю еще больше.

8 НИСАНА (24 МАРТА)

Контроль над знаком
СКОРПИОН

Сочетание:
Единственное, что более
разрушительно,
чем ненависть к другим,
это ненависть к себе

הַהֲרָגָה

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Перестаньте ненавидеть себя. Не судите и не завидуйте другим.
- Сохраняйте спокойствие; не создавайте кризисных ситуаций
- Будьте проактивны
- Думайте о последствиях, которые повлечет ваш поступок
- Впустите Свет в ситуацию
- Достигайте наполнения через самоконтроль
- Перестаньте контролировать окружающих

МЕДИТАЦИЯ:

Бог находится внутри нас.

Я соединяюсь с божественной силой в своей душе и пробуждаю невероятный источник.

Моя уверенность укрепляется, и я чувствую больше сил для преодоления преград, уничтожения хаоса и неразберихи в своей жизни.

Я принимаю все хорошее во мне, как и то добро, которое я могу сделать, взяв ответственность за свой внутренний Свет.

Он всегда был во мне: теперь я его вижу.

9 НИСАНА (25 МАРТА)

Контроль над знаком
СТРЕЛЕЦ

Сочетание:
Откройте... Вот так,
еще чуть-чуть, еще....

הַהֲרָגָה

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Отстаивайте свои убеждения. Не будьте простым наблюдателем.
- Учитесь прощать
- Обращайте внимание на детали
- Возьмите на себя обязательство и твердо следуйте ему
- Анализируйте ситуацию, прежде чем принимать решение
- Будьте более чувствительны к окружающим; следите за своей речью

МЕДИТАЦИЯ:

По мере того, как я концентрируюсь на безусловной любви ко всем окружающим, мое эго уменьшается.

В прошлом я испытывал раздражение и даже ненависть по отношению к некоторым людям.

Теперь же, представляя их, я трансформирую эти чувства в любовь. Свет окружает нас, и я понимаю, что связывает нас – это искра Творца.

Мое сердце раскрывается, я желаю им радости и наполнения, мира и большего понимания.

ПЕРВЫЕ 12 ДНЕЙ МЕСЯЦА ОВЕН (НИСАН)

**10 НИСАНА
(26 МАРТА)**

Контроль над знаком
КОЗЕРОГ

Сочетание:
Ослабьте оковы,
сдерживающие ваше сердце

שְׂאֵת

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Доверяйте, особенно в ситуациях, где это сделать непросто. Нарушайте некоторые из установленных вами же правил.
- Полагайтесь на 99%, а не на физический мир
- Поймите, что все приходит от Света
- Выражайте эмоции
- Поймите, что материальные вещи – всего лишь средство, а не цель

МЕДИТАЦИЯ:

Я хочу поднять все мои существующие и будущие отношения на уровень духовного партнерства.

Я хочу взаимодействовать с другими людьми на высоком духовном уровне и приносить больше Света в свою жизнь.

**11 НИСАНА
(27 МАРТА)**

Контроль над знаком
ВОДОЛЕЙ

Сочетание:
«Я» последняя буква алфавита,
в команде
нет места для «Я»

לְהַח

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Попробуйте приспособиться. Делайте то же, что кто-то другой.
- Не будьте позёром
- Играйте в команде
- Проявите сострадание
- Пусть мнение окружающих станет для вас решающим фактором
- Трансформируйте эго в покорность
- Делясь с другими, создавайте ситуации, в которых обе стороны выигрывают
- Выстраивайте отношения; заботьтесь об окружающих

МЕДИТАЦИЯ:

Я больше не мешаю Свету и позволяю ему вести себя.

В прошлом я был упрямым, всегда делал все по-своему. Теперь я отпускаю эту тенденцию.

Вместо того, чтобы рьяно придерживаться своих убеждений, я открываюсь и позволяю Свету прийти в мою жизнь и трансформировать ее.

У меня есть понимание: не только я, но и другие могут подключаться к Свету.

**12 НИСАНА
(28 МАРТА)**

Контроль над знаком
РЫБЫ

Сочетание:
Повторяйте за мной: «Я не жертва»

מִנְקָה

ЧТО ДЕЛАТЬ В ЭТОТ ДЕНЬ?

- Проявите заботу о другом человеке, сменив фокус с жалости к себе.
- Будьте лидером
- Берите инициативу в свои руки
- Соблюдайте баланс между логикой и эмоциями
- Уверенно справляйтесь со сложностями
- Прилагайте дополнительные усилия
- Чувствуйте боль других, а не только свою

МЕДИТАЦИЯ:

Я не жертва.

Мое чувство жалости к себе и мои надежды на месть исчезают, когда я беру ответственность за свои действия.

Я несу ответственность за то, что происходит со мной, и знаю, что если я хочу изменить обстоятельства, то все в моих руках.

Я проактивен и достигаю своего наполнения. Я отпускаю боль и беру контроль над своей жизнью.