

Тренер: Ирина Резников

Академия разумной жизни



Занятие тридцать второе

РФП Мужа/Жены

Практика "ОГНЕННЫЙ ШАР"

- **Я прошу прощения у Мужа за свое раздражение по отношению к нему**
- **Я прошу прощения у Жены за свое раздражение по отношению к ней**
- **Я прошу прощения у Мужа за свои обиды на него и упреки в его адрес**
- **Я прошу прощения у Жены за свои обиды на нее и упреки в ее адрес**

- **Я прошу прощения у Мужа за то, что недостаточно дорожила им**
- **Я прошу прощения у Жены за то, что недостаточно дорожил ею**
- **Я прошу прощения у Мужа за свои претензии и придирки к нему**
- **Я прошу прощения у Жены за свои претензии и придирки к ней**

- **Я прошу прощения у Мужа за свою неспособность «слышать» его**
- **Я прошу прощения у Жены за свою неспособность «слышать» ее**
- **Я прошу прощения у Мужа за свой контроль и недоверие к нему**
- **Я прошу прощения у Жены за свой контроль и недоверие к ней**

- **Я прошу прощения у Мужа за то, что недостаточно ценила наши отношения**
- **Я прошу прощения у Жены за то, что недостаточно ценил наши отношения**

- **Я прошу прощения у своего Мужа за то, что искала причину проблем в нем**
- **Я прошу прощения у своего Жены за то, что искал причину проблем в ней**

- **Я прошу прощения у Мужа за то, что возможно, в недостаточной мере удовлетворяла потребности Мужа в сексе и нежности**
- **Я прошу прощения у Жены за то, что возможно, в недостаточной мере удовлетворял потребности Жены в сексе и нежности**



- **Я прощаю Мужа за все наши ссоры и конфликты с ним**
- **Я прощаю Жену за все наши ссоры и конфликты с ней**

- **Я прощаю Мужа за всю ту боль, которую он причинил мне**
- **Я прощаю Жену за всю ту боль, которую она причинила мне**

- **Я прощаю Мужа за все грубые и обидные слова, которые он говорил в мой адрес**
- **Я прощаю Жену за все грубые и обидные слова, которые она говорила в мой адрес**

- **Я прощаю Мужа за то, что считала, что он не любит меня, за его холодность и безразличие**
- **Я прощаю Жену за то, что считал, что она не любит меня, за ее холодность и безразличие**

- **Я прощаю Мужа за то, что он не ценил меня**
- **Я прощаю Жену за то, что она не ценила меня**

- **Я прощаю Мужа за все его действия и поступки, которые заставляли меня чувствовать себя плохой и никчемной**
- **Я прощаю Жену за все ее действия и поступки, которые заставляли меня чувствовать себя плохим и никчемным**

- **Я прощаю своего Мужа за его желание контролировать меня**
- **Я прощаю свою Жену за ее желание контролировать меня**

- **Я стираю все воспоминания обо всех ссорах и конфликтах со своим Мужем и полностью забираю из них всю энергию**
- **Я стираю все воспоминания обо всех ссорах и конфликтах со своей Женой и полностью забираю из них всю энергию**
- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда мне казалось, что мой Муж не любит меня и он безразличен ко мне, и полностью забираю из них всю энергию**
- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда мне казалось, что моя Жена не любит меня и она безразлична ко мне, и полностью забираю из них всю энергию**

- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я испытывала чувство вины по отношению к своему Мужу и не оправдывала его ожиданий, и полностью забираю из них всю энергию**
- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я испытывал чувство вины по отношению к своей Жене и не оправдывал ее ожиданий, и полностью забираю из них всю энергию**

- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда мой Муж не соответствовал моим ожиданиям, и полностью забираю из них всю энергию**
- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда моя Жена не соответствовала моим ожиданиям, и полностью забираю из них всю энергию**

- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда мне было больно из-за критики моего Мужа, грубых и обидных слов в мой адрес, и полностью забираю из них всю энергию**
- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда мне было больно из-за критики моей Жены, грубых и обидных слов в мой адрес, и полностью забираю из них всю энергию**

- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я чувствовала себя плохой и никчемной в отношениях с моим Мужем, и полностью забираю из них всю энергию**
- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я чувствовал себя плохим и никчемным в отношениях с моей Женой, и полностью забираю из них всю энергию**

- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я проявляла неуважение и недоверие к своему Мужу, и полностью забираю из них всю энергию**
- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я проявлял неуважение и недоверие к своей Жене, и полностью забираю из них всю энергию**

- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я испытывала страх одиночества и чувствовала свою зависимость от Мужа, и полностью забираю из них всю энергию**
- **Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я испытывал страх одиночества и чувствовал свою зависимость от Жены, и полностью забираю из них всю энергию**

- **Отныне я с легкостью и удовольствием строю открытые и доверительные отношения со своим Мужем**
- **Отныне я с легкостью и удовольствием строю открытые и доверительные отношения со своей Женой**
- **Отныне я легко контролирую свои эмоции в отношениях с моим Мужем**
- **Отныне я легко контролирую свои эмоции в отношениях с моей Женой**

- **Отныне я с легкостью и удовольствием строю открытые и доверительные отношения со своим Мужем**
- **Отныне я с легкостью и удовольствием строю открытые и доверительные отношения со своей Женой**

- **Отныне я легко контролирую свои эмоции в отношениях с моим Мужем**
- **Отныне я легко контролирую свои эмоции в отношениях с моей Женой**

- **Впредь я обещаю себе перестать сравнивать моего Мужа с другими мужчинами, переделывать, контролировать его и лезть к нему со своими советами**
- **Впредь я обещаю себе перестать сравнивать мою Жену с другими женщинами, переделывать, контролировать ее и лезть к ней со своими советами**

- **Впредь я спокойно и доброжелательно отношусь к чертам характера моего Мужа и концентрирую свое внимание на его положительных качествах**
- **Впредь я спокойно и доброжелательно отношусь к чертам характера моей Жены и концентрирую свое внимание на ее положительных качествах**

- **Впредь я позволяю себе находиться в состоянии позитивной отстраненности по отношению к словам и поступкам моего Мужа**
- **Впредь я позволяю себе находиться в состоянии позитивной отстраненности по отношению к словам и поступкам моей Жены**

- **Впредь я позволяю себе находиться в состоянии позитивной отстраненности по отношению к словам и поступкам моего Мужа**
- **Впредь я позволяю себе находиться в состоянии позитивной отстраненности по отношению к словам и поступкам моей Жены**

- **Отныне я не испытываю чувства вины по отношению к своему Мужу**
- **Отныне я не испытываю чувства вины по отношению к своей Жене**
- **Впредь я люблю и уважаю своего Мужа таким, каким его создал Бог**
- **Впредь я люблю и уважаю свою Жену такой, какой ее создал Бог**

- **Отныне я самая привлекательная и желанная женщина для своего Мужа**
- **Отныне я самый привлекательный и желанный мужчина для своего Жены**

- **Отныне я выбираю спокойную и радостную жизнь, наполненную счастьем с моим любимым Мужем**
- **Отныне я выбираю спокойную и радостную жизнь, наполненную счастьем с моей любимой Женой**

- **Впредь я знаю, что мой Муж любит меня, и я наслаждаюсь его вниманием и заботой обо мне**
- **Впредь я знаю, что моя Жена любит меня, и я наслаждаюсь ее вниманием и заботой обо мне**

Тренер: Ирина Резников

Академия разумной жизни

Практика "Огненный шар"

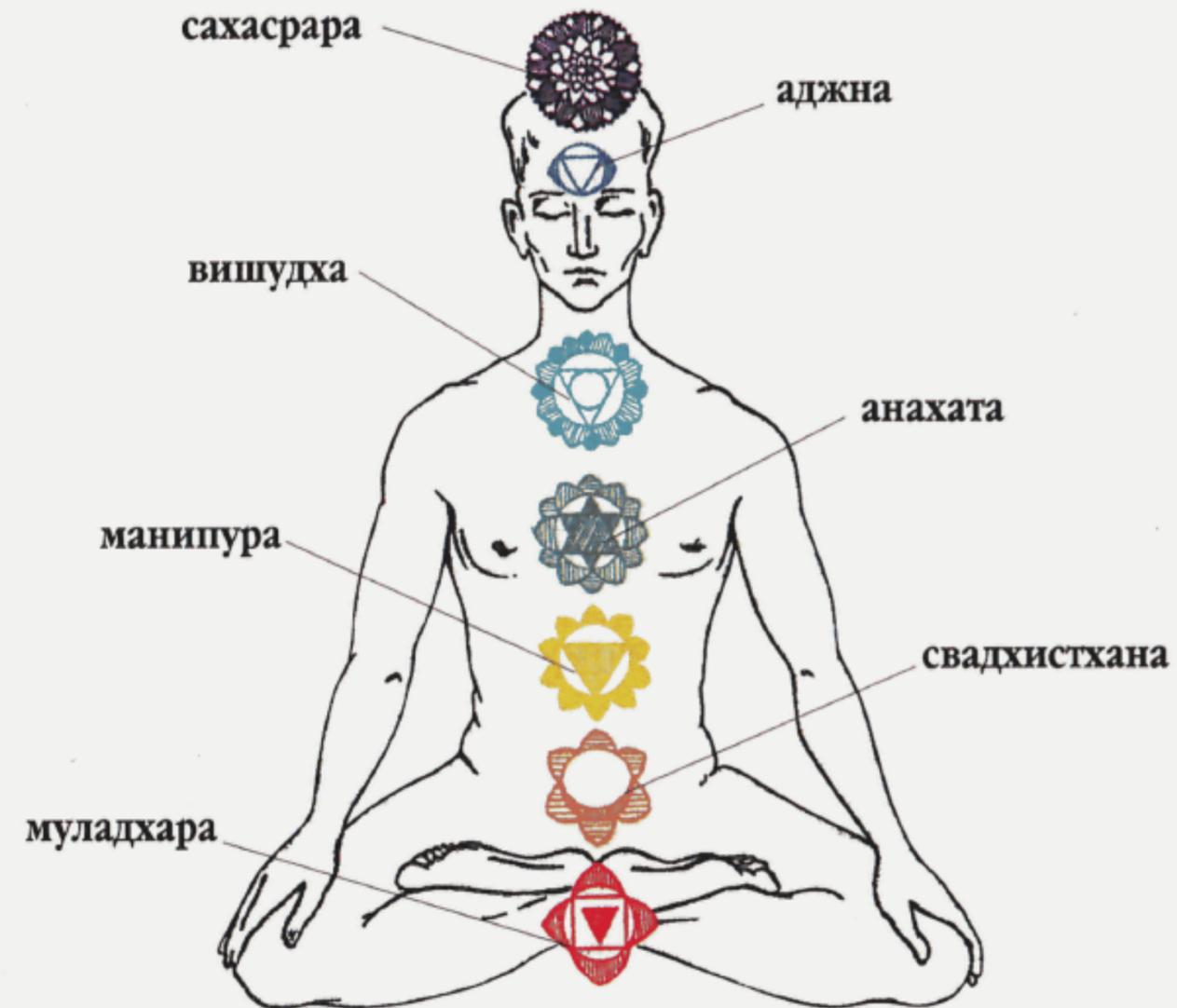


Чакра – это энергетический центр на коконе человека

Кокон – энергетическая оболочка, которая отделяет нас от окружающего мира

Огненный шар – это то, что обычно называют точкой Сборки.
Это место наибольшей концентрации энергии в нашем организме

Схема расположения чакр





Перемещая огненный шар нашей энергии по чакрам, концентрируя энергию на той или иной чакре, мы начинаем взаимодействовать с различными объектами окружающего мира.

Огненный шар дает возможность сонастроить ваше внутреннее энергетическое поле с внешними энергетическими полями

При фиксации **Огненного шара** на какой-либо из семи чакр происходит усиление циркуляции энергии в этой области

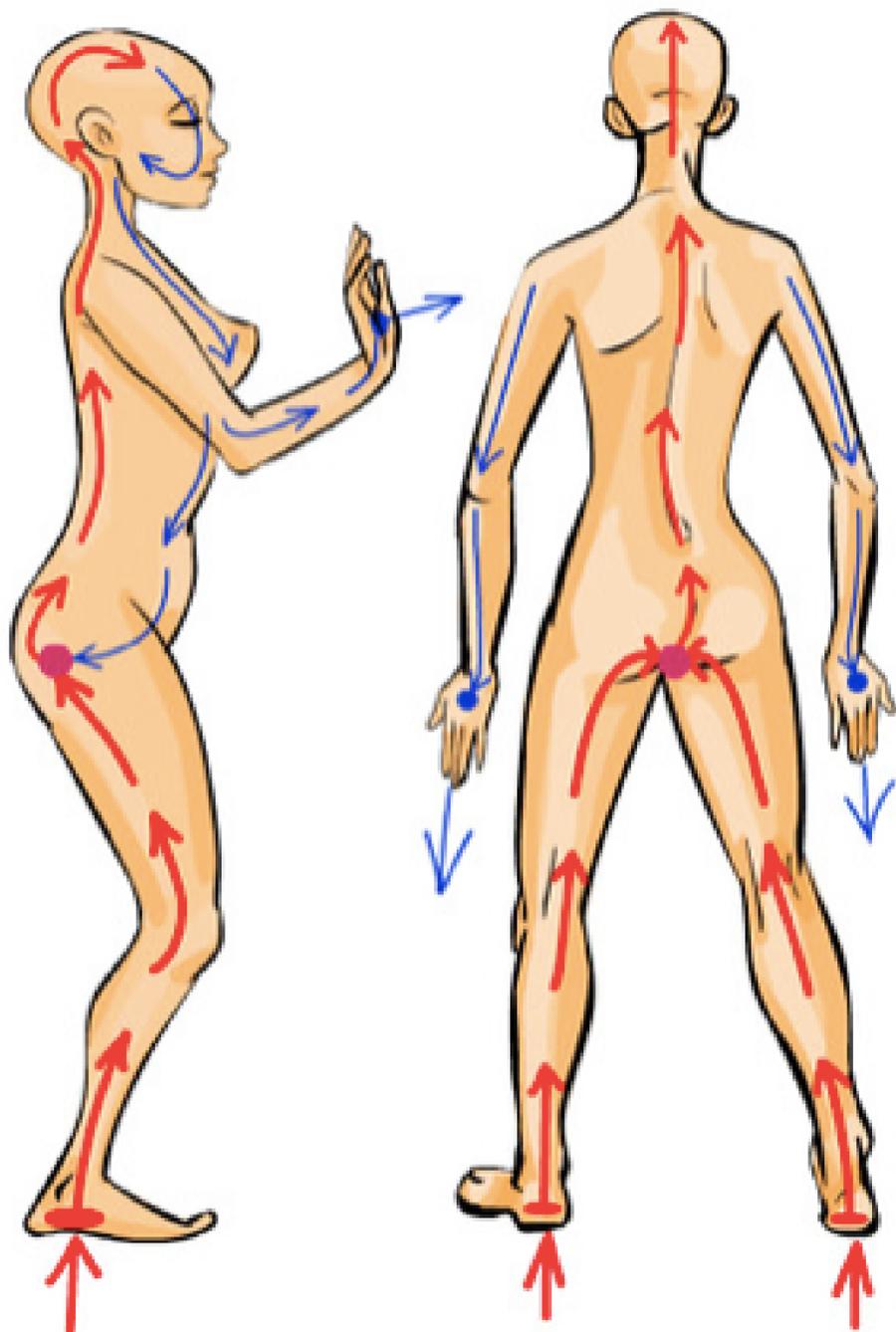
Выполняя практики **Огненного шара**, мы учимся концентрировать своё внимание на определённых чакрах, при этом происходит их активизация и смещение точки Сборки в заданную позицию

Огненный шар крутится у всех, **точка Сборки** есть у всех, но она имеет преимущественное, основное место фиксации.



**Существуют две принципиально различные
техники Огненного шара:
прямой и обратный круги движения энергии
внутри физического тела**

ПРЯМОЙ (ДАОССКИЙ) КРУГ



ОБРАТНЫЙ КРУГ

