

ВАЛЕНТИНА КЛЯЙН

12 ШАГОВ В ПРОШЛОЕ И 13 В БУДУЩЕЕ

Перепрограммирование судьбы
через прошлые воплощения



Издательство АСТ
Москва

УДК 159.9
ББК 88.6
К52

Кляйн, Валентина Владимировна.

К52 12 шагов в прошлое и 13 в будущее. Перепрограммирование судьбы через прошлые воплощения / Валентина Кляйн. – Москва : Издательство АСТ, 2024. – 288 с.

ISBN 978-5-17-157379-9

«12 шагов в прошлое и 13 в будущее» – это книга о том, как регрессология помогает справиться со своими травмами и проблемами, которые на первый взгляд могут быть и не связаны с психологией.

Здесь описана техника работы с подсознанием, которая помогает человеку найти в своем прошлом первоисточник текущих жизненных проблем, пережить их с другими чувствами, освободиться и вернуться в настоящее время с новыми ресурсами и силами.

На реальных примерах работы с клиентами автор рассказывает о преимуществах регрессивной терапии, а также об ошибках, которые могут быть допущены, и о результатах практики.

УДК 159.9
ББК 88.6

ISBN 978-5-17-157379-9

© Валентина Кляйн, текст, 2024
© ООО «Издательство АСТ», 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	13
О чем эта книга и для кого?	13
Верю – не верю в регрессию. Сомнения	15
Алгоритм проведения сеанса регрессии	17
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ	19
Регрессия «Почему Кристина не может выступать публично?».	19
Метод пустого стула + таблица эмоций = телепатия	21
Грабли на ШАГЕ № 1. Зацикленность регрессолога на результате, а не на процессе	26
ЧАСТЬ ВТОРАЯ	29
Стоит ли тратить время на прошлое?	29
Можно ли проводить регрессию без предварительной психотерапии?	31
Анализ ДНК или гипс?	31
ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ	34
Регрессия «Почему у Тони панические атаки и аэрофобия?»	34
Подробно ШАГ № 7. Просмотр старого сценария	37
Подробно ШАГ № 20. Анализ: как то воплощение влияет на текущую жизнь.	43
Подробно ШАГ № 15. Сравнение старого контракта	44
Возраст, в котором активизируется память о травме из прошлого воплощения	46

ЧАСТЬ ЧЕТВЁРТАЯ	48
ШАГ № 2. Как формулируется запрос для регрессии?	48
Примеры с запросом «Проблема»	50
Примеры с запросом «Человек»	51
ЧАСТЬ ПЯТАЯ.	53
Регрессия «Почему у Люды непереносимость одиночества?»	53
Подробно ШАГ № 2. Формирование точного запроса для регрессии	54
Ищем горошину под перинами	55
Жизнь поделилась на до и после	57
Важность каждого слова в запросе	58
Грабли на ШАГЕ № 2. Есть любопытство, при этом нет проблемы.	59
ЧАСТЬ ШЕСТАЯ	60
Регрессия «Почему Сергей всю жизнь во всем сомневается?»	60
Кармическая задача «Испытание властью».	61
Грабли на ШАГЕ № 3. Отбрасывание в противоположную сторону	62
ШАГ № 3. Инструктаж о возможных побочных эффектах	63
Шкала «Агрессия – альтруизм»	64
ЧАСТЬ СЕДЬМАЯ.	66
Регрессия «Почему у Иры такие сложные отношения с сыном?»	66
Подробно ШАГ № 3. Инструктаж, побочные эффекты.	66
Использование диктофона.	67

Панические атаки во время погружения67
Эффект отгоревывания.69
Противопоказания для регрессий69
Комфортность положения при погружении70
Сопротивления перед сеансом71
Подробно ШАГ № 4. Расслабление72
Тета-стадия.74
Подробно ШАГ № 5. Мост74
Грабли на ШАГЕ № 5. Ожидание фееричного состояния75
Подробно ШАГ № 6. Идентификация.77
Как дети видят чужие Души и играют с ними78
Кармическая задача – поиграть в жизнь79
Грабли Галины на шаге № 5. Невозможность дойти до двери.80
Грабли Галины на ШАГЕ № 5. Разочарование81
Повторные попытки, если регрессия не состоялась82
ЧАСТЬ ВОСЬМАЯ	83
Регрессия «За что отец Алисы всю жизнь причиняет ей так много страданий?».83
От чего зависят сроки терапии84
Аффектотерапия перед регрессией88
Временное рабство Души.90
ЧАСТЬ ДЕВЯТАЯ	93
Регрессия «Почему Татьяне все время хочется убивать?».93
Эмоциональная зависимость в виде борща.98

Грабли на ШАГЕ № 7. Если кино регрессии смотреть не «глазами актёра», а только «глазами оператора»	101
Закономерность кармических связей: отношение агрессора к жертве	102
Зависимая любовь — это щит против воспоминаний.	102
Закономерность кармических связей: отношение жертвы к агрессору.	103
Выплюни еду, если во рту не вкусно	103
Грабли на ШАГЕ № 25. Отторжение себя в прошлом воплощении.	104
Сравнение метода регрессии с хирургической операцией . . .	105
Применение в регрессии метода расстановок.	106
Выплеснуть кипяток наружу	107
ЧАСТЬ ДЕСЯТАЯ	113
Регрессия «Что мешает Оксане в этой жизни родить ребенка?»	113
Подробно ШАГ № 8. Запись старого контракта	115
Подробно ШАГ № 16. Создание нового контракта	116
Подробно ШАГ № 17. Замена контракта	117
Кармические задачи: научиться ценить собственную жизнь, ставить себя на первое место	120
ЧАСТЬ ОДИННАДЦАТАЯ	122
Регрессия Полины «Испытание талантом»	122
Подробно ШАГ № 10. Поиск кармической задачи.	124
Ловушки талантов	125
Опаснейшее заблуждение: хороший фигурист или хорошие коньки?	125

Фатальная ошибка думать, что у таланта нет цены	126
Очередной подвох с талантами: невозможность признавать своё бессилие	127
Как определить свой талант по окружающим людям?	128
Каждому ли человеку даётся талант?	129
Талант или проклятие?	129
Когда талант переходит в одиночество и обратно	130
ЧАСТЬ ДВЕНАДЦАТАЯ	132
Регрессия «Почему у Насти лишний вес?»	132
Когда дети рождаются с миссией	132
Неправильно понятая миссия	133
ЧАСТЬ ТРИНАДЦАТАЯ	135
Регрессия «Почему у Светы онкология?»	135
Подробно ШАГ № 1. Знакомство	135
ЧАСТЬ ЧЕТЫРНАДЦАТАЯ	141
Регрессия «Почему у Евы такие тяжелые отношения с мужем? В чем задача?»	141
Подробно ШАГ № 11. Определение процента выполнения кармической задачи	145
Кармическая задача «Научиться говорить НЕТ»	148
«Дерево» альтернативных сценариев жизни	149
Подробно ШАГ № 14. Возврат в тело	149
Подробно ШАГ № 21. Что нужно сделать в этой жизни?	150
Подробно ШАГ № 22. Подведение итогов	150

Подробно ШАГ № 23. Рекомендации после завершения	152
Подробно ШАГ № 24. Письменное оформление результатов . . .	154
ЧАСТЬ ПЯТНАДЦАТАЯ	155
Регрессия «Почему у Ольги постоянное чувство вины перед матерью? Зачем она родилась дочерью именно у этой мамы?»	155
Треугольник Карпмана	155
Подробно ШАГ № 12.	
Поиск ответа на начальный вопрос	157
ШАГ № 13. Поиск родственников	159
Подробно ШАГ № 19. Проявление кармических канатов и их разрыв	160
ЧАСТЬ ШЕСТНАДЦАТАЯ	163
Регрессия «Почему у Яны постоянный страх измен?»	163
Подробно ШАГ № 13.	
Поиск альтернативных сценариев	165
Как узнать имя, год рождения, страну?	166
ЧАСТЬ СЕМНАДЦАТАЯ	168
Избавление от аллергии	168
Почему важно разочароваться в родителях?	170
Когда воспоминания о прошлых воплощениях сами вторгаются в сознание	172
Кармическая задача – научиться себя защищать	173
Подробно ШАГ № 18. Прости/прощаю/благодарю.	174
Грабли на ШАГЕ № 18. Невозможность простить/извиниться/поблагодарить	175
Кармическая задача – научиться себя ценить	176
Пример отгоревывания после регрессии.	178
Что делать, если человек на дне отчаяния?	178

Если человека тошнит, не надо совать ему в рот сладкий торттик	179
Закономерность в регрессиях: сначала роют фундамент, потом строят дом.	180
Что такое «Размен осколками Души»?	182
ЧАСТЬ ВОСЕМНАДЦАТАЯ	184
Как проходит сеанс регрессии	184
Помещение	184
Бланки для проведения сеанса	185
ШАГ № 1. Выбор метода: регрессия или психотерапия	186
Грабли Анатолия на ШАГЕ № 1. Если в этой жизни есть нерешенная суперактуальная задача, Душа не даст войти в регрессию	187
Границы	188
Грабли на ШАГЕ № 1. Экономия времени	188
Грабли на ШАГЕ № 1. Затянувшееся время	188
Грабли на ШАГЕ № 1. Очень затянувшееся время.	189
ЧАСТЬ ДЕВЯТНАДЦАТАЯ	190
Регрессия «Для чего Дарье в этой жизни дана Наташа? Какая актуальная задача?»	190
Грабли на ШАГЕ № 24. Когда клиент возмущён ответом на изначально поставленный вопрос	193
Грабли на ШАГАХ 1–25. Искажение информации через призму регрессолога.	194
Грабли на ШАГЕ № 24. Почему иногда ответ на вопрос для регрессии кажется нелогичным?	196
Жизнь между жизнями = летние каникулы.	197

Грабли на ШАГЕ № 25. Иллюзия, что если человек понял, в чем был кармический урок, то ему не придется проживать нелегкий опыт	198
Что значит завершить отношения?	199
Телега незавершенных отношений	200
ЧАСТЬ ДВАДЦАТАЯ	204
Регрессия «Почему у Елены псориаз?»	
Эмоциональное слияние	204
Однополюсные сексуальные эксперименты подростков.	206
Предостережение родителям разнополых детей	206
Катарсис – временное ухудшение состояния	209
Подробно ШАГ № 25. Итоги через неделю	212
Составляем рецепт салата для дальнейшей самопомощи	215
ЧАСТЬ ДВАДЦАТЬ ПЕРВАЯ	218
Случай парного проведения регрессий. Родственные Души	218
Парная регрессия Ники и Веры «Что за обрывки воспоминаний про погреб нас обоих преследуют?»	220
Кармическая задача – научиться быть верным	222
Убийцы и насильники чаще всего становятся родителями своих предыдущих жертв.	223
Во время регрессии происходит очень острый отклик Душ главных персонажей.	224
Грабли парных регрессий на ШАГЕ № 7. Сложно одновременно слушать и видеть	226
Грабли парных регрессий на ШАГЕ № 9. Конфликт при поиске альтернативного сценария в парных регрессиях.	227
Парная регрессия «Испытание любовью»	228

Последствия предсмертных клятв	228
Грабли в парных регрессиях на ШАГЕ № 13. Сложности при поиске родственных связей.	230
Грабли на ШАГЕ № 10 при поиске кармических задач	234
Кривая развития человека	236
ЧАСТЬ ДВАДЦАТЬ ВТОРАЯ.	239
Регрессия «Что Марию связывает с ее дочерью Софьей? Какая кармическая задача?»	239
А бывают ли спокойные, обычные воплощения?	240
Родительская ошибка – сильно любить своего ребёнка	242
Чем сильнее родители любят своего ребёнка, тем сильнее разрушают его и своё будущее.	243
Кармический канат в виде бревна	244
Сепарация в психотерапии = отделение детей от родителей	245
Папа, слезай с пьедестала «Лучшего мужчины». Мама, снимай медаль «Лучшей женщины»	247
Если на пьедестале остался папа, муж туда уже не поместится. Место занято	248
ЧАСТЬ ДВАДЦАТЬ ТРЕТЬЯ	249
Одинаковость принципов регрессий и психотерапии.	249
Основные принципы	249
Закон качелей	252
Алфавит психолога и регрессолога: таблица эмоций	256
Ошибка деления эмоций на позитивные и негативные	260
5 стадий принятия неизбежного	264
Заноза на 1-й стадии страха в регрессиях.	269
Заноза на 2-й стадии злости в регрессиях.	270

Заноза на 4-й стадии горевания в регрессиях	270
Я-роли.	271
Любой ли человек может проводить сеансы регрессии и самопогружения?	273
Периодичность погружений	274
Как энергетически отсоединиться от других людей.	274
11 лет чужой бессонницы и головной боли	276
Взять себе чужой климакс	277
Проведём эксперимент	278
Уравновешивание энергий.	278
Ещё раз об алгоритме проведения сеанса регрессии	280
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	283

ВВЕДЕНИЕ

О ЧЕМ ЭТА КНИГА И ДЛЯ КОГО?

Тоня: *«Мне очень нужно лететь на этом самолёте в Москву. Но мои панические атаки... В последний раз мне после самолёта вызывали скорую, чтобы я хоть как-то пришла в себя. Я уже не верю в то, что смогу когда-то подняться по трапу. Но мне очень это нужно. На кону мои финансы, моя карьера, моя судьба».*

Валентина: *«Тонь, а как ты смотришь на регрессию? Ты допускаешь, что мы живём не одну жизнь, а много? Мне кажется, что мы можем получить все самые важные ответы сейчас именно этим методом».*

Тоня: *«...Хм... ну, я как-то сильно не углублялась в эти темы... Не знаю, живём мы одну жизнь или несколько... Мне с этой-то жизнью разобраться не понятно как... Валь, если есть шанс, что это поможет мне войти в самолёт и решить со временем проблему панических атак, я готова хоть на что. Давай делать. Прямо сейчас».*

ПРОШЛО 2 МЕСЯЦА после регрессии.

Тоня: *«За 2 месяца я облетела 3 страны, 6 перелётов, и никаких панических атак!!!*

Поначалу было сложновато – перед посадкой трясло, но в целом всё проходило на ура! Ваша регрессия – это что-то нереальное! Я до сих пор в приятном шоке.

Я теперь снова “ЖИВУ”. На год вперёд уже куплены билеты в 8 стран, морской круиз и непролазные джунгли. Жалею, что раньше этого не сделала. Я просто не знала, что так можно».

В данной книге я детально описываю метод, по которому я работаю.

25-шаговая система: 12 ШАГОВ в прошлое и 13 в будущее.

Все ШАГИ описаны настолько подробно, чтобы любой психолог мог начать собственную практику регрессолога.

А также книга адресована обычным читателям, которые хотят научиться самостоятельно вспоминать прошлые воплощения.

На сегодняшний день СТАТИСТИКА по России следующая: лишь 1 психолог из 300 практикует метод регрессий. Иногда на целый край или регион нет ни одного специалиста. И клиенты нехотя вынуждены соглашаться на видеовстречи.

Но эта цифра обязательно будет расти.

Регрессии, которые шли как по маслу, я старалась здесь не описывать. Наоборот, для примеров я выбирала те случаи, где я спотыкалась и какое-то время была в тупике.

А также я старалась выбирать тех клиентов, за судьбой которых у меня была возможность наблюдать через месяцы и годы после регрессии, чтобы видеть последствия метода в ДЛИТЕЛЬНОЙ перспективе.

Описание регрессий дополнено базовыми понятиями психологии. Основными законами, по которым происходит развитие

любой Души. Надеюсь увлечь читателя тем, что изучать себя и тем самым менять свою жизнь — это не самое лёгкое, но невероятно увлекательное занятие.

Я благодарна клиентам, которые дали разрешение на публикацию своих историй. Все имена изменены.



ВЕРЮ — НЕ ВЕРЮ В РЕГРЕССИЮ. СОМНЕНИЯ

В данной книге я описываю исключительно ПРАКТИЧЕСКИЙ мой опыт проведения психотерапии с использованием метода регрессии. Здесь почти нет теории. Я не ставила себе задачей научное доказательство, как и не задавалась целью убеждать скептиков.

Напротив, считаю наших внутренних СКЕПТИКОВ, которые есть в каждом человеке, важными помощниками и в некотором роде охранниками нашей психики.

Представьте, что ваша Душа — это дом. И в дверях стоит охранник. Назовём его ласково Геннадий. Его задача — чтобы в дом вносили только полезное, вовремя останавливать тех, кто в грязной обуви, без очереди пропускать то, что во благо.

Если наш Гена, охранник-скептик, стал совсем слабым, хиленьким, перестал сомневаться, то в нашем доме поселятся какие-нибудь уверенные фанатичные идеи. Либо здравствуй, психиатрическая больница.

Если же наш внутренний охранник Геннадий стал мощным вышибалой, в дом никто не зайдёт. Развитие приостановится.

Если мы не верим, отвергаем, не дослушав до конца, значит, возможно, данная информация в конкретный момент времени для нашей Души действительно вредна и токсична. Значит, это лишнее или несвоевременное. Каждым дверям своё место и своё время. Я за доверие к себе.

Сомневаюсь ли я в методе регрессии, в историях, которые описывают клиенты, в картинках, которые я видела в своих собственных регрессиях? Для меня этот вопрос звучит как «Верю ли я в медицинский БИНТИК?» Я точно знаю, что бинт залечивает раны. Знаю, потому что много раз это сама проверила. Сначала на себе, потом практиковала вместе со своими коллегами-психологами — подругами. Потом на своих близких, в том числе детях. Потом на клиентах.