

Эльвира Скараин

ЛИЛА
ПОТОК

Трансформационные
карты



Издательство АСТ
Москва

УДК 159.923.2

ББК 88.52

C42

Скараин, Эльвира.

C42 Лила. Поток. Трансформационные карты. — Москва : Издательство ACT, 2025. — 96 с. — (Тайны знания. Трансформационные игры)

ISBN 978-5-17-170235-9

Как услышать свой внутренний голос? В повседневной суете мы часто теряем связь с собой и своей интуицией. Карты «Лила. Поток» — это проводник к вашей внутренней мудрости.

Они помогут:

- принять решения из состояния спокойствия и осознанности, а не из страха или спешки;
- обрести ясность, научиться доверять себе и своему внутреннему голосу.

Карты легко использовать даже новичку: просто наведите телефон на QR-код и позвольте медитации направить ваши мысли. Чем чаще обращаетесь к ним, тем сильнее развивается ваша интуиция — вы учитесь слышать себя и доверять внутреннему знанию.

Внутри:

- 55 карт с авторскими медитациями;
- инструкция для углубления понимания исследуемого состояния;
- красная нить-оберег для закрепления намерения, поддержки и защиты.

УДК 159.923.2

ББК 88.52

ISBN 978-5-17-170235-9

© Скараин Э., текст

© Издательство ACT

ПРЕДИСЛОВИЕ

В жизни каждого человека есть две главных силы, на которые он может опереться. Это Земля и Небо. Земля дает нам физическую устойчивость, здоровье, материальные ресурсы, финансовое благополучие. Небо дает нам состояния ясности, мудрости, спокойствия, радости, любви и безмятежности — пребывая в этих состояниях, мы способны преобразовывать земную реальность, трансформируя ее наилучшим образом.

Связь с этими силами у нас уже есть. Но находясь в заботах и суете будней, нам сложно услышать тихий голос, направляющий нас по Истинному пути.

Карты-послания предназначены для того, чтобы мы могли принять наилучшее решение, опираясь на Покой и Знание, живущие внутри нас. Для этого важно быть в контакте с реальностью, принимать все как есть. Карты будут

подсвечивать для нас ту сторону нашей жизни, на которую важно направить свое внимание.

Помните, что в любой момент вы можете изменить свою жизнь и исход любой ситуации!



ДЛЯ ЧЕГО ИСПОЛЬЗУЮТСЯ КАРТЫ «ЛИЛА. ПОТОК»

Карты «Лила. Поток» — это инструмент, который позволит увидеть путь к своим целям и желаемым высотам, а также найти наилучшее решение в любой ситуации, какой бы затруднительной и стрессовой она ни была, опираясь на индивидуальные особенности личности.

Карты помогут вам получить ответы на важные вопросы, касающиеся финансов, здоровья, бизнеса, отношений, карьеры и других аспектов вашей жизни. Кроме того, вы можете использовать эти карты для помощи другим людям: как профессионально, так и в качестве личной услуги.

В условиях стресса, страха или замешательства наш ум перенапряжен и не в состоянии видеть возможности и гене-

рировать новые идеи. Карты-послания предназначены привнести уравновешенность и осознанность в любую, даже самую стрессовую ситуацию, а также помочь принять наилучшее решение из возможных.

Пользоваться картами очень легко!

Уделяйте как можно больше внимания своим собственным мыслям, идеям и чувствам, приходящим в ответ на послание. Ваш внутренний наставник станет давать конкретные ответы на ваши вопросы. Вы убедитесь в том, что карты помогают услышать внутренний голос и усиливают вашу интуицию.

Карты пригодятся и профессионалам в области консультирования, психологии, коучинга и терапии — тем, кто является наставником или помогает другим в решении их вопросов и задач. В этом случае карты «Лила. Поток» — это инструмент, с помощью которого вы помогаете своим клиентам решать их запросы.

Предназначение Игры — привести нас к единству с Мирозданием.

Но в рамках одной конкретной игры задача карт в том, чтобы помочь нам обрести ясность и найти правильный путь.

Находя ответы на свои вопросы в текущем моменте, мы становимся на шаг ближе к Истине. Поднимаемся еще на одну ступеньку вверх, расширяя свою осознанность и понимание Мира.

ИНСТРУКЦИЯ ПО РАБОТЕ С КАРТАМИ

1. Сформулируйте и задайте вопрос.

Важно находиться в расслабленном, спокойном состоянии; фокус внимания перевести вовнутрь.

2. Перемешайте карты.

Начните тасовать карты, концентрируясь на своем запросе. Если во время перемешивания из колоды выпадут одна или две карты — отложите их в сторону. Эти карты станут частью вашего Послания.

3. Разложите карты.

Вы можете сами выбрать вариант работы с картами.

Самый распространенный вариант — вытянуть три карты.

Руководствуясь интуитивными ощущениями, вы можете ограничиться одной картой или увеличить расклад до пяти.

4. Анализ и разбор.

Посмотрите на разложенные карты. Как они относятся к вашему запросу? Был ли у вас подобный опыт (состояние) в прошлом и как этот опыт можно соотнести с текущим запросом? Какие ресурсы (знания, навыки, способности, качества характера, предыдущий опыт и т. д.) есть у вас сейчас, и как они могут помочь улучшить ситуацию или удовлетворить запрос?

5. Фиксируйте все мысли, инсайты, идеи, которые будут приходить по ходу анализа карт. У вас будет возможность вернуться к записям позже. Иногда «утро вечера мудренее», и через некоторое время свежий взгляд поможет увидеть новые пути решения или даст новые идеи.

6. Послушайте медитацию и также зафиксируйте свои мысли, которые придут к вам в процессе прослушивания.

7. Вы можете воспользоваться красной нитью, вложенной в коробку.

Завяжите ее на руке (у женщин — левая, у мужчин — правая), удерживая внимание на своем запросе. Нить будет вам напоминать о вашем намерении, а также станет персональной защитой.

8. Примените полученное знание и открывшееся новое понимание в своей жизни. Отследите изменения и результат, которые принесут ваши действия.