


ШЕЛЛИ А. КАЕР

Погружение в прошлое:


исцеляющий опыт
предыдущих жизней



ВСЬ



ШЕЛЛИ А. КАЕР



Погружение в прошлое:

исцеляющий опыт
предыдущих жизней



Дорогой Читатель!



Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа — свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой — это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпринимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о ближних, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

Искренне Ваш,
Владелец Издательской группы «Весь»
Пётр Лисовский



УДК 159.9
ББК 86.4
К12

SHELLEY A. KAHR, PhD.
Blast from the Past:
Healing Spontaneous Past Life Memories

Дизайн обложки *Александр Свиридов*
Внутреннее оформление *Арег Мирзоян*
Перевод с английского *Марина Михалченкова*

Каер Ш. А.

Погружение в прошлое: исцеляющий опыт предыдущих жизней. — СПб.:
ИГ «Весь», 2022. — 224 с.
ISBN 978-5-9573-3945-8

Случалось ли вам смотреть в глаза человеку и чувствовать, что проваливаетесь в прошлое? Испытывали необъяснимое ощущение, что места, которые вы впервые посетили, кажутся родными? Или, возможно, вещь или минерал так завораживали своей красотой, что словно переносили в другие эпохи? Пришло время разобраться в природе подобных явлений.

Все, что вы видели, чувствовали или совершали, хранится в глубинах личности.

Шелли А. Каер полагает, что накопленный эмоциональный опыт может сильно повлиять на качество жизни. Работа с глубинными пластами подсознания позволит проработать психологические травмы, изменить жизненный сценарий и найти истинное предназначение.

В качестве иллюстрации автор приводит записи с сеансов регрессивного гипноза. Каждая из этих историй показывает, что проработка опыта предыдущих жизней становится основой для исцеления и положительной трансформации. После выполнения упражнений, предложенных Шелли А. Каер пациенты сумели изменить жизнь к лучшему: наладить отношения с окружающими, избавиться от страхов и фобий, а также найти предназначение в жизни.

Тематика: Эзотерика / Практическая эзотерика

Published by Llewellyn Publications Woodbury MN 55125 USA. www.llewellyn.com

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 978-5-9573-3945-8

ISBN 978-0-7387-6850-2 (англ.)

© 2021 by Shelley A. Kahr, PhD

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ОАО Издательская группа «Весь», 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

Отзывы о книге «Погружение в прошлое: исцеляющий опыт предыдущих жизней»

Предупреждение

Благодарности

Предисловие

Вступление

Что такое спонтанные воспоминания?

Сравнение спонтанных воспоминаний с другими явлениями

Дежавю и спонтанные воспоминания

Платоновский анамнезис

Коллективное сознание и синхронистичность Карла Юнга

Теория Ленца о развитии осознанности с помощью медитации

В заключение

ЧАСТЬ 1. АНАЛИЗ РЕАЛЬНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЙ

Глава 1. Спонтанные воспоминания при посещении новых мест

Прошлые жизни в Европе

Прошлые жизни в Азии

В заключение

Глава 2. Спонтанные воспоминания из-за предметов

Тайрон вспомнил, как умер, дотронувшись до ямайской гробницы

Деревянная фигурка помогла Кэлли вспомнить о своей жизни во Вьетнаме

Скрипка пробудила в Майлсе любовь к музыке

Елену очаровал хорватский крест

Линус неожиданно наткнулся на свой бывший дом

Старинное кольцо вернуло Джорджию во времена придворных балов

Джером окунулся в свое туземное прошлое

Нора в шанхайском музее обнаружила свою связь с династией Мин

Монеты связывают Ивана с богом

В заключение

Глава 3. Спонтанные воспоминания из-за камней

Илона вернулась в Атлантиду

Гавайский песок напомнил Гектору о его школьном обидчике

Кристалл перенес Кайю обратно в древние времена

Лазурит вернул Ленор в Афганистан

Рубин привел Илая к прошлой жизни в Индии

Ожерелье открыло Тесс глаза на предательство

В заключение

Глава 4. Спонтанные воспоминания при встрече с незнакомыми людьми

Дафна испытала приступ удушья на Филиппинских островах

Дориан повстречал свою бывшую супругу на свадьбе друга

[Бродяга из прошлых жизней стал боссом Хелен](#)
[Страх воды напомнил Коулу о школьном учителе](#)
[В банке Сондра встретила свою бывшую любовь](#)
[Бэзил занялся семейным бизнесом со своим племянником](#)
[Новая коллега Талии оказалась ее закадычной подругой из прошлого](#)
[Ангус встретил доктора, не раз спасавшего его жизнь в прошлом](#)
[В заключение](#)

ВТОРАЯ ЧАСТЬ ЧАСТЬ 2. УПРАВЛЯЕМЫЕ ПУТЕШЕСТВИЯ В ПРОШЛОЕ

Глава 5. Пробуждение собственной памяти и психометрия

[Ведение дневника как инструмент работы с воспоминаниями, глубоко спрятанными в сознании](#)
[Создание собственного лайфлиста](#)
[Воспоминания о путешествиях из прошлого](#)
[Любимые места. Как вспомнить?](#)
[Нелюбимые места. Как вспомнить?](#)
[Как достать приятные воспоминания из подсознания](#)
[Избавление от плохих воспоминаний и исцеление](#)
[Психометрия или искусство читать предметы](#)
[Упражнение с предметами старины](#)
[Как оборвать связь и очистить энергию предметов, артефактов и камней](#)
[Энергетическая привязка предмета](#)
[Считывание энергетики камней](#)
[Как выбрать камень или минерал](#)
[Познание собственной души, или анамнесис](#)
[В заключение](#)

Глава 6. Исцеляющие путешествия в прошлые жизни

[Регрессия в любимое место](#)
[Регрессия в нелюбимое место и исцеление](#)
[Регрессия в прошлое через связь с предметом или вещью](#)
[Регрессия в прошлое через связь с артефактом](#)
[Регрессия в прошлое через связь с антикварной вещью](#)
[Регрессия в место происхождения камня или минерала](#)
[Исцеление спонтанными воспоминаниями, связанными с местом](#)
[Исцеление спонтанными воспоминаниями, вызванными старинными предметами и вещами](#)
[Исцеление спонтанными воспоминаниями, вызванными камнями и минералами](#)
[Исцеление спонтанными воспоминаниями, вызванными встречами с людьми из вашего далекого прошлого](#)
[В заключение](#)

Заключение

Об авторе

Библиография



ОТЗЫВЫ О КНИГЕ «Погружение в прошлое: исцеляющий опыт предыдущих жизней»

В книге рассказываются удивительные истории о том, как наши прошлые жизни связаны с настоящей. Смысл ее ясен и понятен. Вместе с тем книга Шелли — с мощным посылом. Мы проживаем не одну жизнь — и можем не только не бояться смерти, но и способны многому научиться, путешествуя в прошлые воплощения. Эта книга поможет вам начать свой путь.

Питер Смит, автор книги *«Квантовое сознание»*

Эта книга — настоящая жемчужина! Она вносит огромный вклад не только в область изучения регрессий в прошлые жизни — но также предлагает уникальный подход к процессу внутреннего исцеления, который можно использовать как полезное дополнение или действенную альтернативную методику. Все события и отношения в прошлом, будущем и настоящем переплетены между собой. И важно уметь их принимать и отпускать. Это необходимо всем и каждому. Независимо от того, чувствуете ли вы в себе такую

потребность или нет. Об этом и рассказывает книга Шелли, предлагая эффективные инструменты управления этим процессом.

Нил Лундгрэн, доктор философии,
автор книги *«Медитация для души»*

Какую замечательную коллекцию проникновенных историй и путешествий в иные жизни предлагает нашему вниманию доктор Шелли Каер в своей книге *«Погружение в прошлое: исцеляющий опыт предыдущих жизней»!* Каждая из них предлагает нам возможность. Возможность понять, каким образом в событиях и людях из настоящей жизни воплощается предназначение нашей души.

Доктор Линда Хау, эксперт по Хроникам Акаши,
наставник и автор книги *«Вдохновенное проявление»*

«Погружение в прошлое: исцеляющий опыт предыдущих жизней» можно переименовать во *«Все, что вы хотели знать о реинкарнации, но боялись спросить»*. Это одна из самых всеобъемлющих и увлекательных книг по данной теме, которые мне доводилось читать. В ней собрано огромное количество идей и мыслей, полезных для понимания и изучения опыта прошлых жизней.

Кеннет Дока, доктор философии,
автор книги *«Когда мы умрем»*

У нас всех случаются спонтанные воспоминания. Стоит прикоснуться к предмету или камню, оказаться в каком-то месте или встретить человека, и внезапно мы проваливаемся в прошлое. Это могут быть как хорошие, так и неприятные воспоминания. *«Погружение в прошлое: исцеляющий опыт предыдущих жизней»* — первая книга, позволяющая осмыслить собственные внезапные эмоции и ощущения и в дальнейшем использовать их для саморазвития и исцеления. В ней собраны беседы, яркие примеры и упражнения, которые

помогут вам смело взглянуть в глаза своему прошлому, чтобы уверенно двигаться в будущее!

Синди Дейл, автор книги *«Тонкие энергии для исцеления психологических травм, стресса и хронических заболеваний»*

Совершенно необычный подход, позволяющий разобраться не только в причинах наших обид, внутренних блоков, страданий, но и радостей, талантов, стремлений и успехов. Доктор Каер подробно описывает, что прошлые жизни способны многое рассказать о нашем настоящем и будущем. Погружаться в собственные воспоминания можно и без регрессии. Причем делать это, просто уединившись у себя дома. Поиск давно забытых знаний способен стать мощным стимулом к саморазвитию. В книге *«Погружение в прошлое: исцеляющий опыт предыдущих жизней»* полно светлых мыслей и идей, упражнений и рекомендаций, позволяющих, углубляясь в прошлое, влиять на будущее... Она стоит того, чтобы ее прочесть. Эта книга — настоящий подарок!

Кэк Янг, доктор философии, натуропат, доктор клинической гипнотерапии, автор книги *«Сила кристаллов»*

Доктор Шелли Каер рассказывает о том, что причина плохих предчувствий и странных ощущений может скрываться там, где многие из нас никогда и не думали искать. На самом деле их источник — в прошлых жизнях. Доктор Каер показывает, как разрешить подобные ситуации с помощью упражнений и управления собственным воображением. Настоятельно рекомендую эту книгу всем, кто пытается понять странный мир, в котором мы живем.

Джордж Нури, ведущий радио ток-шоу *«От побережья до побережья»*

Последняя книга Шелли Каер прекрасна от первой до последней страницы... Глубина, ясность, качество информации, яркие примеры, отзывы и четко

описанные упражнения — все это делает ее уникальной. *«Погружение в прошлое: исцеляющий опыт предыдущих жизней»* — потрясающий инструмент, позволяющий освободиться от влияний как недавнего прошлого, так и того, что случилось много поколений назад. Эта книга непременно должна быть в вашей книжной аптеке!

Джеймс Кейс, автор книги *«Страх — это выбор»*
и ведущий подкаста *«Путешествие к Истине»*



Предупреждение

Данная книга не заменяет консультаций и рекомендаций лицензированного психотерапевта, а также не избавляет от необходимости посещения врача. Читатель должен внимательно следить за своим здоровьем и своевременно обращаться к соответствующим специалистам, особенно при наличии симптомов, требующих постановки диагноза и медицинского вмешательства. Эта книга преследует просветительские цели, хотя и затрагивает вопросы медицины и психологии. Поэтому, пользуясь ею, вы соглашаетесь с данными условиями, берете на себя и несете полную личную ответственность за свое здоровье. Мы изменили имена всех действующих лиц, упомянутых в книге, из соображений конфиденциальности, равно как и прочие сведения, которые могли сделать их узнаваемыми.



Благодарности

Я хочу выразить благодарность и глубочайшую признательность несравненной Анджеле Уикс — она вдохновила меня на написание этой книги. Спасибо! Не знаю, что бы я делала без Билла Краузе, Терри Ломанна, Кэт Сэнборн и Анны Левин, которые оказали мне серьезную информационную поддержку и помогли расширить читательскую аудиторию во время глобального локдауна. Спасибо всем вам за неоценимую помощь! Лорин Хейнеман, Энди Белмас, Шеннон МакКэн, Сэми Ширратт, Джейк-Райан Кент, Алиша Бьоркланд, Линн Менчурвек, Патти Фрейзи, Кевин Браун, Донна Берч-Браун, Энни Бердик, Лия Мэдсен, Сэмми Питерсон и вся команда издательства Clewellyn — я никогда не устану благодарить вас за помощь и поддержку в работе над этой книгой, равно как и над всеми другими моими трудами. Спасибо моей семье и друзьям за то, что оставались рядом со мной все эти годы, преодолевая вместе взлеты и падения. Особая благодарность Джиму Меридету, Пэту Муну и Пауле Вагнер. И, конечно, моим ученикам и клиентам, перед которыми я до сих пор испытываю благоговейный трепет.



Предисловие

Шелли Каер меня познакомил наш издатель прямо накануне моего выступления на ее шоу. Готовясь к эфиру, я читала ее книги и довольно быстро поняла, что у нас много общего. Нас объединяют взгляды на гипноз, регрессию, энергию и связь между этими концепциями. Я осознала, что нашла в Шелли родственную душу, хотя никогда не встречалась с ней до того интервью. В своей последней книге она делится проникновенными историями о спонтанных воспоминаниях прошлых жизней, возникающих из-за предметов, людей или мест. Этой темы касаются не так уж часто.

Мне особо импонирует, как Шелли удается почувствовать едва ощутимые нюансы между различными видами воспоминаний. Это дает читателю возможность разобраться в собственном опыте. Кроме того, она подробно объясняет, как избавиться от груза прошлого.

Упражнения, приведенные во второй части данной книги, позволят читателю раскрыться, обнаружить новые или вспомнить старые примеры спонтанных воспоминаний. В то время как одни случаи могут быть просто напоминаниями о былом, в других — может понадобиться помощь профессионального регрессолога.

Шелли считает, сам факт спонтанных воспоминаний говорит о наличии проблемы, которую необходимо разрешить. И я с ней согласна. Я убедилась в этом на примере моих клиентов. Частенько они просят меня помочь разобраться в том, что им довелось увидеть или испытать во время путешествий, рядом с разнообразными предметами или при встрече с незнакомыми людьми. Мы проводим сеанс регрессии, чтобы лучше понять причины спонтанных воспоминаний и, самое главное, избавиться от неприятной энергетике. Только нейтрализовав влияние прошлого, человек может двигаться вперед. Также мы анализируем положительные стороны подобного опыта и его пользу для клиента.

У меня и самой не раз случались спонтанные воспоминания. Однажды я оказалась транзитом в аэропорту Хитроу, и внезапно мне стало плохо. Все попутчики чувствовали себя хорошо, и только я считала минуты до следующего рейса. И только через шесть часов, когда мы снова поднялись в небо и самолет взял курс на Испанию, мне стало лучше. Много лет спустя, погрузившись в изучение гипноза и регрессивной терапии, я исследовала это воспоминание. Оказалось, в одной из прошлых жизней я была художником где-то в тех местах.

Это был Лондон начала XVII века. Наша семья едва сводила концы с концами, и родители приняли непростое решение оставить меня в подмастерьях у местного художника. Они считали, что дают мне возможность обучиться полезному ремеслу, освобождая семью от необходимости кормить лишний рот. Мне было всего десять лет. Им сказали, что художник научит меня всему, что умеет сам. И я с благоговением ждала начала занятий у именитого мастера.

Отец, получив сущие копейки, уехал, оставив меня у художника. Я быстро поняла, что реальность

совершенно не похожа на то, что мне обещали. Мы жили в вечном полумраке. Окном нам служило небольшое отверстие в стене — просто камень, вынутый из кладки. Свечи стоили дорого, поэтому он работал только днем. Мое место было в углу, чтобы не мешаться под ногами. Я стояла там с кувшином воды, хлебом и сыром и ждала, пока он позовет меня. Каждый день убирала его рабочее место. Он постоянно ругал и издевался надо мной. Я питалась объедками с его стола. Ходила в грязных лохмотьях. Спала на холодном каменном полу, укрывшись куском какой-то ветоши. Ни о каком обучении речи и не шло. Хотя иногда, убираясь, я играла с остатками его красок. Я была его слугой и чувствовала себя очень несчастной.

И все же я научилась рисовать. Сама. Многие годы я внимательно следила за ним. Бесконечно долгие часы ожидания и созерцания развили во мне терпение и наблюдательность. Когда он умер, выяснилось, что я совершенно не готова к самостоятельной жизни. Какое-то время я пыталась работать художником, но быстро оказалась на улице, умирая от голода, без гроша в кармане.

Примечательно, что в нем я узнала одного из моих первых педагогов по актерскому мастерству. Мне стало понятно, почему я старалась равняться на него, но никогда до конца не доверяла (и не без оснований). В некотором смысле даже боялась, считая, что в его руках ключи к моему успеху. Он делал вид, будто у него есть связи и от его слова зависит моя карьера. Ему доставляло удовольствие отчитывать меня во время занятий. Это объясняет и навязчивое чувство тревоги при мысли о продолжении актерской карьеры... которое я в конце концов преодолела.

На сей раз я училась у него актерскому мастерству. И мне нравилось, выходя на сцену, раздвигать границы собственных возможностей. Но главная его заслуга

заклучалась в том, что наше противостояние закалило меня. Я считала, что этот человек может многое мне дать. Однако важнейшим уроком для меня стало обретение уверенности в себе и решение уйти, чтобы двигаться дальше самостоятельно. Я шла своим путем, находила интересные проекты и заводила знакомства.

Часто люди приходят ко мне на сеанс регрессии, чтобы разобраться в ощущениях или даже видениях, которые они испытали во время путешествий. Некоторые места неожиданно оказывались знакомыми, будто они уже там бывали, или вызывали столь сильный эмоциональный отклик, что он сохранялся надолго после поездки. В таких случаях, конечно, регрессия помогает найти ответы на интересующие вопросы, понять суть происходящего и разрешить прошлые проблемы.

У одной моей клиентки спонтанные воспоминания проявлялись в несколько этапов. Все началось с сеанса групповой регрессии, который я проводила несколько лет назад. Тогда она перенеслась в свою прошлую жизнь и оказалась в деревне, затерянной в песках, как она считала, Ближнего Востока. Она была геем, подвергалась преследованиям и погибла за свою любовь.

После сеанса она призналась, что, хотя и любит рисковать, а также путешествовать по миру, воспоминания прошлой жизни не произвели на нее особого впечатления. Все это время ей не давало покоя ощущение жара и огня за спиной. Она спросила, не случался ли в здании пожар. Я подтвердила ее догадки: «Да, в той стене, у которой вы сидели, раньше был камин. За несколько лет до того, как я сюда переехала, из-за него случился пожар. Когда делали ремонт, его убрали». Она был потрясена.

Теперь перенесемся в совсем недавнее прошлое, в 2020 год, когда мир охватил коронавирус. Незадолго до

этих событий мою клиентку познакомили с мужчиной, таким же заядлым путешественником, как и она. Он на тот момент уже был за пределами страны. После недолгой переписки они решили увидеться в другой стране. Однако европейские страны начали закрывать границы из-за коронавируса. И они перенесли встречу на западное побережье Африки.

От голоса едва знакомого мужчины ей становилось тепло и появлялись мысли о «любви», словно «он самый родной человек», так она позже написала мне. Такими же яркими были и эмоции от африканского побережья. Ей казалось, что и это солнце, и этот пляж ей хорошо знакомы.

Она решила прогуляться по деревне, пока ждала его прибытия. И когда услышала, как ее окликнули по имени, то сразу узнала его голос. Она призналась, что, как только обняла его, ее душа обрела покой.

Она быстро поняла, что между ними существует связь. Но для него она значила совсем не то же самое. Впрочем, это было неважно. Они замечательно поладили и из-за коронавируса несколько месяцев прожили вместе в той африканской деревушке. Моя клиентка была в восторге от того, что обрела чувство дома и родного человека рядом. В конце концов, она рассказала ему о том, что они были вместе и в прошлой жизни. Но он отнесся к этому достаточно спокойно. Для нее же это было то, чего ее душа жаждала сотни лет. Кроме того, ей удалось проработать кое-какие моменты, связанные с этой деревней. «Правильно говорят — душа знает все», — сказала она.

В эти истории трудно поверить. Но я ничему не удивляюсь. Повороты судьбы, ведущей нас к определенным людям из нашего прошлого, невзирая на границы и расстояния, порой просто впечатляют. И да, душа действительно знает все!

Брен Бланкеншип, гипнотерапевт, регрессолог,

автор книги *«Безграничная душа. Подлинные воспоминания о
прошлых, настоящих и будущих жизнях»*



Вступление

С самого детства идея реинкарнации не давала мне покоя. Она запала мне в душу, и я сразу и безоговорочно в нее поверила. В зрелом возрасте, получив ярчайший опыт регрессии, вытянувший меня из омута многолетних страданий, я поняла: мое призвание — помогать другим залечивать раны прошлого.

Именно этим я и занимаюсь уже более двадцати лет. Сперва мне казалось, что погружаться в иные жизни людям необходимо для того, чтобы выявлять переломные моменты в своей судьбе. Однако несколько лет назад, после серии странных событий мои взгляды поменялись. Я переосмыслила свою жизненную философию и пришла к выводу, что человеку важно не столько вспомнить, сколько сумеет осознать, интерпретировать и справиться с внезапно накатившими неприятными ощущениями.

Я заядлая путешественница. Идея о том, что в поездках по новым местам в нашем сознании могут самопроизвольно возникать воспоминания из прошлых жизней, впервые пришла мне в голову в 2006 году.