

ДАНИЛА ГРИГОРЬЕВ

ВЫСШЕЕ Я ПУТЬ ДУХА

ГЛАВНАЯ ПРАКТИКА
В ВАШЕЙ ЖИЗНИ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 133
ББК 86.4
Г83

Григорьев, Данила.

Г83 Высшее я : путь Духа / Данила Григорьев. — Москва :
Эксмо, 2026. — 256 с. — (Жизнь в квантовой Вселенной).

ISBN 978-5-04-228338-3

Что такое Высшее я? Зачем с ним работать? Существует ли практика, помогающая достичь его?

Вы уже на пути познания Высшего я, потому что у вас в руках эта книга!

Данила Григорьев — автор Школы Души, которая помогает обрести связь с Высшим я и выйти на золотую ветку своей реальности.

О чём эта книга:

Что такое Высшее я на самом деле и как его достичь;

Какие ошибки могут возникнуть на пути и как их избежать;

Как определить возраст души и какие могут быть души в зависимости от возраста;

Главная практика в вашей жизни, которая поможет достичь Высшего я.

Избавьтесь от стресса, станьте более осознанными, гармоничными, познайте счастье! До встречи на золотой ветки реальности!

УДК 133
ББК 86.4

© Григорьев Д., текст

© Художница Ю. Мартыщенко

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

ISBN 978-5-04-228338-3

*Моей жене Анастасии,
которая годами поддерживала меня
в земном проявлении на этом пути.*

*А также всем практикам, идущим
в веках Путем Духа.*

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВСТУПЛЕНИЕ	7
ЧАСТЬ 1. ЗНАКОМСТВО СО СВОИМ ДУХОМ.....	11
ГЛАВА 1. Что такое контакт с собственным Духом, и в чём заключается ценность такого контакта для нас?	13
ГЛАВА 2. Дух, Душа, Высшее я — в чём отличия?	19
ГЛАВА 3. Нужен ли нам контакт с Высшим я?	25
ГЛАВА 4. Тело, Ум, Водитель	30
ГЛАВА 5. Три метода контакта с Высшим я	36
ГЛАВА 6. Практика разотождествления	44
ГЛАВА 7. Что такое «ум», и почему он — наш лучший друг? (Пора уже с ним познакомиться)	53
ГЛАВА 8. Что является самым главным препятствием на пути Духовного Развития, и как его убрать?	57

ОГЛАВЛЕНИЕ

ГЛАВА 9. Пять основных шагов на пути духовного развития	65
ЦИТАТНИК	72
ЧАСТЬ 2. ВОЗРАСТ ДУШИ	75
ГЛАВА 1. Возраст души — как ко мне пришла эта техника? ...	77
ГЛАВА 2. Как определяется возраст души?.....	82
ГЛАВА 3. Знакомство с самыми молодыми душами	88
ГЛАВА 4. «Революция» душ-подростков.....	93
ГЛАВА 5. Четыре шага взрослеющих душ к самим себе	101
ГЛАВА 6. Как видят мир зрелые души?.....	110
ГЛАВА 7. В чём практический смысл и польза знания возраста души?	118
ГЛАВА 8. Дополнения к теме возраста души, часть 1	128
ГЛАВА 9. Дополнения к теме возраста души, часть 2	133
ЦИТАТНИК	137
ЧАСТЬ 3. ПУТЕШЕСТВИЕ В ТРАНСЦЕНДЕНТНУЮ МНОГОМЕРНОСТЬ ДУХА.....	139
ГЛАВА 1. Что такое наша планета и что скрыто под ней?	141
ГЛАВА 2. Как ощущаются астральные посмертные миры Земли?	148

ОГЛАВЛЕНИЕ

ГЛАВА 3. Среди белых облаков	153
ГЛАВА 4. Он играет в игры.....	161
ЦИТАТНИК	169
ЧАСТЬ 4. ПУТЬ ДУХА	171
ГЛАВА 1. Наш мир — это «низший мир»?.....	173
ГЛАВА 2. Как ощущается наш физический мир с уровня Высшего я?	177
ГЛАВА 3. Как я получил навык писать стихи через Высшее я?	182
ГЛАВА 4. О смысле жизни с позиции Высшего я.....	189
ГЛАВА 5. О страданиях с позиции Высшего я.....	198
ГЛАВА 6. О деньгах с позиции Высшего я.....	206
ГЛАВА 7. Сказочная Русь (в соавторстве с Анастасией Третьяковой и Лерой Некрасовой).....	213
ГЛАВА 8. Пять откровений из Высшего я.....	223
ГЛАВА 9. Полная инструкция по духовности в одном тексте.....	235
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	251

ВСТУПЛЕНИЕ

Спустя десятки тысяч лет после появления на планете, человечество не просто продолжает интересоваться духовными знаниями, а находится на его явном и всепланетарном подъёме. Мы научились летать в космос, построили огромные города, осваиваем искусственный интеллект, но нас всё так же, как и сотни лет назад, интересуют закономерные вопросы: кто мы, откуда пришли, куда идём? И, что отнюдь немаловажно, — все эти вопросы можно задать и с другим словом — «зачем?».

Находясь в самолёте высоко над землёй, я смотрел на белые облака, плывущие внизу, на яркое голубое небо, на искрящееся на солнце серебристое крыло самолёта и думал о том, как лучше начать эту книгу. Самолет — одно из великих достижений человечества, он соединяет континенты и культуры, он сокращает путь между людьми, который ещё несколько столетий назад преодолевался за долгие дни и недели путешествий. Мы научились делать самолёты, подняли до высокого технологичного уровня современный транспорт, и теперь эти быстрые небесные маршруты дают нам возможность коммуникации и передачи знаний, мечтаний, озарений между странами и культурами, как никогда раньше.

Интернет — ещё одно из больших достижений человеческого существа. Мы можем, находясь за тысячи километров

ВСТУПЛЕНИЕ

от своих слушателей, передавать им откровения, мысли, заниматься вместе с ними духовными практиками или изысканиями, делиться идеями или даже просто молчать. Всё, что было концепциями фантастических романов многие годы прошлого, теперь стало реальностью и частью нового мира, в котором все мы живём.

Объединяя самолёты и интернет, за последний десяток лет я провёл тысячи лекций в самых разных уголках мира, соединяя сотни, а затем и тысячи людей со всей планеты в едином порыве к новым духовным знаниям — используя древние духовные принципы с возможностями современного технического прогресса в едином гармоничном симбиозе.

На момент написания данной книги, видео из Школы — отрывки интервью, отдельные выпуски на самые разные темы, статьи, заметки, — смотрят и читают каждый месяц сотни тысяч человек. Это люди самых разных стран, культур и традиций, но всех их роднит стремление к духовным знаниям и глубокий интерес к своей истинной изначальной природной сути. Они приходят, смотрят, учатся, многие остаются в клубе выпускников, многие делятся своими новыми состояниями с родными и близкими.

Однако, такое количество вольных слушателей и учеников — не только большая благодать, ставшая возможной в наш век технического и духовного ренессанса, но также и большая ответственность. Именно поэтому я постоянно провожу огромное количество исследований и улучшений — буквально каждый месяц, дополняя или обновляя что-то из уже сказанного, что в итоге рождается новыми циклами статей, новыми видео, заметками и записями. А также — этой книгой, которую вы держите сейчас в руках.

«Высшее я: путь Духа» — квинтэссенция всего, что я знаю по теме нашей истинной сути — Высшего я, Истинного я, Искры Творца, светящейся внутри каждого из нас, и которую можно открыть и распространить на свою жизнь. Я постараюсь дать

ВСТУПЛЕНИЕ

каждому читателю полное законченное понимание, кто мы есть на самом деле, почему однажды мы забыли себя, как происходит процесс раскрытия своей сути, что такое предназначение, существуют «прошлые жизни» и почему практически все духовные знания говорят об одном и том же разными словами, терминами — о том, как вернуться к своему Истинному я — тому Богу, Источнику большой мудрости и Учителю, растворённому в каждом из нас.

Я никогда не был учителем и никогда не ассоциировал себя с ним. Ваш учитель — это вы, ваше Истинное Высшее я. Моя цель — показать вам его.

ЗНАКОМСТВО СО СВОИМ ДУХОМ



ЧАСТЬ 1

ГЛАВА 1

ЧТО ТАКОЕ КОНТАКТ С СОБСТВЕННЫМ ДУХОМ, И В ЧЁМ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ ЦЕННОСТЬ ТАКОГО КОНТАКТА ДЛЯ НАС?

Итак, друзья, начиная свою книгу о Высшем я, не могу не начать с самых азов. А именно: зачем этот контакт с высшими проявлениями вообще нужен?

На самом деле, это один из самых частых вопросов, которые мне задают. Один из главных ответов на этот вопрос звучит так: контакт с собственной душой нужен нам, потому что это контакт *без умирания*. Звучит интересно, правда? Но, возможно, не до конца понятно. На самом же деле, это — ключ. Ключ ко всей теме Истинного (Высшего) я в том виде, в каком я её рассказываю.

Как это понять? Для примера здесь подойдёт одна история, которая, на мой взгляд, очень показательна.

ДОЛЖЕН ОТМЕТИТЬ, ЧТО В ЭТОЙ КНИГЕ
Я ИСПОЛЗУЮ КОНЦЕПЦИЮ ПРОШЛЫХ ЖИЗНЕЙ.
ЕСЛИ ПО КАКОЙ-ТО ПРИЧИНЕ ОНА ВАМ

ЧАСТЬ 1

НЕ НРАВИТСЯ, ВЫ МОЖЕТЕ ВОСПРИНИМАТЬ ТАКИЕ ОТРЫВКИ КАК МЕТАФОРУ. ОДНАКО Я НЕ ПРОСТО ВЕРЮ В ПРОШЛЫЕ ЖИЗНИ — Я ЛИЧНО ВИДЕЛ МНОЖЕСТВО СВОИХ ПРОШЛЫХ ЖИЗНЕЙ ЧЕРЕЗ СОСТОЯНИЕ ВЫСШЕГО Я С ТАКОЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ГЛУБИНОЙ, КОТОРУЮ ТРУДНО БЫЛО БЫ ПРИДУМАТЬ. МЫ ЕЩЁ ПОГОВОРИМ ПРО ЭТО НА СТРАНИЦАХ ДАННОЙ КНИГИ В ДАЛЬНЕЙШЕМ.

ЗДЕСЬ И ДАЛЕЕ — ПРИМЕЧАНИЯ АВТОРА.

Моя жена помнит некоторые свои прошлые жизни. Она рассказывала, как в одной из них была мужчиной и в какой-то момент умерла. В момент смерти, пройдя через определённые слои и скинув «шоры ума», её первая мысль была: «А я ведь знал, как жить!». И было сильное чувство разочарования, что придётся опять приходить на Землю и переделывать многие совершенные вещи.

И это очень важный факт: именно находясь «там», мы принимаем решения, где родиться, как родиться, когда родиться и — самое главное — *зачем родиться*. Принимаем именно мы, потому что в самом своём чистом смысле *Высшее я — это и есть мы*. Наша собственная суть и глубина. Я поэтому называю его часто «Истинным я», потому что мы им всегда были, есть и будем. А текущая же личность, с которой мы часто отождествляем себя на сто процентов, наоборот, ограничена временем жизни и имеет отношение к нам примерно, как книга имеет отношение к своему автору — вроде и является его продуктом и частью, но не им самим.

Однако, возвращаясь к истории моей жены, — на самом деле, такой исход и такие выводы — это далеко не единственный случай. Так происходит со многими, если почти не со всеми нами в некоторых наших жизнях. Перед рождением мы

ГЛАВА 1

выбираем определённый жизненный путь, но потом «наваливаются» социальные установки, ум выходит на первый план, текущая личность становится сильнее, и задуманные планы отходят в далёкие глубины нас самих. Мы подсознательно отдалённо помним эти планы, но хорошо, если реализуем процентов на тридцать от задуманного. Поэтому, неудивительно, что мы проходим один и тот же урок по пять, а то и по десять жизней...

Я люблю приводить ещё одну, достаточно образную, но показательную историю, чтобы проиллюстрировать свою мысль.

Представьте условного Васю. Наш Вася жил, жил... и однажды умер. Помните, как в фильмах: внизу лежит тело, а Вася парит над ним? Потом он встречается с умершими родными, которые его уже ждут, и вместе они улетают в другой мир (последовательность может быть любая другая, тут это не главное). В том мире Вася отдыхает, готовится к новому рождению и потом приходит опять на Землю.

«И что же?» — спросите вы. Так вот. Это состояние: «Вася умер и теперь он Дух», поэтапно возвышающее Васю уровень за уровнем в посмертном мире, на определённом этапе *и становится контактом с Истинным я*. Очень упрощённо, конечно, потому что Истинное я тоже имеет несколько уровней, определённую слоистость, которую вполне можно почувствовать в правильной медитации.

А теперь давайте подумаем. «Тут» мы проводим всего несколько десятков лет жизни, тогда как «там» лежит вся наша история. Потому что наше Истинное я — совокупность всех прожитых жизней. Так каких же «нас» можно назвать более вечными и более мудрыми?

Помните мысль моей жены о том, что «я же знал, как жить»? Почему она вообще об этом тогда подумала? Лишь потому, что наша жизнь здесь, на планете, очень упрощённо похожа на фильм, в который ты втягиваешься и забываешь на время настоящего себя, становишься героем этого фильма.