

ЛЕРА НЕКРАСОВА

# ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ

---

история о том, что нас ждёт  
между воплощениями



Москва  
2024

УДК 128  
ББК 88.2  
Н48

**Некрасова, Лера.**

Н48 Жизнь после смерти. История о том, что нас ждёт между воплощениями / Лера Некрасова. — Москва: Эксмо, 2024. — 288 с.

ISBN 978-5-04-160701-2

Каждый из нас раз за разом проживает множество жизней в этом мире, а между ними — существует в более тонких мирах. Увы, мало кто помнит свои предыдущие воплощения. И то, что делал между ними. Лера Некрасова — помнит!

Эта книга — ее рассказ о том, что происходило с ней между смертью в одной жизни и рождением в другой. Вместе с автором мы совершаем путешествия по Тому свету, узнавая, что ждет нас за чертой земного существования.

Лера Некрасова ведет популярный блог в Яндекс.Дзене «Как Все Устроено», в котором рассказывает о своих удивительных астральных приключениях, строении мира, роли энергии в жизни и многом другом. Ее девиз: эзотерика простым языком!

**УДК 128  
ББК 88.2**

© Лера Некрасова, текст, 2022  
© Е. Казанцева, иллюстрация на обложку, 2022  
© Оформление.  
ООО «Издательство «Эксмо», 2024

**ISBN 978-5-04-160701-2**



---

# Оглавление

---


---



Очень краткое предисловие	7
часть I. Моя история	11
Глава 1. Смерть и первые дни после	12
Глава 2. Начало путешествия	17
Глава 3. Станный город и его обитатели	21
Глава 4. Работа в астральном мире	26
Глава 5. О злых шутках над умершими	31
Глава 6. Как я попал в ад, а потом и в рай	36
Глава 7. Как я стал астральным полицейским	44
Глава 8. Любовь, дружба и отчаяние в астрале	49
Глава 9. Встреча с ангелом-хранителем	54
Глава 10. Прибытие на Тот свет	61
Глава 11. Семейная идиллия	67
Глава 12. Как я создавал свою реальность	73
Глава 13. Как я хотел принести пользу обществу	78
Глава 14. Волонтёр, которого считали ангелом	82
Глава 15. Провожатый между мирами	89
Глава 16. Туризм на Том свете	95
Глава 17. Как я нашёл родственную душу	101
Глава 18. Мегаполис на Том свете	107
Глава 19. Как я хотел откосить от перерождения	113
Глава 20. Как выбирают будущую судьбу	118
Глава 21. Что происходит в нирване и как в неё попадают	125

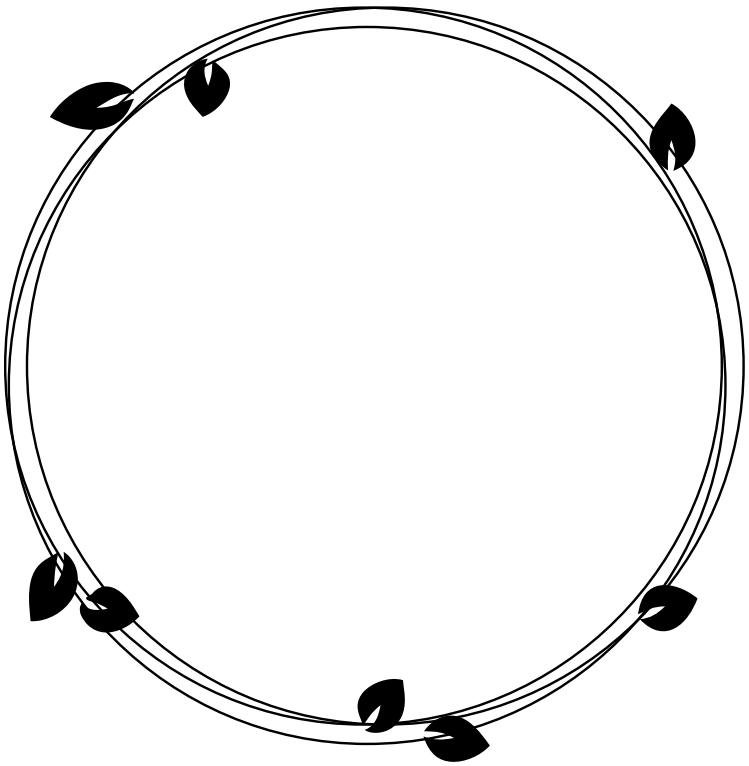
## ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ

Глава 22. Встреча со сверхличностью	131
Глава 23. Рождение новой личности	137
Глава 24. Будущие связи с родственными душами	144
Глава 25. Старый знакомый и напутствия в новую жизнь	151
Глава 26. Знакомство с будущей мамой	159
Глава 27. Новое тело и рождение в земном мире	167
<b>часть II. Три главных вопроса</b>	<b>175</b>
Почему в каждой новой жизни личность меняется?	177
Есть ли Бог на Том свете?	182
Зачем мы живём, умираем и рождаемся вновь?	187
Почему с нами случаются те или иные события (в основном неприятные)?	189
Что можно сделать, чтобы больше не рождаться в нашем мире?	191
<b>часть III. Как я вспомнила и зачем записала     эту историю?</b>	<b>197</b>
Кто я сейчас?	198
Как и зачем я стала вспоминать прошлые жизни?	199
Почему я решила поделиться своей историей?	203
<b>часть IV. Ответы на самые популярные вопросы</b>	<b>211</b>
Нужны ли умершим молитвы?	213
Важно ли для умершего, что станет с его телом?	219
О добровольно ушедших из жизни	224
Ждёт ли плохих людей наказание после смерти?	231
Особенности смерти в разном возрасте	236
Беременность и роды	238
Младенчество	239
Детство	240
Молодость	242
Зрелость	243
Старость	245
Как отпустить умершего человека?	247



## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Кто такой призрак и можно ли стать им после смерти?</b>	<b>253</b>
Несколько распространенных причин, из-за которых человек может стать призраком	254
<b>Что может мешать человеку после смерти?</b>	<b>257</b>
Атеизм	258
Твёрдые религиозные убеждения	259
Вредные привычки	259
Одержимость чем-то материальным	261
<b>Можно ли после смерти стать ангелом-хранителем?</b>	<b>262</b>
Как умершие помогают живым	264
<b>Что происходит с животными после смерти?</b>	<b>266</b>
А что животные видят и чувствуют, сливаясь с групповой душой?	269
Групповая душа — одна на всех животных?	270
<b>Почему люди не помнят Тот свет и прошлые жизни?</b>	<b>272</b>
Энергетическое строение тела	273
Взгляды нашего общества	273
Тяжёлые воспоминания	274
<b>Как вспомнить прошлые жизни?</b>	<b>276</b>
Способ 1. Регрессивный гипноз	277
Способ 2. Сон	279
Способ 3. Медитация	280
Способ 4. Воспоминания естественным путем	280
<b>Очень краткое заключение</b>	<b>285</b>



Очень краткое  
предисловие

## ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ

Как правило, любой рассказ начинается с описания жизни главного героя. Потом следуют повороты сюжета, обрамляющие разные приключения, а затем и развязка.

В грустных книгах герой в конце умирает. В более оптимистичных — к финалу у него наконец налаживается жизнь.

Но в этой истории не будет ни первого, ни второго. Она начнётся с того, что большинство людей считает концом всего, — то есть со смерти основного персонажа. А завершится тем, что обычно бывает в начале, — его рождением.

Умирать в первой главе будет ничем не примечательный мужчина, проживший обычную жизнь где-то в южных штатах Америки. А в последней главе он же будет рождаться вновь, только уже девочкой и на просторах СССР.

Что это вообще за человек и почему я решила посвятить ему целую книгу? Он — это я в прошлой жизни. Так вышло, что я хорошо помню свою предыдущую жизнь и то, что за ней последовало. То есть все свои посмертные приключения вплоть до нового рождения.

Как так получилось, что у меня остались эти воспоминания? С какой целью я решила ими поделиться? И самое главное — что такого важного я вспомнила, из-за чего решила написать об этом целую книгу? Обязательно расскажу обо всём в деталях!

Долгие предисловия не люблю и считаю излишними — поэтому сразу к делу.

**Первая часть** книги — целиком моя история. Это не художественный вымысел, я ничего не приукрасила — рассказываю точно так, как помню.



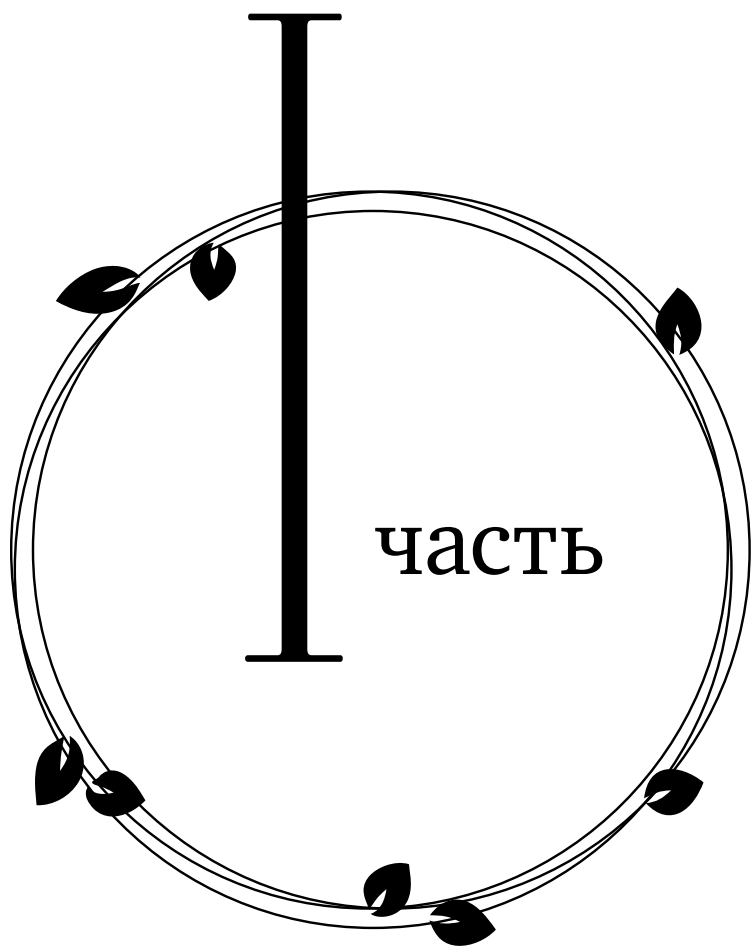
## ОЧЕНЬ КРАТКОЕ ПРЕДИСЛОВИЕ

**Вторая часть** — ответы на три главных философских вопроса. Почему в каждой новой жизни личность меняется? Есть ли Бог на Том свете? Зачем мы живём, умираем и рождаемся вновь? Их задавали мне почти все, кто читал мою историю.

**Третья часть** — небольшой рассказ о том, как я всё это вспомнила и как вообще «вижу» прошлые жизни.

**Четвертая часть** — ответы на самые популярные вопросы о жизни после смерти. Я веду блог и много общаюсь со своими читателями, и с их помощью поняла, что в этой области интересует людей больше всего.

**P. S.** Если в какой-то момент (возможно, даже в первой или второй главе) вам покажется, что эта история слишком необычна, чтобы оказаться правдой, — можете воспринимать её как фантастический рассказ. Скажите себе, что решите чуть позже, доверять мне или нет. А пока просто следите за приключениями главного героя и исследуйте вместе с ним новые миры.



# Моя история



# 1 Смерть и первые дни после

## СМЕРТЬ И ПЕРВЫЕ ДНИ ПОСЛЕ

Я думаю, всем довелось читать истории людей, которые пережили клиническую смерть. Многие из них описывали свет в конце тоннеля и встречи с умершими близкими. Но длились встречи обычно недолго, потому что вскоре этих людей возвращали в наш мир.

А что стало с теми, кто умер уже окончательно? Давайте я вам расскажу.

Сейчас я женщина, а в прошлой жизни была мужчиной. Поэтому буду писать о себе в мужском роде, чтобы лучше передать своё тогдашнее состояние и мировоззрение.

Итак, жил я в Америке, в небольшом захолустном городке на юге. Жизнь моя прошла относительно спокойно и была вполне себе обычной. Умер я в возрасте около 60 лет от сердечного приступа. Не могу сказать, что боялся смерти. Но в том, что после неё меня ждёт существование хоть в какой-то форме, тоже сомневался.

Я умер в начале 80-х годов прошлого века. Незадолго до этого, в 60-70-х годах, в Америке стала популярной восточная философия. Потому даже мне, простому деревенскому мужику, доводилось слышать о теории реинкарнации. Правда, распространяли её граждане, которые мне не внушали доверия: хиппи, рокеры и прочая «сомнительная молодёжь». Из-за этого я считал восточную философию и, в частности, перерождение бредом.

Я рассчитывал после смерти либо насовсем пропасть из мира (что, кстати говоря, меня не сильно пугало), либо попасть в какой-то аналог Того света, описанный в религии. Но это всё были мои ожидания, а в реальности вышел совсем другой сюжет.

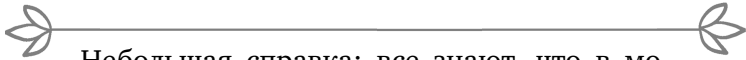


## ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ

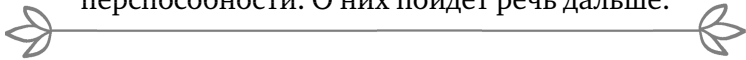
Умер я довольно быстро. У меня давно были проблемы с сердцем, а тут случился инфаркт. Помню ощущение вылета из тела — это произошло в считанные секунды. Сначала я почувствовал, что сердце остановилось. Потом был шум в ушах, и я не мог вдохнуть. А затем почти сразу увидел себя со стороны — упавшего на кровать.

Меня, как ни странно, это не испугало. Первая мысль была: ну вот и всё, наконец-то! Чуть позже меня нашли родственники. Попытались даже как-то реанимировать, но было бесполезно.

Я всё это время находился возле них.



Небольшая справка: все знают, что в момент смерти человек навсегда покидает физическое тело. Однако, помимо него, у нас есть ещё целый «комплект» тонких тел. И в одно из них, самое близкое к земному миру, сознание и перемещается сразу после смерти. Это тело называется астральным. И именно в нём я оказался, как только умер. Астральное тело умерших находится в тонком мире, который называют астралом. Из него виден наш мир, потому можно наблюдать за прошлой, земной жизнью, за своим домом и близкими в нём. Ещё там у человека даже появляются некоторые суперспособности. О них пойдёт речь дальше.



Новое состояние меня порадовало. Ощущалась какая-то свобода и лёгкость. Уже в первые часы я просёк, что мог перемещаться в любое место по своему желанию. То есть стоило мне подумать о ком-то или чём-то,

## СМЕРТЬ И ПЕРВЫЕ ДНИ ПОСЛЕ

и я уже был рядом с этим человеком или местом. Это меня так заняло, что первое время я переносился туда-сюда и навещал всех, кого вспоминал.

Ещё моё состояние очень облегчала уверенность в том, что сильно по мне никто не горюет. Родителей не было в живых. Сын к тому времени был уже взрослым, и мы нечасто общались. А с женой я вообще разошёлся много лет назад. К тому же все знакомые и друзья знали о моих проблемах с сердцем, поэтому никто произошедшему не удивился.

В своей новой форме я стал безошибочно понимать чувства всех людей, за которыми наблюдал. Я как бы «подключался» к ним и как бы видел их ощущения со стороны. Мне интересно было узнавать, кто и как реагирует на известие о моей смерти. Кому-то было действительно жаль. А некоторые понимали, что должны испытывать грусть, но им сложно было из себя её выдать.

Я посмеивался и думал: «Интересно, а что, если бы они узнали, что я на самом деле рядом и наблюдаю за ними?!»

Ещё забавно было в новом состоянии видеть животных и птиц. Я никогда раньше не задумывался, что чувствуют, к примеру, коровы или лошади. А теперь понимал, что у них тоже есть эмоции, правда проще и «чище» по сравнению с человеческими.

Кстати, многие животные на моей ферме даже узнавали меня. В отличие от людей, у них не было закрыто видение более тонких материй. И они реагировали на моё появление почти так же, как и при жизни: оживлялись и лгнули ко мне.

Помимо того, что я теперь ощущал чужие чувства и эмоции, изменилось и моё восприятие мира. В частности,

