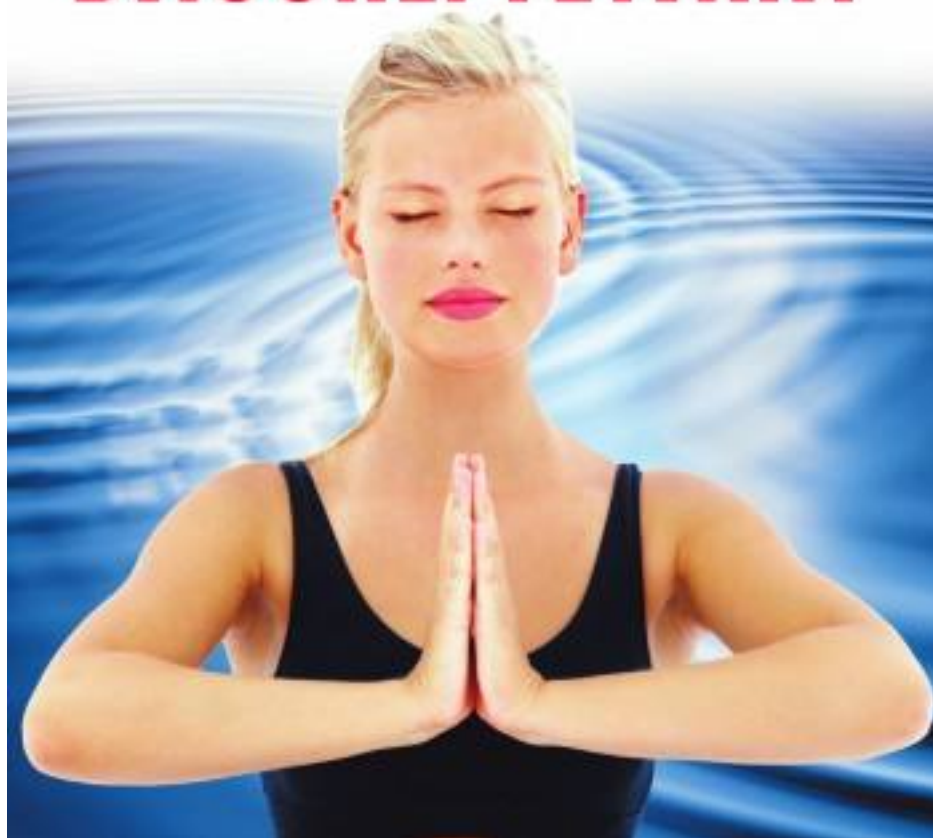


SECRETS  POWER

Сергей Ратнер

СЕКРЕТЫ БИОЭНЕРГЕТИКИ

УКАЗАТЕЛЬ
К БОГАТСТВУ
И УСПЕХУ
В ЖИЗНИ



Сергей Григорьевич Ратнер
Секреты биоэнергетики. Указатель
к богатству и успеху в жизни

Текст предоставлен правообладателем <http://litres.ru>
Секреты биоэнергетики. Указатель к богатству и успеху в жизни: РИПОЛ классик; Москва; 2010
ISBN 978-5-386-02024-8

Аннотация

Книга посвящена малоизученной и перспективной области эзотерических знаний – биоэнергетике. Вы узнаете об уникальных способах взаимодействия с миром тонкой энергии и научитесь практическому применению биоэнергии в повседневной жизни, чтобы наполнить ее радостью, внутренним пониманием и прямым знанием.

Сергей Ратнер – автор уникальной методики работы с энергией, которую он принял от своего отца и усовершенствовал. Это не учение и догма, это живое умение, которое каждый человек может развить и дополнить на основе своего опыта. Основной принцип обучения – это объединение духовного и физического для более эффективного построения жизни.

Книга создана на основе выступлений Сергея Ратнера на семинарах и лекциях по управлению энергией и содержит в себе ответы на вопросы, поступавшие от участников курсов.

Содержание

ГЛАВА 1	6
ПЕРВОЕ ЗНАКОМСТВО	6
БИОЭНЕРГЕТИКА. ВОПРОС ТЕРМИНОЛОГИИ	11
ЧТО ТАКОЕ МЕДИТАЦИЯ	13
УПРАВЛЯЕМОЕ ВООБРАЖЕНИЕ – КЛЮЧ К РАБОТЕ С ПОДСОЗНАНИЕМ	17
ПОЛУЧЕНИЕ ЗНАНИЙ ИЗ ТОНКОГО МИРА	20
Медитация «Отключение от знания»	22
О ФИЗИЧЕСКОМ И ДУХОВНОМ	23
КАК ВИДЕТЬ ЭНЕРГИЮ	25
ВХОЖДЕНИЕ В ЭНЕРГИЮ	28
Медитация «Вхождение в энергию универсального знания»	31
Медитация «Выход из энергии универсального знания»	32
ЧТЕНИЕ ЭНЕРГИИ	33
Медитация «Наполнение энергией»	33
ГЛАВА 2	35
ЧТО ТАКОЕ ПРОСВЕТЛЕНИЕ. УЧИТЕЛЯ И УЧЕНИКИ	35
Медитация «Расширение сознания»	38
ДОБРО И ЗЛО. СОВЕСТЬ	40
РОЛЬ СОМНЕНИЯ. РЕАЛЬНОСТЬ И ИЛЛЮЗИИ	42
ЖИЗНЕННЫЕ СПИРАЛИ	44
Медитация «Выход на новый уровень сознания»	45
МАТЕРИАЛЬНЫЙ ДОСТАТОК И ДУХОВНЫЙ ПУТЬ	47
Медитация «Ваше место в жизни»	48
ЭМОЦИИ И ВЗАИМООТНОШЕНИЯ	50
ДЕТИ И РОДИТЕЛИ	52
СИСТЕМА ИСПРАВЛЕНИЯ	54
ГЛАВА 3	56
ПОЗИТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ	56
Медитация «Мысленный фильтр»	56
КАК ОСОЗНАТЬ СЕБЯ	58
ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ МЫСЛЕЙ	60
Медитация первая	60
Медитация вторая	60
Медитация третья	61
ПРИЙТИ К ТИШИНЕ	62
Медитация «Получение ответа»	62
КАК ПРИЙТИ В СЕБЯ	64
ТЕАТР НАШЕЙ ЖИЗНИ	65
Медитация «Наши маски»	66
ДВА ОБРАЗА СЕБЯ	68
Медитация «Два образа себя»	68
ТРАНСФОРМАЦИЯ ЭНЕРГИИ	69
Медитация «Трансформация энергии»	70
ОТКЛЮЧЕНИЕ ОТ ПРОШЛОГО	72

Медитация «Отключение от прошлого»	72
РАБОТА С ЭНЕРГИЕЙ СИТУАЦИЙ	74
Медитация «Замена»	74
ЛИЦОМ К ЖИЗНИ	77
Медитация «Лицом к жизни»	77
ГЛАВА 4	79
НУЖНО ЛИ ЗНАТЬ БУДУЩЕЕ?	79
Медитация «Ваша дорога жизни»	82
Медитация «Изменение дороги»	83
НАСТРОЙКА ДОРОГИ	85
Медитация «Настройка дороги»	86
Медитация «Ответвления на дороге»	87
ОСНОВНОЙ ПУТЬ ЧЕЛОВЕКА	88
ЛАБИРИНТЫ ЖИЗНИ	89
Медитация «Выход из лабиринта»	90
ПРОСТРАНСТВО ВАРИАНТОВ	91
ЖИТЬ В НАСТОЯЩЕМ	95
Медитация «Здесь и сейчас»	95
Медитация «Выход на пространство вариантов»	96
УМЕНИЕ ЖДАТЬ РЕЗУЛЬТАТА	98
Медитация «Отпускание себя»	100
ГЛАВА 5	103
БУТЫЛКА, ПОЛНАЯ ВОДЫ	103
Медитация «Защита белым светом»	105
ПЕРЕСТАТЬ ЗАЩИЩАТЬСЯ	106
Медитация «Объять необъятное»	110
Медитация «Поток»	112
ЗАЩИТА СВЫШЕ	113
Медитация «Свет на дороге»	113
Медитация «Склад мыслей»	113
ГДЕ ДЕЛАТЬ МЕДИТАЦИЮ	115
БОЯТЬСЯ НЕЧЕГО	117
Медитация «Разговор»	118
КОНЦЕНТРАЦИЯ И ОБРАЗЫ	119
АНГЕЛЫ И НАСТАВНИКИ	120
Медитация «Ангел-хранитель»	120
ГЛАВА 6	122
ЧТО ТАКОЕ ПОДСОЗНАНИЕ	122
Медитация «Строитель жизни»	123
ВЗГЛЯД СО СТОРОНЫ	124
Медитация «Картина вашей жизни»	126
ВАШЕ МЕСТО В СЕМЬЕ	129
ИНФОРМАЦИЯ В ПОДСОЗНАНИИ	131
Медитация «Ячейки информации»	132
Медитация «Комната ваших знаний»	133
Медитация «Запуск мозга в работу»	135
ДУША И РЕАКЦИИ ТЕЛА	137
Медитация «Душа и тело»	137
ЧТО ТАКОЕ ОПЫТ	139

ПРОШЛЫЙ ОПЫТ И БУДУЩЕЕ	141
Медитация «Между прошлым и будущим»	142
Медитация «Исполнение мечты»	143
МОЖНО ЛИ РАЗОБРАТЬСЯ В ПРОБЛЕМАХ	144
ЧТО ТАКОЕ ДУХОВНОЕ РАЗВИТИЕ	146
РАБОТА С ПОДСОЗНАНИЕМ	148
ПОДГОТОВКА К ВСТРЕЧЕ С ПОДСОЗНАНИЕМ	152
Медитация «Вход в пространство подсознания»	155
ВЫ И ПОДСОЗНАНИЕ	159
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	162

Сергей Григорьевич Ратнер

Секреты биоэнергетики. Указатель к богатству и успеху в жизни

Эта книга не о медитации, она, по сути, и есть сама медитация, которая с самого начала предлагает погрузиться в медитативное пространство вашей жизни, постепенно разворачивая вас к этой самой жизни...

ГЛАВА 1

ВВЕДЕНИЕ В МИР ЭНЕРГИИ

Мы должны прийти к пониманию, что есть единственный источник знания, из которого можно брать нужную информацию, причем абсолютно бесплатно и в любом объеме. Главное и единственное условие – это развивать себя.

ПЕРВОЕ ЗНАКОМСТВО

Давайте для начала познакомимся. Меня зовут Сергей. Я занимаюсь такими вещами, которые принято называть неприличными словами вроде «биоэнергетика», «экстрасенсорика», «целительство». Это слова, которыми сегодня пытаются определить все невидимые и неосязаемые энергии, течения, поля, движения. Также я занимаюсь эзотерикой и мистикой, в хорошем смысле этого слова. Магией не занимаюсь, хотя считается, что магия – это все, что мы делаем. Люди привыкли делить магию на белую, черную, зеленую – какую хотите. Для меня магия – это что-то другое, это то, что связано с миром непознанным или непознаваемым.

До определенного момента я не знал всех этих ярлыков – «биоэнергетик», «целитель», «ясновидящий», «медиум». Не люблю ни ярлыки, ни названия, ни определения, ни всяческие регалии, поэтому пытаюсь от этого уйти. Но для того чтобы общаться и как-то определять себя в этом мире, я решил, что этот набор ничего не значащих слов в принципе подходит. Например, слово «медиум». Медиум – это посредник между физическим и духовным миром, человек, который достиг возможности скользить между мирами. Есть мир духовный, есть мир физический (рис. 1). Между ними есть определенное пространство, через которое можно пройти, подключиться к духовному плану, получить информацию, и с этой информацией спуститься сюда для дальнейшего ее использования или передачи. Медиум – это то, кем я являюсь на сегодня.



Рис. 1

Я занимаюсь всеми этими вещами, которые до сих пор не знаю, как назвать, более десяти лет. А если заглянуть немножко назад, за ту границу, то лет восемьдесят-девяносто. В течение этой жизни я, можно сказать, прошел три воплощения. В первом воплощении я был механиком по ремонту двигателей и автомобилей, во втором я был программистом станков с числовым программным управлением, то есть полностью поменял направление в профессиональной сфере. И третье мое воплощение – это переход в другое качество, в другую сферу, которая включает «работу с энергией». Работа с энергией, в двух словах, это перестройка энергетического фона с целью достижения баланса и развития.

На сегодняшний день это мое единственное занятие, других у меня нет, и в этом плане я абсолютно свободен. Просто в какой-то определенный момент я решил для себя, что хочу заниматься только этим, отрезал полностью прошлое, включая солидную зарплату, которую получал на производстве, вышел, сказал «большое спасибо» и стал «оказывать помощь людям», как это называют другие. Я же предпочитаю говорить, что занимаюсь саморазвитием, которое дает мне возможность помогать людям. И убеждаюсь в том, что те навыки, которые я в себе развиваю, работают в реальной, физической жизни, что это не духовная ахинея, а именно то настоящее, которое присутствует (или я хочу, чтобы оно присутствовало) в реальности каждого человека. Я хочу, чтобы люди перестали путать иллюзию с реальностью.

Я считаю, что все те названия, которые сегодня существуют, не отражают сути той работы, которую я делаю. Поэтому я ищу новый язык, новый способ передачи той информации, тех знаний, которые существуют давным-давно, которые существуют вокруг нас тысячи лет. Какое-то количество людей сегодня могут подключиться к этим знаниям и «скачать» их для себя, чтобы использовать в своей жизни, какое-то количество людей находятся на дороге к этому состоянию, а кто-то просто-напросто отрицает существование Высших Сил и считает, что это просто ахинея. Я так не считаю. До определенного момента я был в числе тех скептически настроенных людей, которые кричали «ничего такого не бывает!», но, как правило, именно «противоборствующие» потом, переходя на другую сторону, начинают свято верить.

Я же верю не с позиции слепой веры, я верю с позиции знания – все, что я знаю, я смог применить в своей жизни. Я могу передать дальше только то, что сработало, например научить вас получать знание с определенного уровня – оттуда, где оно находится. Свое собственное знание я передать вам не могу, так как у меня его нет: несколько лет назад я полностью вычистил его из головы, перестал опираться на свой опыт и на какие-то жизненные устои и предоставил себя для передачи прямого знания сверху вниз. И я считаю, что все люди могут прийти к этому. Более того, я считаю, что в будущем абсолютно все будут пользоваться именно таким методом получения знаний – не из книжек, не из чьих-то рассказов, а именно с помощью прямого получения знания, то есть «прямо в голову, прямо в жизнь».

Именно такой подход избавляет людей от необходимости поиска какого-нибудь гуру. Сам я никого к себе не привязываю, так как не люблю этого. Одно время у меня был такой этап, но он быстро прошел, я понял, что подход не работает, потому что невозможно тащить за собой людей. Человек должен сам хотеть идти туда, куда надо идти. Для этого нужно быть всего лишь так называемым маяком, который дает возможность человеку решить самостоятельно: хочет он туда идти или нет. Если хочет, то пойдет, не хочет – будет искать дальше. Слава богу, сейчас космос (или канал, как это называют) открылся, и все побежали сломя голову искать места силы, просветленных, одухотворенных и других «достигших». Побежали, а потом постепенно пришли к пониманию, что, оказывается, не все так красиво и просто, как рисуют. Нарисовали картинку – выглядит хорошо, пощупали – а она рассыпалась.

Однажды ко мне пришла женщина и сказала: «У меня на высшем уровне есть духовный наставник». Я говорю: «Я никого у тебя не вижу». – «Ну как же, вот же он стоит». – «Это твой образ, который ты сама себе нарисовала. Нарисовала, создала, поверила и кормишь его своей энергией. Ткнул пальцем – он рассыпался. Вот тебе духовный наставник».

Много книг написано про то, как создать иллюзию. Сегодня пишут все, но, по моим оценкам, большинство книг пишут не для того, чтобы передать людям знание, а для того, чтобы рассказать, что где-то есть идеальная жизнь, которая еще не пришла, но вот-вот придет. И многие люди, начитавшись, начинают сыпать цитатами, философствовать и обдумывать то, что написано. Но вы должны понять: любой автор выдает всего лишь свою интерпретацию знания, которое существует вне зависимости от него и его желания. В принципе, во всех эзотерических книгах написано одно и то же разными словами, но мало книг, которые говорят, что с этой информацией делать. Поэтому ко мне и приходят «знающие» (я бы сказал, обладающие информацией) люди с вопросом: мы уже читали, теперь расскажи, что с этим делать?

Не путайте, я не против книг, я против неверной интерпретации того, что в них написано, и против забивания мозгов ненужной информацией. Хорошо, если в самом начале вы взяли те книги, которые нужно, – значит, интуиция подсказала правильно. А ведь могли бы наткнуться на то, что увело бы вас от жизни в иллюзию.

В свое время я долго думал: может быть, мне пойти через Библию, через Тору, через каббалу или через какие-то другие науки? А потом я подумал: Будда получил все свои зна-

ния в медитации, Иисус получил в медитации, пока был сорок дней в пустыне. Что он там делал? Никто же не знает. И тогда я понял одну вещь: если буду сидеть и усиленно просить, а главное, дойду до определенного уровня, когда мой организм сможет воспринять эту энергию, то у меня откроется это знание, мне откроют что-то, что я не мог знать раньше. Если это так, то каждый из вас может до этого дойти с помощью своих же мозгов, своих же техник, дополнительно приложив собственные усилия. Силы приложить надо, без этого ведь невозможно чего-то достичь. Все, что мне нужно, – это показать вам возможность достижений и определенное направление, а дальше – идите да берите, хоть лопатами черпайте.

Итак, мы должны прийти к пониманию, что есть единственный источник знания, из которого можно брать нужную информацию, причем абсолютно бесплатно и в любом объеме. Главное и единственное условие – это развивать себя, развивать свой мозг, так как в будущем, по моим проверкам, будут изобретены определенные механизмы, настолько сложные, что человек просто не сможет их освоить. Поэтому он либо должен сразу получить полную информацию об этом механизме, либо нет. Знание должно будет приходить сразу целиком, в полном объеме. Поэтому мы научимся делать следующее:

- **Первое:** скачивать знание (с определенного места) и пользоваться им. Скачать – это еще полдела, можно также скачать иллюзию или то, что вам не нужно в жизни, так как вокруг нас разбросано настолько много всего... (но об этом потом).

- **Второе:** менять ситуации в своей жизни. Мало того, мы научимся создавать любую ситуацию в своей жизни. Любую. Но если кто-то захочет использовать эти техники для манипулирования другими людьми или в негативном направлении, сразу предупреждаю: отрубят руки, ноги и головы. Потом придете ко мне, окутанные энергетическими блокировками, скажете, что вообще ничего не идет и не получается, а я сразу пойму, в каком направлении вы пытались использовать полученное знание.

Итак, здесь мы будем изучать так называемые манипуляции, которые служат для нас, для нашей жизни. Мы будем изучать, как свою дорогу перенаправить в нужное нам русло, а если русло вдруг пересохло – как снова наполнить его водой. Если вдруг пошло продвижение – как перекинуть мостик через яму и не попасть в капкан. Ямы – это ситуации, приближение которых мы видим логически и в которые не хотим попадать. Как правило, у всех на дороге бывают такие непреодолимые спуски или подъемы. Бывают подъемы, заехать на которые невозможно: вроде бы дела идут в гору, но очень медленно, с пробуксовками. Как предвидеть такие моменты заранее и обходить их? Мы научимся, как не скатываться снова вниз, под уклон, потому что подниматься очень тяжело, и как построить мост через эту пропасть и по нему спокойно пройти (рис. 2).

Ведь вся проблема в следующем: чем выше вы поднялись, тем болезненней может оказаться спуск. Поднялись, сказали «теперь я все знаю, теперь я все могу», и вдруг – бах! – деньги кончились – и опять вниз, туда же, где были. А если я не хочу вниз? Если я знаю, где моя основная деятельность, в которой я хочу преуспеть, и, один раз поднявшись, идти и идти дальше, не падая? Никому такие встряски не нужны, так как они выбивают из колеи. Готовил-готовил дело, через полгода – бабах! – все развалилось, даже не начавшись. Знакомы с такой ситуацией?

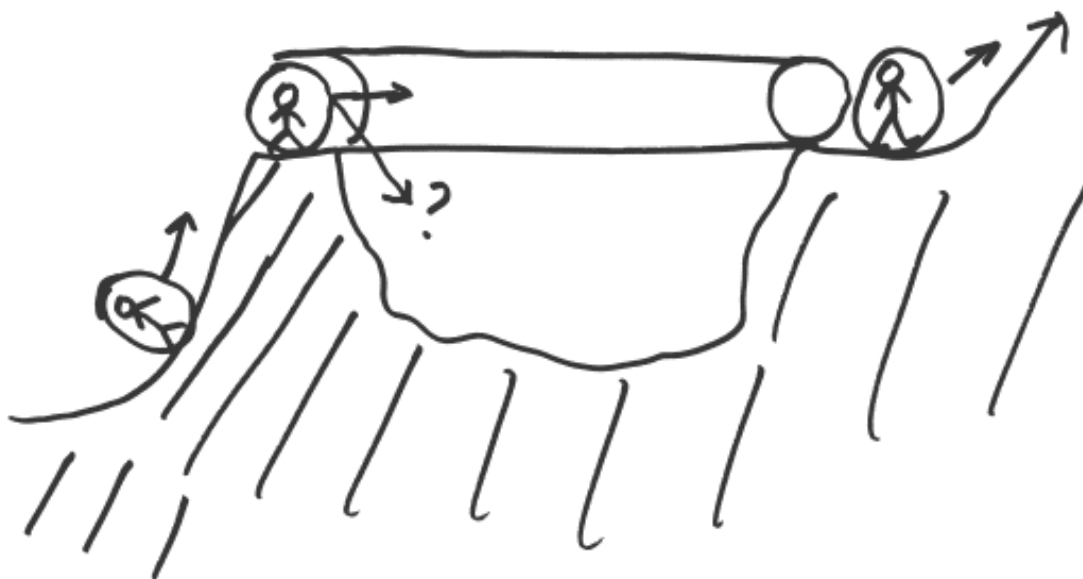


Рис. 2

Так вот, как сделать туннель и перейти на другой край ямы сразу, не теряя времени? (Думаете, я оговорился, говоря про туннель?...). Ведь путь по дну гораздо длиннее, чем по прямой, соединяющей «берега». Поэтому простые люди в обычном режиме своей жизни достигают за двадцать лет того, чего мы, научившись определенным вещам, можем достичь, например, за год.

Я говорю все это, основываясь на своем опыте, потому что прошел в своей жизни очень много хорошего и плохого. И когда я понял, чего можно достичь с помощью тех вещей, которыми сегодня владею, я понял, что развитие с этого момента начнет идти намного быстрее. В миллион раз. Я могу ускорить любое течение энергии, если есть желание завалить себя работой, а могу притормозить, если мне невыгодно, чтобы что-то происходило.

И наконец, мы научимся:

- **Третье:** менять свое прошлое.

Пришла ко мне женщина, у которой я вижу проблему в печени, печень переливается разноцветьем красок, как масло на воде. Она говорит: «Нет проблем в печени». Я говорю: «А я вижу, что есть, я вижу, что печень отравлена». На четвертой процедуре она вспомнила, что двадцать лет назад была какая-то экологическая катастрофа – произошел выброс яда, и она три недели лежала в больнице с печенью. А потом забыла. Произошло это двадцать лет назад, а энергия осталась. Она растет, потихонечку изменяя биологические процессы в ткани. Как изменить этот процесс? Как отойти обратно в свою прошлую жизнь, сделать так, чтобы этой экологической катастрофы не было (а если и была, то чтобы она меня не коснулась), и пройти обратно в настоящий момент, только по другой дороге?

Применяя этот способ корректировки прошлого и возврата обратно в настоящее, можно сделать все что хотите. Поменять все, что только пожелаете. Этот способ подходит абсолютно всем – и тем, кто занимается бизнесом, и тем, кто занимается духовными практиками, и тем, кто просто идет по жизни.

На этом теория и знакомство со мной закончены, переходим к практической части книги.

Добро пожаловать в мир Энергии!

БИОЭНЕРГЕТИКА. ВОПРОС ТЕРМИНОЛОГИИ

В этой книге вы не найдете никаких терминов и названий, потому что я не хочу, чтобы вы забивали голову лишней информацией, которая вам просто не нужна. Какая разница, какие названия есть у того или иного явления? Если я использую энергию зеленого цвета, то какое имеет значение то, что это цвет одного из архангелов? Если мне нужна энергия зеленого цвета, то какая разница, кто ее посылает? Зачем нужно использовать те слова, значение которых вы не понимаете? Жизнь надо упрощать, а не усложнять. Чем проще я смотрю на жизнь, тем легче мне жить. Поэтому все практики и медитации призваны к одному – прийти к пустоте и избавиться от разных ненужных наслоений.

Мы будем разговаривать простым языком. Никакой духовной ахинеи вы здесь не услышите, никаких общих лозунгов и бессмысленных слов. Я буду говорить только о том, что строит вашу жизнь, и о том, что даст вам возможность перестроить себя в короткий срок. Я вам дам базу, из которой идут все течения, все теории, все школы и т. д.

Истина-то одна, как ее ни назови: есть Всевышний, есть энергия, есть знания, которые можно из этой энергии получать, а других истин нет. Все остальные «истины» придуманы для того, чтобы тянуть деньги. Все, что я пытаюсь делать, – это не продать вам свою истину, а сделать так, чтобы каждый самостоятельно смог открыть ее для себя, научившись работать с энергией. Если вдруг после какой-то медитации при чтении этой книги у вас откроется знание, то можете дальше не читать.

На одном из курсов мне задали вопрос: есть ли космоэнергетика? Лично в моем понимании это слово ассоциируется с космосом. И здесь у меня всегда возникает первый и единственный вопрос: а что же такое космос? Космос – это то, что я вижу ночью? Или же космос – это то, что я вижу днем? Считается, что днем мы космос не видим, а видим небо. А ночью мы видим космос, потому что видим бездну и звезды. Поэтому здесь возникает путаница: а где же космос? А вокруг меня – это не космос? А внутри меня – это не космос? Значит, космос не только вне нас. Значит, я и есть космос. Если убрать грань и продлить этот космос сквозь меня, значит, я тоже считаюсь одной из его составляющих, то есть я – только переход от внешнего к внутреннему и наоборот.

Лично для меня больше подходит слово *биоэнергетика*, по той простой причине, что «био» – это жизнь. Биоэнергия – это жизненная энергия, энергия жизни. Если это энергия жизни, то я не должен искать ее начало, мне не нужно показывать, откуда она идет. В каббале, тайной науке евреев, написано так: если ты пришел к пониманию, что такое Бог, начинай сначала, так как человеческий мозг на сегодня не может воспринять и переработать эту информацию. Космоэнергетика – законченное определение, которое дает нам представление о чем-то ограниченном. Оно автоматически означает, что энергия идет откуда-то из космоса. А это уже ограничение, то есть законченное определение. Нужно расширять границы и избавляться от них, а не строить новые.

Как прийти к тому, чтобы найти какое-то базовое знание, из которого каждый человек смог бы выстроить теорию жизни для себя? Вот это то, что я хочу сделать. Это то, к чему я хочу вас привести, – чтобы вы поняли, что есть та базовая субстанция, единая энергия, которая дает возможность гибко лавировать в жизни без всяких проблем и не заикливаться ни на чем. Если посмотреть на книги, то везде написано одно и то же, просто другими словами. «Космоэнергетика», «энергия космоса», «биоэнергетика» – все одно и то же. Одни и те же слова. Если вы смогли разобрать суть тех теорий, которые там излагаются, то вам здесь делать нечего. Если вы ухватили эту самую суть, значит, вы уже прекрасно ориентируетесь в своей жизни, у вас нет проблем. Но если вы до сих пор заглядываете в книги в поисках ответов – значит, эти книги вам ничего не дали.

Зачем читают книги? Я имею в виду эзотерику. Для того чтобы найти ответы на вопросы, которые мучают голову. Эзотерические книги пишутся только с одной целью – для того, чтобы дать более-менее полный ответ на любой вопрос человека. Правильно? Но осознайте такую вещь. Когда каждый из вас читает книгу, что он делает? Он не учится, он соглашается с автором, кивает головой, так сказать. Мы соглашаемся: «О, правильно написал, молодец! А вот этого я не знал, надо будет принять к сведению, а лучше заучить...» Это значит, что мы ищем то, что и так знаем, мы ищем заготовленные ответы на свои вопросы. У вас внутри есть готовый ответ, и если вы нашли его в книге – здорово, значит, автор вам подходит. Вы всюду ходите со своими готовыми ответами.

Я никогда не ищу ответов в книгах. Когда я говорю «я это изучал», это значит, что я сидел в медитации и просматривал то, что есть на самом деле, потому что книг я не читаю, авторов не знаю, никаких теорий не придерживаюсь. И мне абсолютно все равно, что кто-то где-то написал. Если вы получите ту базу, которая есть у меня или которую дают через меня, вы осознаете, что из всего можно сделать все. И на этой основе вы сможете выработать для себя любую теорию и придерживаться ее. Мне нужно, чтобы вы без всяких названий, без всяких имен, без всяких прежних опытов выработали в себе свою базу получения информации, свое знание, чтобы в поисках ответа вы не ходили к кому-то и не проверяли бы себя: верный ли ответ вы получили. Все, что я пытаюсь вам передать, – это одну простую мысль. Одну. Сможете ее уловить – значит, решите все свои проблемы, и вам не нужны будут никакие книги для того, чтобы посмотреть ответ.

ЧТО ТАКОЕ МЕДИТАЦИЯ

Медитации как таковые интересуют меня только с одной позиции: как помочь человеку достичь баланса и избавиться от иллюзий. Меня не интересует, скажем так, достижение человеком просветления, оно придет само, этот момент невозможно пропустить, поэтому его не стоит ждать.

Все мои медитации очень короткие и действенные, что значит следующее: мы выполняем те действия, которые приводят в итоге к нужному нам изменению в жизни.

Медитация – это не что-то эксклюзивное и доступное только привилегированным или какой-то малой части населения. Медитация – это личное внутреннее пространство каждого человека, которое он либо использует для своей жизни, либо бежит от него всю жизнь. На самом деле для медитации ничего не требуется, нужно просто собраться и в какой-то определенный момент сесть, закрыть глаза и попытаться посидеть в тишине хотя бы несколько минут, не давая возможности мыслям, которые наплывают, овладеть тем внутренним пространством, которое я называю медитацией или медитативным пространством.

В моей практике я использую не столько медитации, сколько управляемое воображение. Обучить этому можно каждого, было бы желание. Это не проблема, потому что нет людей, которые не могут закрыть глаза и просто посидеть молча несколько минут. Уметь что-то делать заранее для этого не надо. Необходимо просто желание пообщаться внутренне с самой собой.

Такое путешествие, или медитация, может проходить в нескольких фазах состояния сознания. В первой фазе вы находитесь в полном сознании, полностью весь процесс медитации, от начала до конца. В этой фазе ваше сознание не дает вам войти в самые глубины, и вы плаваете на поверхности. Вторая фаза – когда вы вроде бы засыпаете, но во время этого сна вы точно знаете, что что-то делаете. Практически это не сон, а действие, потому что ваше сознание просто отключилось от тела, вы освободились от контроля разума, и идет стопроцентная работа, даже если вам кажется, что вы витали в облаках и непонятно что делали. Ваше подсознание, ваша настоящая сущность на 100 % знает, что необходимо делать шаг за шагом, и когда вы ослабляете свой контроль и перестаете ее направлять, она делает все, что нужно, в миллион раз быстрее и эффективней. За пять минут такого сна вы можете выспаться так, как будто спали пять-шесть часов. И если вам кажется, что во время такой глубокой медитации вы улетели непонятно куда, то не беспокойтесь, не вините себя. Это значит, что вы улетели именно туда, где эти действия необходимо было делать. Медитацию лучше всего проводить в состоянии усталости, когда хочется спать. Главное, в момент перехода в медитативное состояние, перед тем как уснуть, успеть задать цель, то есть дать задание своему подсознанию. Только потом засыпайте. Такая медитация более эффективна, чем обычная. Но входите в это состояние с мыслью, что это медитация для выполнения определенной работы, а не для того, чтобы поспать.

Весь процесс состоит из трех обязательных частей: вход в медитацию, работа в медитативном пространстве и выход из медитации. В момент, когда идет работа в медитативном пространстве, вы входите в определенное состояние, которое дает вам возможность отключиться от тела, перестать его ощущать.

На своих курсах я все медитации делаю быстро, потому что своей энергетикой просто загоняю всех в медитативное состояние, чтобы люди не сидели по пять-десять минут и не ждали, пока идет расслабление, пока все мышцы «упадут». Но, так как вы сидите дома, вам необходимо потратить хотя бы минут пять, чтобы войти в состояние расслабления. В этот момент происходит вход в медитативное состояние, когда астральное тело совершает

переход в другое измерение. Этот переход можно осуществить с помощью представления различных образов: дверей, тропинок, дорог, полей, гор и т. д.

Все это переходные этапы, переход с одного уровня сознания на другой. Чем больше таких этапов-переходов вы используете в медитации, тем глубже вы зайдете. Но и слишком много не «городите», потому что потом придется возвращаться обратно. Выход из медитации должен осуществляться обязательно тем же путем, которым вы заходили. Бывают медитации, в которых не надо выходить обратно тем же путем. Например, если цель – выход из какой-то проблемы, то обратно в проблему заходить не стоит. Эта техника предполагает следующее: вы вышли из энергии проблемы, зашли в новую энергию, там и остались. Все. И если вы сделали все правильно, то через несколько секунд забываете о том, что делали. Это правильное действие. Как только стерли информацию, она тут же исчезает из вашей головы, и вам больше не надо об этом думать.

Когда вы начинаете работать с энергией, необходимо сесть ровно, ноги не перекрещивать, руки положить перед собой на колени или бедра, локти свободно свешиваются вдоль тела. Если вы скрестите руки или ноги и ничего не почувствуете, может пойти замыкание на уровне перекрещенных ног или рук и вызвать потом перебор энергии, головную боль или еще что-нибудь (это предупреждение не относится к позе лотоса). В принципе, для медитации можно использовать любое положение тела. Главное, чтобы было удобно и ничего не мешало концентрации.

Обратите внимание, что в момент работы мы не запускаем никаких дыхательных техник. Они искусственно приводят человека в измененное состояние сознания, которое вызывается избытком кислорода в крови и в мозге. Но это изменение сознания, а не расширение его. В этой книге вы получите инструменты, которые помогут вам сбалансировать свою жизнь без всяких дополнительных техник входа в перекошенное состояние, которое вызывает дисбаланс в организме. Лучше приходите к равновесию, самостоятельно и аккуратно расширяя свое сознание. В тот момент, когда вы концентрируетесь на каких-то абстрактных вещах, ваш мозг включается не спонтанно и не из-за того, что вы заставили его включиться, а из-за того, что он реагирует на сигнал: эти вещи дадут вам какое-то определенное понимание. Мозг воспринимает это примерно так: «Это не против меня. Это мне помогает, потому что избавляет от ненужной работы над негативными процессами в моем существовании». Поэтому он будет делать то, что вам необходимо, с полным согласием.

Здесь часто возникает вопрос: как отличить реальность от иллюзии? Ведь можно с тем же успехом нарисовать себе картинку и сказать: «У меня все хорошо». Отличить очень просто. Если меня что-то беспокоит, то я сажусь и делаю медитацию. Если проблема исчезла, значит, медитацию я сделал правильно. А если я посидел в медитации и проблема не исчезла, значит, ничего я там не сделал. Если я вышел из медитации и у меня прекрасное настроение, есть запал, энергия, я иду и с удовольствием что-то делаю или вдруг все, что нужно, начинает происходить, значит, это реальность. Абсолютно так. Но если я себе нарисовал, а это не произошло – значит, я нарисовал. Подход здесь очень простой: есть результат – реальность, нет результата – иллюзия.

Абсолютно все мои медитации (с концентрацией на себе лично) сегодня работают с идеальной точностью и моментальным проявлением в реальности. Например, если у меня есть отрицательные мысли в голове, то я через две секунды могу от них избавиться и не вспомнить больше никогда, потому что я просто-напросто беру и смываю их. Делается это очень просто (рис. 3).

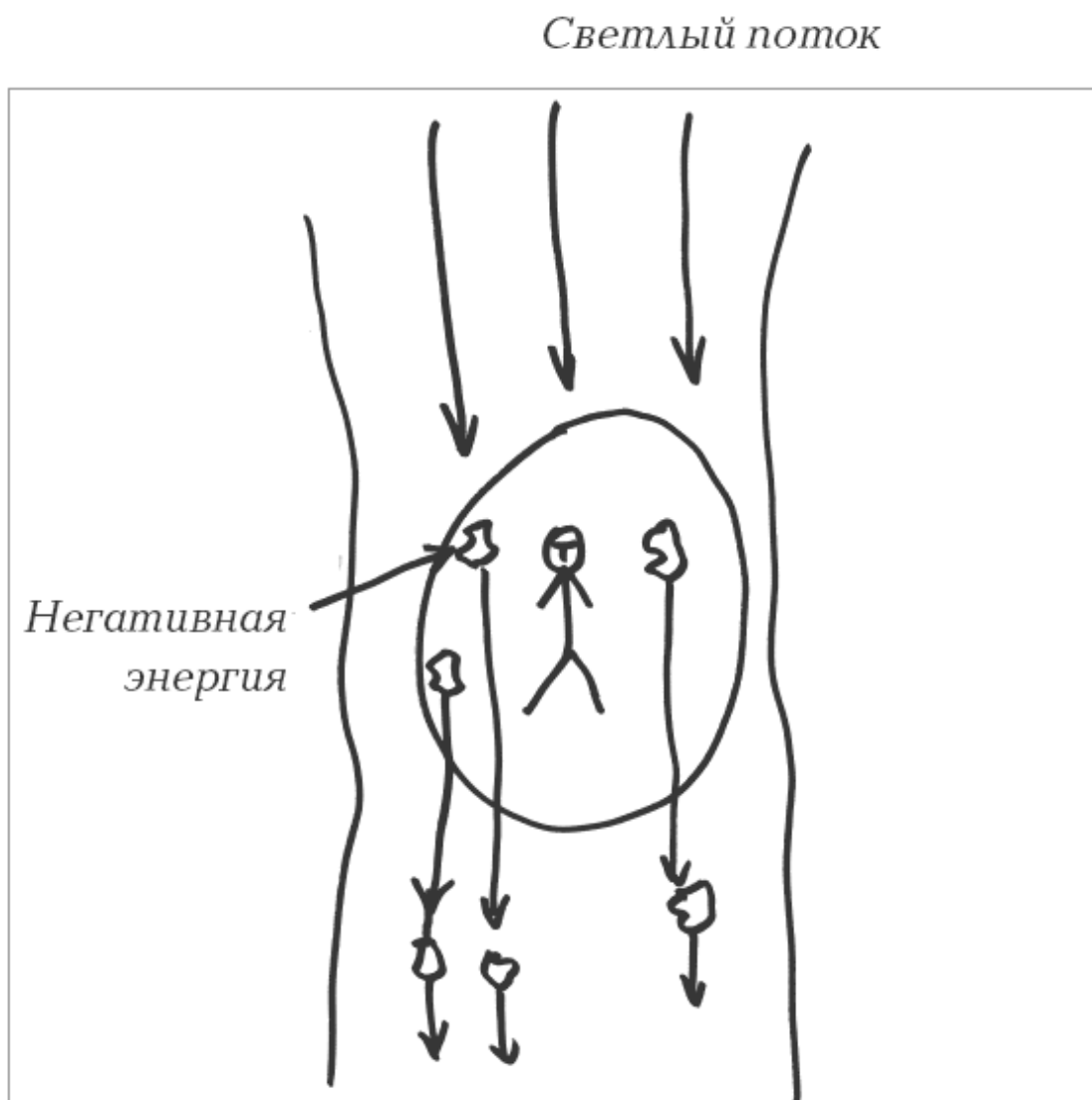


Рис. 3

Необходимо закрыть глаза, представить себе свою ауру, представить, как сверху запускается какой-то определенный поток светлой энергии (цвет не имеет значения). Если где-то в ауре есть какая-то негативная энергия в виде, например, тумана, то чистый светлый поток, который идет сверху, просто выталкивает этот туман вниз и осветляет мою энергетику.

Вот мой подход: есть проблема – нет проблемы, есть негативная энергия – нет негативной энергии. Я ничего не решал, усиленно работая над собой, пытаюсь разобраться, в чем дело, откуда она взялась, для чего тут находится и т. д. Я просто смыл ее из своей жизни, чтобы не решать. У каждого из вас есть возможность осознать, где вы делаете все правильно, а где сами гробите свою жизнь. Любая работа над проблемой – это откармливание этой самой проблемы. Чем больше вы заняты ее решением, тем больше энергии она от вас требует, но сама решаться не будет. Она будет уходить и возвращаться. Дали энергии – ушла, кончилась у нее энергия – вернулась, процесс бесконечен. В один прекрасный момент вы должны будете положить этому конец, просто остановиться, сказав, что перестаете решать проблемы в своей жизни и начнете их просто из своей жизни смывать, как жирные пятна на посуде, как пыль на телевизоре. Понимаете? Можно стоять рядом с горой посуды, выдумывая способы самоочистки этой самой посуды, а можно просто взять и помыть. Все создано

по образу и подобию, все работает по одним и тем же формулам и законам, надо только разглядеть.

УПРАВЛЯЕМОЕ ВОООБРАЖЕНИЕ – КЛЮЧ К РАБОТЕ С ПОДСОЗНАНИЕМ

Как вы уже поняли, я работаю с энергией с помощью воображения. Это прямая работа с подсознанием человека на очень простых техниках. Управляемое воображение – это движение человека в медитации с помощью «экскурсовода» – человека, который знает путь, который сам его уже прошел и может им воспользоваться, чтобы привести другого человека к медитации, то есть к внутреннему пространству.

Чтобы вы не сомневались, я скажу одну простую фразу: каждое наше путешествие в абстрактный мир меняет нашу жизнь. Любое малейшее действие, сделанное правильно во время визуальной медитации, повлечет за собой положительные изменения в вашей жизни, а каждое малейшее действие, сделанное неправильно, повлечет за собой проблему, потому что мы работаем со своим подсознанием, а подсознание – это фабрика, которая выпускает детали нашей жизни. Подсознание нам нарисует то, что мы от него хотим, и произведет соответствующие изменения на физическом плане. Подсознание реагирует на наши мысли, поэтому очень важно очистить мыслительный процесс, чтобы на фоне этой пустоты вы четко смогли увидеть, что за мысли посещают вашу голову, каково их направление, и не дать повода подсознанию строить то, чего вы на самом деле не хотите. Мыслим избирательно.

Вся наша жизнь происходит на двух уровнях: первый – физический, который включает все, что мы видим, ощущаем, слышим или понимаем, второй – метафизический, на котором работает подсознание. Во время медитации мы отключаемся от первого, физического, уровня и автоматически переходим на уровень подсознания, где формируются все основные процессы, которые потом переходят на наш физический план. Поэтому, меняя на этом уровне какие-то течения энергии, меняя какой-то поток сознания, мы фактически влияем на нашу повседневную жизнь и регулируем ее, меняем отношение к нашей каждодневной жизни.

Однажды ко мне пришла женщина, у которой были проблемы с ребенком. Вот она ходит месяц, второй, третий, четвертый, и ничего не происходит. А я ей рассказываю истории о душе ее ребенка, запутавшейся где-то в высших астральных мирах, о негативной энергии, которая ее держит, обо всем, что ее окружает, что она из-за этого не может найти себя и реализовать в нашем физическом мире. Все, что я делаю на процедуре, – это гуляю по астральному миру, выискиваю ее душу и освобождаю от оков, а потом возвращаю обратно в реальное тело. Человеку, которому я это рассказываю, обычно кажется, что это какая-то классная сказка. А я знал, что, как только я закончу работу по переводу души из запутанной ситуации в нашу реальную жизнь, в этот момент все произойдет. В одну секунду абсолютно все поменяется, в один день. Через четыре месяца она ко мне приходит и говорит: «Ты знаешь, я боюсь говорить. – Она постучала по столу. – Все в порядке. Вдруг – контакт с ребенком, вдруг – я самая любимая мама». Вдруг она побежала искать работу... Вдруг, вдруг, вдруг – все разом произошло, поменялось моментально. Поменялось все мышление человека. Откуда оно взялось, новое мышление, если никто ее ничему не учил? Все просто – негативная энергия исчезла, пришла позитивная – и мозг моментально переключился.

Мозг – это субстанция, которая реагирует на течение энергии, проходящей через него. Поэтому в какой энергии находится ваш мозг, такие мысли его и посещают. Если энергия светлая и чистая, то и настроение у вас будет всегда хорошее, дальше додумаете сами, глядя на свое настроение. Я вообще считаю, что плохого настроения не заложено природой.

Плохое настроение – это реакция нашего организма на присутствие в нем чужеродной энергии, рассматриваемой организмом как негативная. Неважно, чья это энергия и как она туда попала, важно, что она внутри и организм реагирует. Единственный вопрос – что с этим

делать? Ответ один – медитация на вывод этой энергии из организма и постановка блокады на ее возвращение, приобретение иммунитета, так сказать.

Все, что вы будете делать в медитации, любые манипуляции, которые вы будете проводить, – это красивые картинки, которые построят вам новую реальность. И чем четче вы будете себе представлять то, что будет предложено в книге, чем глубже будете копать во время этих коротких медитаций, тем реальнее и быстрее вы получите ту жизнь, которую желаете себе сами. Главное – вы должны понимать, что любое ваше действие в медитации, каким бы смешным и наивным оно ни казалось, будет иметь определенные последствия, всегда. Многие с этим столкнулись. А так как мы движемся в положительную сторону, то последствия будут положительные. Всегда.

Многие на первых порах испытывают проблемы с умением представлять образы. Но никаких специальных навыков для этого не нужно. В медитациях, или так называемом управляемом воображении, у всех людей поначалу есть определенные проблемы с воображением. Поэтому мы начнем с самого простого, с представления самых простых вещей, которые потихоньку выведут на определенный уровень, где воображение начнет проявляться более сильно. Тогда человек начинает представлять образы и видеть их без проблем. Поэтому бояться ничего не нужно: во всех медитациях мы развиваем именно эту часть жизни – управление воображением, которое дает нам возможность видеть собственную жизнь в положительном свете и таким образом изменять ее.

Кроме того, совсем не обязательно представлять образы, многие их чувствуют. Многие люди просто по ощущениям знают, что они там. Со временем, конечно, все откроется – и образное мышление, и видение, то есть полностью задействуются все направления развития и работы мозга.

Меня часто спрашивают, чем отличается управляемое воображение от фантазирования. Фантазирование в моем понимании – это простое перебирание мыслей в голове, когда человек сидит и гоняет их, не выстраивая в определенном направлении для того, чтобы они формировали ему четкую жизненную линию. На самом деле большинство мыслей, которые находятся в голове, то есть фантазии, это уход от реальности, и ничего общего с тем миром, в котором человек живет, они не имеют. Мало того, для содержания всего этого мысленного потока нужно колоссальное количество энергии. А где ее вашему организму взять? Конечно у вас, где же еще? Вы ближе всех. С этого момента вы должны понять, откуда берется усталость. Единственный выход для сохранения энергетического запаса и баланса в организме – это освобождение от ненужного мыслительного процесса.

Все, что нужно сделать, – это попытаться освободиться от мыслей и тем самым перейти на уровень, когда вы управляете мыслями, а не мысли управляют вами. Вот это и есть та составляющая визуальной медитации, которая очень важна в моем подходе, предложенном вам, – научиться управлять своими мыслями и тем самым перейти к управлению своей жизнью.

По опыту могу сказать, что с помощью визуальной медитации можно исправить практически все, любые течения жизни и любые ситуации в ней. Если человек идет в негативном направлении, то все беды так и сыплются на него, намекая на неправильный выбор. С помощью управляемого воображения можно развернуться и увидеть свет на своем пути. То есть не пытаться изменить окружающий мир, а, меняя себя в позитивную сторону, изменить свое отношение к окружающему миру, который существовал до нас, существует вместе с нами и будет существовать после того, как нас не будет. Меняя себя, можно прийти к пониманию, что окружающий мир существует в поле житейской энергии без всякой связи с нами. Солнце встает и садится, деревья растут, птицы поют, все вокруг живет. Он всегда был таким, светлым и чистым, просто мы упорно не хотели его таким видеть. Как я вижу этот мир, так он на меня и реагирует. Поэтому, изменяя себя и свое отношение к миру, можно

просто увидеть, что там для меня все уже давным-давно готово, только меня там нет. Просто дайте себе возможность развернуться и увидеть то, что и так существует миллионы лет, то, что создавалось нам на радость, а мы отмахнулись, посчитав, что не это главное.

Самое важное во всем этом курсе, что я никогда не буду использовать никаких непонятных изречений, терминов и фраз, которые неприменимы на практике в реальной жизни. Мне необходимо, чтобы вы обрели нормальную жизнь, а не набрались теории, которую я вам рассказал, впоследствии не зная, что с ней делать. Одна такая визуальная медитация расставит по местам очень много вещей в вашей жизни, избавит вас от многих проблем и вопросов, так что вы даже заметить не успеете. Просто в какой-то момент, оглянувшись назад, вы поймете, что у вас нет каких-то проблем. Они вдруг исчезли.

ПОЛУЧЕНИЕ ЗНАНИЙ ИЗ ТОНКОГО МИРА

Все вы очень много знаете, и это создает множество проблем в вашей жизни. Почему люди лезут в духовное развитие? Потому что им кажется, что все будет легко и просто, но получается наоборот – они усложняют себе жизнь настолько, что, набрав знаний, не соответствующих их уровню и жизни, начинают путаться.

Поэтому первым делом мы займемся тем, что попытаемся отключиться от того, что мы уже знаем, попытаемся забыть весь наш опыт для того, чтобы научиться получать информацию, не заглядывая в дополнительные источники. Нет никакого опыта и быть не может. Есть чужой опыт, опыт чужих школ. Каждая школа дает свою определенную технику, которую надо изучать с самого начала, а не с середины. Всегда. Даже если есть, как говорится, «килограмм мозгов» в голове, это еще не значит, что человек все знает.

Поэтому желательно любое новое направление изучать с начала, а не бежать сразу в конец, крича «я знаю». Потому что «я знаю» – это те слова, те эмоции, которые закрывают знание. В тот момент, когда человек говорит «я знаю», он отрубает себе возможность расширить это знание.

Поэтому все, что я преподаю, основано на принципе «исходить из незнания», «я не знаю, я послушаю». Так, из ста процентов материала девяносто семь вы будете знать, а три процента будет составлять новое понимание, которое и объединит какие-то разрозненные вещи в определенную систему. Поэтому желательно читать эту книгу не с мыслью «я все знаю, я везде был», а с желанием открыть для себя какое-то новое направление в познании мира.

У меня расклад такой. Когда я прихожу к кому-то учиться, то все, что я делаю, – это убираю свое знание, отодвигаю его в сторону, чтобы оно мне не мешало. Потому что если я буду сидеть и анализировать то, что я знаю, и сравнивать это с тем, что до меня пытаются донести, то я никогда в жизни ничего не пойму. Система анализа работает очень сильно, и мыслью можно закрыть все что хотите. Поэтому, читая любую книгу, отбросьте все свои знания, оставьте их на улице. Захотите подобрать – подберете, потом. Я вам гарантирую: сто процентов, что вы не захотите этого сделать, потому что это знание и так у вас есть, никуда оно не денется. Оставить его надо в том смысле, чтобы его груз, который приходится тянуть, перестал давить и ограничивать вас.

Наша задача – найти единственный источник, который дает на сто процентов безошибочную информацию в любое время. Будем нырять в самый центр, потому что хватит ходить вокруг да около своей жизни и говорить чужими фразами. Это, конечно, очень удобно, но не совсем правильно и полезно, потому что проблемы появляются именно с того момента, когда человек начинает жить чужим умом. И неважно, что он считает этот ум своим. Как бы он ни старался себя в этом убедить, этот ум не его, он чужой (родителей, друзей, родственников, коллег по работе, начальника, школы, института). В целом в этом нет проблемы, но если человек найдет еще и себя, свое знание, то это дополнит всю остальную картину и будет связывать все воедино. Тогда все знания, которые у него есть, он сможет использовать намного эффективнее.

Итак, техника получения знания строится по такой схеме: выход из тела, переход на определенный уровень, где содержится необходимое знание, затем получение этого знания и ответов и переход с этими ответами обратно в реальность. Это значит, что после того, как мы получили ответы, мы вместе с ними спускаемся обратно в наше тело, то есть переносим их из духовного мира в мир физический. Если этого не сделать, а просто получить ответы и закончить медитацию, то ответы останутся там, наверху. Вы поймете какие-то вещи, но необходимого действия в реальности не произойдет. То есть понимание придет, а действия

не будет – вы не сможете применить то, что получили. Вы будете знать ответ, но воспользоваться им будет невозможно, потому что вы не впустили его на физический план.

Поэтому вход и выход – это обязательные элементы медитации. Если делать так, как учат некоторые школы («зашли в медитацию и открыли глаза»), то человек некоторое время не сможет прийти в себя, так как его астральное тело застревает на тонком плане, а физическое тело остается без управления. Пока астральное тело спустится обратно, пройдет пятьдесят минут. Бывает, что при работе с энергией чувствуются кратковременные изменения – головокружение, легкая боль в голове или еще какие-то неудобства, но все это проходит через несколько минут, когда тело адаптируется к новым ощущениям.

Но если вас после медитации три дня шатает, то нужно сесть и обязательно вернуться в тело.

Итак, мы научимся получать ответы именно таким образом. Есть теория, которую знают все, и есть то практическое знание, которое вы должны уметь получать и применять в своей жизни. Чтобы получить настоящий ответ, который нужен мне в данной ситуации, я должен закрыть глаза, задать вопрос и получить ответ. Первое, что придет мне в голову, будет правильным. Потому что потом, через несколько мгновений, ум начинает искать логические ответы, подсовывая разные варианты. Нам же нужен голос души, интуиция, прямое знание, ясновидение, яснослышание – неважно, как это называется. И если я смог ухватить этот первый ответ и пошел в соответствии с ним, то я преуспел. Если я махнул рукой и сказал: «А, мне не подходит, потому что я знаю, что должно быть вот так...» – откуда я знаю, что должно быть и как? Кто это сказал? Это чужое знание, не мое. Еще один немаловажный момент: в медитацию заходят с вопросами. Если вы сначала хотите построить то, что желаете увидеть внутри медитативного пространства, то лучше вообще ничего не начинать, потому что вы построите иллюзию, красивую картинку. В нее можно будет поверить, но вряд ли это вызовет то действие, которое вы ожидаете от медитации.

Итак, наше тело – это единственная субстанция, которая является для нас посредником. Посредником, через которого мы можем получать какую-то информацию и перерабатывать ее в понимание. Поэтому тело желательно содержать в чистоте как снаружи, так и внутри, как физически, так и духовно. То есть заниматься какими-то определенными системами развития. Что такое развитие? Развитие – это приход к более полному и глубокому пониманию жизни, вот для чего оно нам необходимо. И если работает человек на заводе, зарабатывает свои деньги и ни к чему больше не стремится, то зачем ему развитие? Он пришел домой, сел около телевизора – вот его духовное развитие. Простое развитие, не духовное. Зато он очень хорошо знает всех политиков, всех звезд, их даты рождения и т. д. Он сидит и складывает в хранилище своей жизни бесполезную информацию. Он таскает этот бесполезный груз и, как было сказано выше, тратит на это огромное количество энергии, сначала на набор, а потом на содержание.

Однажды мне сказали, что никакая информация не может прийти неискаженной через простых людей, которые не являются экстрасенсами, так как при ее получении очень много помех. А я вам скажу: меня не интересуют простые люди. Эту книгу простые люди не читают, ее читают те, кто хочет понять, почему происходят определенные вещи в жизни и как их менять. И еще скажу одну простую вещь: кто хочет возиться с помехами, тот возится с помехами, кто хочет возиться с проблемами, тот возится с проблемами, а кто строит свою жизнь – у того нет ни проблем, ни помех. Я знаю, как достать чистую информацию в одну секунду без всяких помех и искажений. Искажения происходят только в том случае, когда у человека в голове избыток информации и он сам себе забивает возможность получения нового знания.

Есть наш, физический план, а есть тонкий, духовный. Там все чисто и красиво. Сразу возникает вопрос: почему я должен искать там, где пятна и темно? Я не работаю с негатив-

ными энергиями и проблемами, я не работаю ни с чем, что создает проблемы в моей жизни. Я работаю с чистой и светлой энергией, которая окружает меня в каждую секунду моей жизни, течет через меня и дает мне уверенность в сегодняшнем дне, в завтрашнем дне и во всем том, что я делаю. У меня нет сомнений: то, что я делаю, это правильно. Даже если человеку в данный момент кажется, что это неправильно, то через два часа он будет звонить и кричать мне в трубку, что теперь он понял, о чем я говорил и что имел в виду. Я не сомневаюсь в том, что я делаю, даже если вы ничего не понимаете. Потом поймете.

Медитация «Отключение от знания»

Закройте глаза. Представьте пустоту вокруг себя. В этой пустоте найдите стакан своих знаний – полный, доверху. Представьте, что вы держите его и выливаете содержимое в канализацию, после чего возвращаете пустой стакан на место.

Сейчас представьте знание. Оно может быть в виде луча света, в виде столба энергии, в виде светящегося шара, облачка энергии, яркого свечения и т. д.

Затем представьте, что из вашего лба выходит луч, который подключается к этому общему знанию, знанию всего. Неважно, как оно выглядит и где находится. Как только подключение произошло, вы увидели, что энергия по этому лучу начинает поступать в этот стакан и наполнять его, можете открыть глаза.

Комментарий

Вот вы прошли первую ступень своего обучения. Теперь вы знаете, как подключаться к энергии. Представляете энергию, подключаетесь к ней до того момента, пока не увидите, как она начинает перетекать в вашу сторону и наполнять вашу жизнь. Больше вам ничего делать не нужно, потому что мозг воспримет эти вибрации, а затем самостоятельно переведет их в слова, в понимание и в предложения. Мало того, он запустит в действие ваши мышцы – они начнут сокращаться, и вы пойдете только туда, куда должны пойти. Именно так работает духовный уровень: подключились к нему, перекачали себе информацию, отключились, пошли применять.

О ФИЗИЧЕСКОМ И ДУХОВНОМ

При выполнении медитаций нас подстерегает опасность, от которой я хочу предостеречь. Она заключается в том, что в какой-то момент можно потерять связь с реальностью, принять духовный мир за реальный. Медитируя, выходя из физического тела, забыв про реальность, можно «улететь» наверх, в высшие сферы, стать сверхмыслителем, забывая, что надо и работать, жить, заботиться о себе и своих близких в мире реальном.

Был такой случай в моей практике. Ко мне обратился очень богатый человек, работающий в строительном бизнесе. Про него говорили, что он застроил чуть ли не половину Израиля. Во время первой нашей встречи он сказал: «Начал заниматься духовным самосовершенствованием и вдруг... стал банкротом». От бывшего богатства ничего не осталось. Дошло до того, что он не может продать дом стоимостью не один миллион шекелей, чтобы долги покрыть.

А получилось так. Однажды он решил, что ему уже хватит заработанного и теперь можно заняться иным, более любимым делом. Он начал изучать книгу «Зоар» и другие кабалистические труды, сам написал книгу по духовному развитию. К нему стали обращаться за советами, консультациями, он сразу стал популярен. А так как деньги у него были, то за эту работу он денег не брал, считая, что «у меня все есть, я буду людям помогать». Но там, в высших сферах, где определяется наша земная жизнь, только этого и ждали: «Ага, ты хочешь людям помогать? Нет проблем. Мы сделаем из тебя духовного учителя. Мы дадим тебе знание. Дадим все, что хочешь. Мы сделаем из тебя нищего и посмотрим, сможешь ли ты выдержать этот напор. С деньгами ты молодец. Посмотрим, как ты будешь выглядеть без денег». И отняли у него все состояние. Мало того, он начал болеть, да так, что бедняга не знал, куда себя деть, – никакие операции не помогали.

Я ему говорю: «Что ж ты договорился с Ними бесплатно? Бросайся на колени, умоляй, чтобы отменили статус нищего духовного учителя. Потому что еще чуть-чуть, и дойдешь. Прямоком туда полетишь, к Ним». – «Что же мне делать?» – спрашивает он. «Не знаю, – отвечаю я. – Бери пять долларов, десять долларов за консультацию. Бери что-нибудь. Возвращай себе статус земного человека, возвращайся в реальный мир, перестань быть *большим*».

Не знаю, понял или нет, но то, что с этих пор он избавился от эзотерической литературы, – это уж точно.

В нашем деле самое главное – не перепутать, где медитация, а где реальность. Конечно, можно абстрагироваться от жизни. Но зачем? Она же здесь. Абстрагируемся еще, придем на иной уровень, на высший план и увидим воочию, что там и как. Зачем сидеть и гадать? Все, что надо сделать в медитации, – это постараться построить свою земную жизнь таким образом, чтобы она радовала вас и вы не хотели так быстро отсюда уходить. Некоторые люди приходят и говорят: все, я в медитации уже всего достиг, мне неинтересно здесь. Ничего они не достигли. Перепутали жизнь и иллюзию, местами поменяли.

Я понимаю, что *там* хорошо. Я понимаю, что ощущения настолько приятные, что хочется *там* побыть еще чуть-чуть. Но вы должны понимать, что живем мы *здесь*, а не *там*. Мы живем не в духовном мире, а в реальном. А для того, чтобы здесь жить, нам нужно учитывать несколько аспектов. Помогать людям – это хорошо, в этом нет никаких проблем, но нужно ведь на что-то жить. Первый вариант – ждать милости от жизни, но есть и второй вариант. Я считаю, что я могу попросить у Всевышнего, у ангелов-хранителей или каких-то иных посредников, которые находятся в тонком мире (не будем называть их имена). Если я могу попросить, то я могу получить.

Как сделать так, чтобы получить то, о чем просишь? Именно для этого люди начинают заниматься духовным развитием – чтобы получить жизнь, которая удовлетворяла бы их. То, что человек ищет какого-то высшего предназначения и возможности помогать людям, – это только красивые слова. Если у нас все хорошо, то нам никто не нужен.

А тот, кто уже смог достаточно прочно утвердиться в жизни, встает на путь духовного развития, чтобы однажды найти того, кто ему скажет: ну что, у тебя уже все есть, ты всего достиг, теперь давай поделись. И большинство из тех, кто идет делиться, теряют все, потому что в этот момент происходит дисбаланс энергии. Как правило, человек привык помогать тогда, когда его не просят. Видеть, нужна твоя помощь или нет, – это одна из основных задач биоэнергетики. Сможешь ли ты помочь или своей помощью навредишь, и не только себе? Так вот, чтобы в этом разобраться, нам и нужно научиться *видеть* энергию.

КАК ВИДЕТЬ ЭНЕРГИЮ

Энергия не имеет ни цвета, ни формы, ни каких-то параметров, которые мы привыкли себе представлять. Энергия абсолютно бесцветная, она бывает либо в движении, то есть в динамике, либо в статическом состоянии – одно из двух. Третье состояние, может быть, и есть, но нам оно пока не открылось. Если я знаю, что меня окружает энергия, но я ее не вижу, это не значит, что ее нет. Просто я ее не вижу, потому что она находится в статическом состоянии, то есть не приведена в движение. Если она не приведена в движение, это не значит, что ее нельзя привести в движение. Просто нужно сконцентрироваться настолько, чтобы силой своей мысли это движение *запустить* и преобразовать эту энергию в то, что нужно мне, таким образом поменяв вокруг себя ситуацию не только на энергетическом, но и на физическом плане. Например, если есть ситуация, которая мне не нравится, то мне нужно ухитриться так ее поменять, чтобы она мне нравилась или хотя бы не мешала.

Тогда я могу взять какой-то конкретный сегмент в той энергии, которая находится вокруг нас. Например, можно выделить часть этой энергии, которая находится впереди меня. То есть впереди себя я могу нарисовать какую-нибудь структуру, например в форме облака, – облако светлой положительной энергии впереди меня. Я его представил, я его вижу в своем воображении. Это облако – исходный материал, я могу преобразовать его в любой образ, который захожу. Картинка может быть конкретная, например автомобиль или дом, картинка может быть абстрактная – успех, радость, здоровье. В целом это абсолютно неважно. В духовном мире не имеет значения, что и как вы себе представляете. Тем более неважно знать, как это происходит. Почему? Потому что там все происходит только так, как вы этого хотите, как вам удобно. Хотите увидеть ангелов с крыльями – увидите с крыльями, хотите без крыльев – увидите без крыльев. Хотите увидеть ангелов в виде белого пятна – увидите в виде белого пятна. Хотите увидеть ангелов в черных мантиях – увидите в черных мантиях. То есть я способен *включить* в соответствии со своим опытом и имеющимися знаниями то воображение, те образы, которые я могу себе позволить. Тот, кто работает за компьютером, может проявлять образы в виде каких-то компьютерных программ, если ему так удобно. Тот, кто работает на заводе, может воспринимать энергию как работающие станки, которые можно остановить, перезапустить, починить, наладить и т. д. Ассоциации – это один из инструментов, которыми вы можете пользоваться. Не переживайте, вас *там*, наверху, поймут.

Это первоначальный этап. На следующих этапах вы достигнете состояния, когда воображение будет включаться спонтанно, и вы будете видеть то, что, казалось бы, не можете увидеть, то, что не сможет уложиться ни в рамки вашей логики, ни в рамки того знания, которое у вас есть. Вы начнете видеть потоки, перемещения энергии, лица или структуры, которые никогда ранее не видели и не знали. На этом уровне ваш мозг станет открытым для того, чтобы воспринимать вибрации и переводить их в образы.

Когда человек только начинает свой духовный путь, он, как правило, видит все или темным, или белым. Потом начинают появляться цвета, потом цвета исчезают, начинают появляться образы (слуховые или зрительные) и ощущения. Потом это все тоже исчезает, и в один прекрасный момент появляются тонкие темно-серые линии и движения. На самом деле темно-серые цвета – это цвета очень тонких материй, очень тонких энергетических слоев. Когда человек начинает улавливать настолько тонкие движения энергии, то, как правило, в этот момент большинство людей, которые движутся к духовным высотам, возвращаются обратно. Почему? Потому что в тонких мирах надо очень внимательно относиться к каждому своему действию, к каждому своему движению, а это очень сложно. Возникает путаница. Человек теряет направление. Приходит хаос, непонимание. Это самый сложный период в духовном развитии. Поэтому большинство возвращаются обратно к цветам, образам, туда,

где все ясно и понятно. Но если человек выдерживает этот этап, а он может длиться годами и никто не сможет сказать, когда он закончится, то следующим этапом идет так называемое яснознание. Визуализация как таковая пропадает, она больше не нужна. Человек просто начинает знать, ему не нужно пытаться что-то увидеть, чтобы получить любой ответ на любой вопрос. Кто-то способен, сможет добраться до этого уровня, кто-то – нет.

А мы с вами начнем с того, что будем учиться визуализировать образы и верить в то, что видим. Верьте всему, что видите, даже если вы увидите какие-нибудь глупости. Почему? Потому что сначала будет хаос. Всегда. Один парень мне кричал на протяжении целого года: «Я ничего не вижу, черный экран». Я говорю: «Очень хорошо. Вот черный экран – это и есть то, что ты видишь». Когда он понял, что увиденное им – это уже реальность, потому что он смог это озвучить, у него вдруг побежали белые пятна по экрану, потом – цветные. А потом, как говорится, экран разогрелся, включили картинку, и парень вдруг начал видеть.

Мои курсы целительства посещала одна женщина, потомственный врач. Она на протяжении шести занятий констатировала, что ничего не видит. Я говорю: «Смотри на человека и расскажи, где у него проблемы». – «Я ничего не вижу. Вот я смотрю на него как дура и не вижу ничего». – «Смотри». Она сконцентрировалась и говорит: «Вот здесь у этого человека проблема, а еще здесь и здесь. Но ведь не вижу! Мне просто показалось, что здесь идет какое-то затемнение». Мы вместе подошли к человеку, которого она рассматривала, на расстояние трех-четырех метров, и оказалось, что она все сказала правильно, вплоть до названия болезней. Так бывает, когда человек верит в то, что видит. Ему представляется на первый взгляд, что все только «показалось». Но это неважно, в этом ничего страшного нет, потому что постепенно он начнет отличать то, что есть на самом деле, от того, что показалось.

Чтобы *увидеть*, надо только осознать, что все вокруг нас есть скопление огромного количества энергии. Мы сами – это огромная энергетическая станция. Когда человек говорит: «Я не смогу, потому что у меня нет энергии», он ошибается. Как у меня не может быть энергии, когда я сам и есть энергия! Мы состоим из энергии, энергия строит атомы, атомы строят молекулы, а дальше результат налицо – из молекул построено абсолютно все. Весь мир – это огромный энергетический потенциал, который можно задействовать. Вокруг нас огромное количество энергии, просто мы этого не знаем или не хотим знать. Так нас учили: то, чего не видим, не существует.

Энергия призвана подчиняться нам, чтобы мы смогли построить из нее то, что необходимо в жизни.

Если меня спросят: «Как энергия может подчиняться нам?» – то я отвечу: «Очень просто!» Дом стоит? Машина едет? Вот вам и ответ – все это скопление энергии в пространстве в соответствии с тем, что человек увидел у себя в голове! Значит, пока вы не увидите, вы не сможете построить ничего. Это и есть ясновидение – увидеть то, что нужно получить.

Так вот, все, что я должен сделать, это привести вас к пониманию и знанию: вы уже обладаете необходимым вам количеством энергии. Просто нужно понять, как этот механизм работает, чтобы запустить тот энергетический запас, который у вас уже есть.

Как запустить? Биоэнергия, которая строит все живое на земле, обладает определенным интеллектом, который намного выше нашего и может включаться или выключаться по нашему желанию. Я могу запустить эту энергию, могу ее остановить. Что значит «могу»? Это значит, что, общаясь с этой энергией, я могу направить ее в определенное русло, чтобы она сделала для меня какую-то работу. Я могу наделить ее конкретным сознанием, которое мне от нее нужно. Например, когда я вижу ангела, это не значит, что он вдруг ко мне прилетел. Он всегда здесь был, просто та статическая энергия, которая есть вокруг меня, вдруг сформировалась в нужный мне образ и проявилась в динамике. Другими словами, те ячейки, которые есть вокруг нас, заполнились информацией и *запустили* энергию, которая и так присутствует в них.

И в тот момент, когда я *запускаю* внутри себя тот двигательный, информационный и мыслительный процесс (желаемый мною), то Вселенная (или духовный мир) под меня подстраивается, потому что она-то меня понимает. Ей не надо объяснять, что я имел в виду. Мысль, которая промелькнула во мне, уже подхвачена и запущена в работу. Единственное, что нужно проконтролировать, – чтобы все делалось так, как необходимо мне. Это и называется «управление энергией». После того как я включил какой-то определенный энергетический поток, я должен направить его туда, куда мне нужно. Для того чтобы направить его в нужное русло, я должен знать, о чем думать в этот момент, куда и для чего направить энергию. Это и есть три составляющие, которые я мысленно должен совместить.

Поэтому необходимо уметь концентрироваться, чтобы в тот момент, когда вы входите в медитацию и начинаете работать с энергией, вас не захватывала какая-то мысль, не имеющая отношения к этому действию, и не увлекала в прошлое, на работу, домой, к детям или еще куда-нибудь. В момент работы вы должны концентрироваться только на том, что делаете, чтобы вас не уносило в сторону и вы смогли получить ожидаемый результат.

ВХОЖДЕНИЕ В ЭНЕРГИЮ

Итак, энергию можно представлять как угодно. Я работаю с так называемыми энергетическими столбами. Есть энергия, она проявляется в нашем мире в виде течений. Течения энергии проявляются в виде лучей, которые могут изменять свою структуру и направление. И я считаю, что если уж это луч, то он должен быть цилиндрической формы и уходить в бесконечность. Вот такое мое упрощенное видение энергии. Можно сказать, что это столб, можно сказать – луч, можно сказать – свет, поток, течение, – все, что хотите. Просто энергетический столб легче визуализировать, так как все мы знаем, что такое столбы и как они выглядят. Правда, речь не идет о железобетонных столбах, стоящих на улице. Столб энергии, как правило, – это прозрачная, светлая, во многих случаях переливающаяся разноцветьем структура. Энергия внутри столба может течь, переливаться, стоять, двигаться и т. д.

Течение энергии может идти в любом направлении – сверху вниз, снизу вверх, по спирали, волнами, равномерно или хаотично, по часовой стрелке или против, – это абсолютно неважно, потому что, находясь сознанием в другом измерении, мы не можем определить, где верх, а где низ (например). Когда мы закрываем глаза, мы оказываемся в пустоте, где сами определяем, что считать верхом, а что – низом. По этим бесконечным каналам вместе с потоками энергии можно путешествовать. Это основное, что нужно уметь для того, чтобы переходить из одного состояния в другое, отключившись от жизненных обстоятельств.

Столб энергии мы будем представлять примитивно. Например, представьте, как будто перед вами вырос столб энергии (рис. 4). Ему надо дать название, а то это так и останется столбом нейтральной энергии, например «столб энергии этой книги». Другими словами, вам просто надо представить, как на столбе появляется надпись: «Книга „Лицом к жизни“». Можете в своем воображении просто написать эту фразу на энергетическом столбе, который вы увидели, рассмотреть его, а затем мысленно войти в него и раствориться.

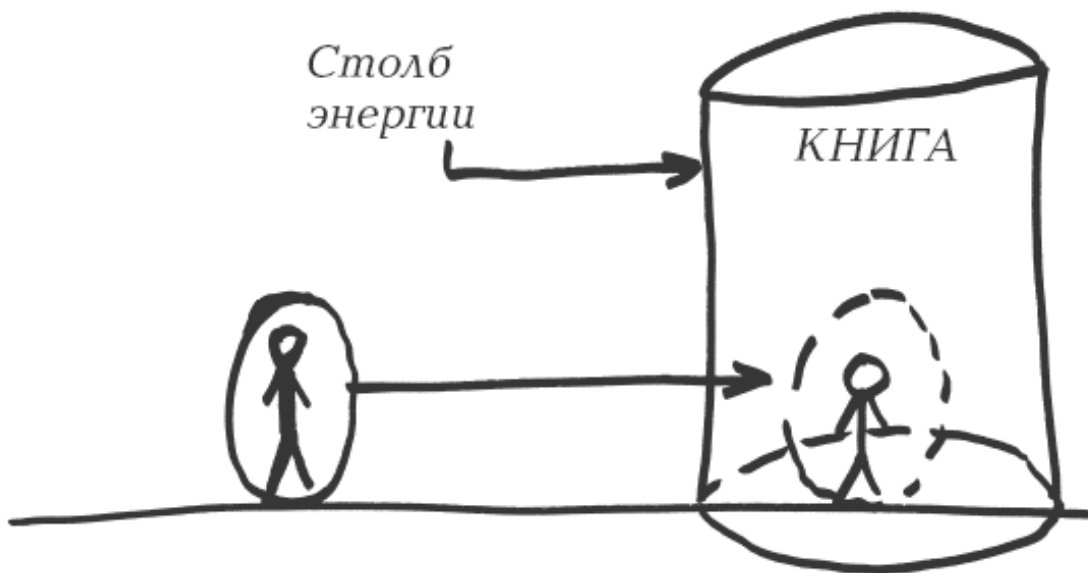


Рис. 4

Все, что не соответствует данной энергии, как бы мысленно оставьте перед столбом. Мысли, беспокойство, страхи, тревоги, долги... Жизненную спешку тоже оставьте. Торопиться некуда. Как только оставили все рядом с энергией, сделайте шаг внутрь нее, ощутите,

что вся она теперь находится вокруг вас. Как только ощутили это, начинайте растворяться в ней, пока не почувствуете, что тело исчезло, остался только столб энергии, которым вы стали. Растворите все – руки, ноги, ногти, волосы, глаза... Если вы увидели, что, например, печень не растворилась, значит, там что-то не в порядке, она чем-то заблокирована. Тогда надо постараться вычистить проблему, выделив из столба наружу. Если после этого печень растворилась – значит, блок из нее ушел. Через какое-то время печень перестанет болеть.

Как только вы растворились полностью, попытайтесь одновременно с четырех сторон посмотреть на себя. Внутри, сверху, снизу, с боков, с углов. Потом растворите этот энергетический столб в себе. Растворите его в своем теле, сидящем здесь, и станьте энергией этой книги, чтобы вся информация, которую вы получаете, получало также и ваше тело – полностью, от начала и до конца. Как только закончите, можете открыть глаза.

Все, кто ходит на мои курсы, перед каждым занятием входят в энергию занятия и растворяются в ней. Делается это не только для того, чтобы подготовиться слушать меня, а для того, чтобы читать энергию, которая присутствует во время занятия. Потому что я могу такое говорить, что вообще никто ничего не поймет, но если читать энергию, то через два-три часа, через два-три дня, через две-три недели, через десять лет обязательно придет понимание.

Итак, мы будем использовать энергоинформационные столбы для того, чтобы понять глубинную суть вещей. В этих столбах присутствует абсолютно вся информация. Почему именно столбы? Потому что та энергия, которая всегда присутствует вокруг нас, находится в статическом состоянии. Она не представляет для нас никакого интереса. Для того чтобы она начала представлять интерес, мы должны структурировать ее, то есть вызвать в ней определенные вибрации для придания ей определенного вида. По этому виду мы будем знать, что это именно та энергия, в которую нужно зайти, раствориться и получить информацию. Тогда организм получит ее целиком, впитает в себя. Чтобы она осталась не только на уровне ума и сознания, а полностью зашла внутрь. Чтобы медитирующий всем своим нутром, всей своей сущностью осознал, какой следующий шаг, какое действие он должен совершить, то есть получил ответ на вопрос «Что нужно сделать, чтобы решить эту проблему?».

В каждой энергии есть составляющие ее энергии, в которых тоже есть составляющие. И так мы можем заходить в энергию все глубже и глубже. Вот простой пример. Прежде чем прийти на работу, мы сначала подходим к зданию, в котором мы работаем. Двигаясь по этому зданию, мы заходим в свой кабинет. Когда мы зашли в свой кабинет, мы находим свое рабочее место. Вот уже три составляющих элемента, и у каждого своя энергия. И каждый элемент находится внутри предыдущего. На рабочем месте есть конкретная работа, которую надо делать. Ее энергия еще глубже. И чтобы сделать эту работу быстро и эффективно, я должен одновременно находиться во всех этих энергиях.

Встречаются люди, которые не увлечены своей работой. Внешне они заняты какой-то деятельностью, а в это время их мысли совсем в ином месте. Если вы на работе думаете о чем-то постороннем, то считайте, что вы на работу даже не пришли. Вы все еще находитесь дома, а не на работе. Соответственно, в это время на энергетическом уровне вашего тела идет разрыв. В результате начинает болеть спина, потом желудок, потом печень, потом голова. Если человек не находится в энергии работы, будучи на работе, он энергетически разорван.

Чтобы раствориться в энергии работы, представьте себе столб энергии и напишите на нем: «работа». Так вы будете знать, что это энергия вашей работы. Зайдите внутрь этой энергии, растворитесь. С этого момента вы будете получать стопроцентную защиту, полное сопровождение и все знания, которые вам нужны на данный конкретный момент. Начнете правильно реагировать на, казалось бы, нестандартные ситуации. Отвечать на вопросы, которые еще вчера были для вас неразрешимы. Если вам не нравится ваша работа, то, поверьте мне, с помощью этой простой техники вы станете идеальными работниками через короткое время. Вас начнут уважать, с вами начнут считаться, к вам начнут прислушиваться.

Просто не забывайте утром, перед работой, зайти в энергию работы. Энергия, которая начнет проходить через вас, будет давать вам защиту и информацию, вне зависимости от того, хотите вы этого или нет. А вся негативная энергия будет просто смываться, не касаясь вас. Кроме того, вы сможете сделать ту же самую работу без ошибок в короткое время и с наилучшей отдачей для себя и для предприятия.

Техника, которую мы сейчас использовали, – это техника прямого получения информации, так называемое прямое знание. Эти энергетические столбы можно так и назвать: «Система получения прямого знания». Вам больше не нужно ничего искать для того, чтобы получить ответ или информацию с другого уровня. Вам нужно просто закрыть глаза, представить столб энергии под этим названием, зайти туда и раствориться. И вы автоматически начинаете *получать*. Через какое-то время произойдет озарение. Вы вдруг поймете, что надо делать. Дверь откроется.

Возьмите и поэкспериментируйте. Один день не входите в энергию, законспектируйте или запомните свой день и посмотрите, сколько вы потратили на работу, а потом, на второй день, войдите в энергию, проследите ход своих мыслей и тоже запишите. А потом сравните, в чем разница, и вы увидите, что, во-первых, вы стали меньше уставать, а во-вторых, благодаря концентрации на том деле, которым вы занимаетесь, вам необходимо гораздо меньше времени. То, что вчера надо было делать десять часов, сегодня вы смогли сделать за два. Это значит, что вы смогли сжать время. Еще один вариант: если у вас что-то не получается или вы что-то не хотите делать, но делать надо, то засуньте себя в энергию этого дела. Она сама запустит нужный вам процесс, и вы сделаете необходимую работу с удовольствием и очень быстро.

Это универсальная техника, которая подходит на все случаи жизни. Хотите получить работу – растворитесь в ней. Хотите наиболее эффективно выполнить работу – растворитесь в ней. Представьте себе работу в виде столба энергии, напишите на нем «РАБОТА», зайдите туда, растворитесь, и так каждый день. Утром зашли, растворились, вечером вышли. Хотите дома спокойных отношений – растворитесь в спокойных отношениях в семье. Хотите денег – растворитесь в деньгах, растворите их в себе. Хотите преуспевать – растворитесь в энергии успеха. На столбе энергии вы можете написать любое слово, а дальше энергия сама под вас подстроится и направит туда, где есть то, что вы ищете. Она-то знает, чего вы хотите. Едете в машине – попробуйте зайти в энергию машины. Вы увидите, что дорога вдруг стала пустой, все светофоры вдруг стали зеленые. Хотите быстро доехать до работы, зайдите в энергию дороги. Сядьте дома, зайдите в энергию дороги и представьте, как вы проезжаете по ней на работу. Так вы увидите разницу между тем, когда вы едете в обычном состоянии, и когда едете, находясь в энергии дороги.

Поэкспериментируйте с этим, только не забывайте выходить из энергии. Зашли, сделали действие, вышли из энергии. Приехали на работу, зашли в энергию работы, растворились. Рабочий день закончился – вышли, сказали «спасибо», пошли дальше.

Имейте в виду, что каждый раз энергия будет выглядеть по-другому. Не пытайтесь ее подстроить под то, что было вчера, потому что энергия – это вещь динамическая, она меняется каждую секунду. То, что было вчера, не обязательно будет сегодня. Поэтому не надо заикливаться на том, что было вчера. Если вчера было хорошо, отпустите это хорошее, потому что сегодня придет что-то другое.

Чего я хочу добиться этой практикой? Хочу, чтобы вы могли в каждый момент времени находиться только в той энергии, которая вам нужна именно сейчас в вашей жизни. Чтобы вы не думали о том, что будет завтра или что было вчера. У вас не должно быть никаких проблем с тем, чтобы создать себе любые условия, войти в них и раствориться. Мало того, такие медитации вам очень пригодятся, если вы захотите потом поменять какие-то ситуации в своей жизни. Та энергия, в которой вы находитесь, – это и есть энергия вашей жизни, а

в своей жизни вы можете поменять абсолютно все, что хотите. Но если вы захотите влезть в энергию жизни другого человека и поменять какие-то составляющие его жизни, то вам дадут ТАМ по голове. Об этом я хочу вас предупредить. Для того чтобы поменять ситуацию, надо поменять ее внутри себя, то есть изменить себя в этой ситуации. Тогда сама ситуация изменится автоматически.

Медитация «Вхождение в энергию универсального знания»

Закройте глаза. Почувствуйте, как волна расслабления бежит по вашему телу от самой макушки. Просто представьте себе энергетическую субстанцию светлого бело-голубого свечения, которая как теплая, нежная глазурь льется вам на темя и равномерно растекается по всему диаметру вашей головы, спускаясь по лбу, затылку, проходя через глаза, щеки, расслабляя челюсти, шею, спускаясь на плечи. Все, что она покрывает, продолжает светиться бело-голубым прозрачным светом. Энергия спускается дальше вдоль спины, на плечи, полностью обволакивая тело со всех сторон, спускается к животу, покрывая тело этой тонкой энергетической глазурью. При этом почувствуйте, что поток этой энергии постоянно льется на голову, спускается по рукам к запястьям, обволакивая полностью тело, спускается к животу, к бедрам.

Обволакивает кисти рук, спускается к коленям, голени, ступням и пальцам ног. Теперь вы полностью погружены в эту субстанцию. Представьте, как она начинает проникать, впитываться с поверхности кожи внутрь вашего тела к каждому органу, покрывая и наполняя каждую клетку энергией. Не закливайтесь на органах, просто наблюдайте этот процесс. Не регулируйте его и не делайте ничего для этого, просто наблюдайте, как эта энергия заполняет собой ваше тело. Тело становится абсолютно прозрачным с бело-голубым свечением изнутри. Никаких блоков, никаких посторонних включений, все равномерно заполнено этой энергией. Наблюдайте этот процесс и ничего не делайте для того, чтобы замедлить или ускорить его, не пытайтесь направить эту энергию туда, где еще что-то не заполнено – оно заполнится через некоторое время.

Посидите так некоторое время. А сейчас представьте себе, что перед вами поднимается столб энергии под названием «всеобъемлющее знание». Широкий, объемный, переливающийся разноцветьем красок, искрящийся, теплый, манящий. Это энергия знания, которое вам нужно получить здесь и сейчас. Заходите в эту энергию. Растворяйтесь в ней полностью. Становитесь этим знанием, этой энергией. Ощущайте, как знания начинают протекать сквозь вас. Не анализируйте. Остается только то знание, которое необходимо в вашей жизни. А то, которое не нужно, протекает мимо. Не делите его на нужное и ненужное, тело само возьмет. Интуитивно вы знаете, что вам понадобится сейчас, и через год, и через десять лет, поэтому только то, что понадобится вам, отложится внутри вас.

Все остальное – ненужное, все остальное – энергетический мусор, который вам не нужен. Он проходит мимо и исчезает в бесконечности. Представьте, как все наслоения откопываются и падают. Все, что не ваше, все, что было собрано вами в прошлом и не представляет никакой ценности в вашей жизни, слой за слоем смывается, оставляя лишь основную базу, которая содержит основные формулы. Не бойтесь остаться без информации – вас никогда не оставят без нее. Энергия, в которой вы находитесь, содержит в себе все, что вам нужно. В тот момент, когда вам это понадобится, оно у вас будет. Перестаньте бежать за пустыми, не имеющими смысла вещами. Продолжайте набирать знания, а как только почувствуете, что готовы, можете вернуться в свое тело и открыть глаза.

Медитация «Выход из энергии универсального знания»

Как только мы почувствовали, что наполнились знанием, выходим из энергии универсального знания, сконцентрировав и собрав себя там. Выходим из энергии, забираем оттуда знания, которые получили, оставляя столб впереди себя. Дав ему возможность исчезнуть, возвращаемся в свое физическое тело, распределяя полностью знания, полученные внутри этого энергетического столба. Распределить можно в голове, можно по телу – работайте на интуиции. Как только ощутили, что все распределилось по местам, что вы вернулись, представьте столб энергии своей повседневной жизни и зайдите туда. Может быть, вы увидите там какие-то вещи, которые могут произойти сегодня. Желательно раствориться в своей жизни полностью.

ЧТЕНИЕ ЭНЕРГИИ

Если вам необходимо увидеть энергию чего-либо, не старайтесь ее искать. Все, что вам нужно, постоянно присутствует рядом с вами. Постарайтесь дать **указание** энергии на то, чтобы происходили нужные вам события. Любая работа с энергией должна начинаться со слов «поднять энергию...». В тот момент, когда вы говорите «поднять энергию того-то», вы даете указания окружающему миру сконцентрировать какие-то силы и дать возможность увидеть подъем конкретной, необходимой вам энергии. И если энергия этого предмета или ситуации существует в природе, то, как правило, она поднимается. Но если вы задумали что-то, чего быть не может, чего не существует в природе, то энергия, скорее всего, останется недвижимой.

С помощью этой техники можно легко заглянуть в недалекое будущее. Это инструмент, который позволяет избежать ошибок в жизни, свести их к минимуму и начать делать правильные шаги, сверяя их с той биоэнергетической системой, которая существует уже миллиарды лет. Из этой энергии построено все вокруг, и для того, чтобы пребывать в гармонии с ней, мы используем эти несложные техники. В тот момент, когда вы пытаетесь посмотреть на несколько шагов вперед, вы можете делать это логически, а можете делать спонтанно, то есть подняв энергию.

Итак, любое действие с энергией мы начинаем со слов «поднять энергию». Например, можно поднять энергию столовой ложки, или какого-то человека, или какой-то ситуации, которая должна произойти. Если это будет относиться к заведомо проигрышному делу, то энергия даст вам возможность понять, что в этой ситуации вам либо нечего делать, либо вы не добьетесь победы. В таком случае энергия, скорее всего, опустится, то есть вместо подъема столб пойдет вниз и впереди образуется яма. Ситуации тут могут быть разные: собеседование при поступлении на работу, получение заказа, подписание договора, разговор с начальником – неважно. Это может быть любая конкретная ситуация, которая должна произойти в ближайшее время. Вместо того чтобы идти туда наобум, возьмите и поднимите энергию этой встречи, посмотрите, что происходит, как выглядит энергия. При этом, если вы видите неблагоприятный исход, не пытайтесь навязать себе мысль, что все будет хорошо, не будьте наивными. Поднимите энергию и посмотрите: если увидите, что поднимается светлая, чистая или разноцветная энергия, – все в порядке, можете спокойно идти. Также перед самым входом, минут за десять-пятнадцать до встречи, поднимите еще раз эту энергию, зайдите в нее, растворитесь в ней и найдите себя там, в этой встрече. Это и есть подготовка. И как мы говорили раньше, энергия сама за вас сделает часть работы. Если вы видите, что энергия опустилась или осталась неподвижной, подобно воде в болоте, то на этой встрече делать вам нечего. И что бы вы ни делали, если энергия падает или не поднимается или имеет грязные оттенки, то, скорее всего, вас ждет неудача. Вы должны понимать: есть ситуации, в которых у вас просто не хватит силы для того, чтобы изменить в свою пользу.

Для того чтобы повысить свой энергетический уровень, добавить силы, существуют так называемые методы наполнения, набора энергии. Кто-то использует для этого дыхание, кто-то разные йоговские техники, цигун, тай-ци и т. д. Мы не будем повторять уже существующее, а будем учиться наполняться энергией «на ходу», в любом месте, в любое время.

Медитация «Наполнение энергией»

Данная медитация – это работа с универсальной энергией, которая не связана ни с цветом, ни с запахом, ни со вкусом, ни с определенной структурой. Она абсолютно прозрачная.

Эта прозрачность имеет голубоватый оттенок, поэтому энергию можно представлять в виде какой-то бело-голубой прозрачной субстанции.

Закрывайте глаза. Представьте себе, что где-то наверху открыли небеса и оттуда пошел дождик. Идет энергетический дождь, поливая вас своим теплым, свежим, чистым дыханием и ароматом. Представьте, что ваше тело – это емкость, которая шире вашего физического тела на несколько сантиметров. Эта емкость наполняется дождем, наполняется прозрачной, чистой, приятной, теплой, свежей энергией. Энергия в виде прозрачной бело-голубой жидкости наполняет эту емкость. Как только энергия дойдет до вашей макушки, нужно будет этот дождик прекратить, чтобы не было перебора. Как только вы наполнились, можете вернуться обратно в реальность.

ГЛАВА 2

ВОПРОСЫ, ВОЗНИКАЮЩИЕ НА ДУХОВНОМ ПУТИ

Как только вы пришли к пониманию, что такое Бог, начинайте сначала, потому что это все равно не будет полным определением. Это лишь маленькая доля того, что есть на самом деле.

ЧТО ТАКОЕ ПРОСВЕТЛЕНИЕ. УЧИТЕЛЯ И УЧЕНИКИ

Согласно моим наблюдениям, просветленные не могут встретиться друг с другом здесь, на Земле, потому что у них есть определенные зоны влияния. У каждого просветленного есть некая зона высокого напряжения, которая не дает возможности другому просветленному к ней приблизиться. Если развернуть эту систему на плоскости, то получится такая картина: каждый учитель подключен к высшему свету и своей энергией освещает определенную область на поверхности Земли. Каждый в своей энергии получает определенный луч, и у каждого из них есть свои ученики, последователи и т. д. Если один из учеников получает этот луч (получает подключение свыше), то тут же выходит из системы учителя и организует свою собственную систему, потому что в системе учителя он не может больше находиться.

Такой ученик больше никогда в жизни не придет к учителю спрашивать, что делать в той или иной ситуации. Тот ученик, который достиг просветления, никогда в жизни этого не сделает, но не потому, что эго не даст, не потому, что он не уважает учителя, а потому, что он не станет проверять или сверять свое знание. Он сможет прийти, чтобы обсудить какие-то другие дела, посмеяться, чайку попить, поговорить на отвлеченные темы. Но свои профессиональные вопросы он больше никогда в жизни не будет обсуждать с учителем. Этот ученик достиг, он вышел, он начинает нарабатывать свою базу. Он может сохранить знание, данное ему учителем, он может от него избавиться, поняв какие-то вещи. Ему уже не нужны знания учителя. Два этих человека, как магниты с одинаковыми полюсами, расходятся на определенное расстояние.

Мне часто предлагают встретиться с тем или иным учителем. Но единственный вопрос звучит у меня в голове в этот момент: «Для чего?» Обмен опытом? А зачем? Если он подключен к универсальному знанию, ему мой опыт не нужен, он и так прекрасно ориентируется в своей жизни. Если он не подключен, значит, он не учитель, а преподаватель. Тогда мне с ним не о чем разговаривать, ведь все, что он будет делать, – это сыпать заученными фразами, порой вообще не понимая, о чем говорит. Вот эту картину я увидел в ответ на вопрос: почему я не хочу встречаться с каким-то там учителем. Зачем мне с ним встречаться? Послушать то, что я и так знаю? Удостовериться, что он знает то, что знаю я? Мне этого не надо. У меня есть знания, которые есть у тех, кто достиг, поэтому мне не нужно лишний раз убеждаться, прав я или нет, мне незачем лезть в чужую систему и спорить с кем-либо, отстаивая истину. Истина одна, и в споре она не рождается.

Однажды меня спросили, были ли в моей практике случаи запуска ста процентов человеческого интеллекта. Мне такие случаи неизвестны, и никому неизвестны. Потому что невозможно сказать, что у одного человека работает двадцать процентов интеллекта, а у другого пять процентов. Определить это невозможно.

Продолжение вопроса было таким: «Если физиологи констатируют, что у человека задействовано лишь пять процентов интеллекта, то, быть может, сам Создатель позаботился

об этих пяти процентах, чтобы люди не могли наломать дров? А то ведь сколько бед на планете из-за этих пяти процентов». Так вот беда не от пяти процентов, беда – от отсутствия интеллекта, а не от его количества. И если завтра «включить» у всего человечества больше чем пять процентов интеллекта, то мир изменится моментально в лучшую сторону, потому что люди поймут, что энергия Создателя бесконечна, что делить нечего, что я могу взять столько, сколько хочу, потому что у Создателя есть все для всех.

У меня такое отношение к Богу. Я считаю, что это некая универсальная энергия, у которой нет определенного места жительства. Хотелось бы верить, что есть какое-то место, с которого Бог наблюдает за всем, потому что нашим мозгом понять и принять это очень тяжело. Нам удобнее всего представлять Бога в виде какой-то определенной формы, с которой легче общаться, но Бог, к сожалению, не форма, и, для того чтобы найти Бога, не надо тяжело работать, надо просто понять, что Бог везде, вокруг нас, внутри нас, сверху, снизу, сбоку.

Нужно просто научиться обращаться к Всевышнему для того, чтобы получить какой-то совет или помощь. Энергия Бога универсальна. Что это значит? Эта энергия абсолютно нейтральна, у нее нет никакого знака – плюса или минуса. Эта энергия ни плохая, ни хорошая. В Боге сливаются оба полюса. И в тот момент, когда нужен Бог плохой, он становится плохим, в тот момент, когда нужен Бог хороший, он становится хорошим. Когда люди говорят «Бог меня наказал», значит, Бог вдруг стал плохим, и мы его воспринимаем как плохого или другого Бога. Когда мы говорим «Бог нам помог», значит, Бог стал хорошим.

Множество людей, получая помощь свыше, с течением времени, добиваясь каких-то материальных успехов и интеллектуального развития, утрачивают веру в Бога. Они переключают все внимание на себя и считают, что это они смогли, они преуспели, они вылечили, они достигли и т. д. И в тот момент, когда начинается такой подъем эго, идет разрыв между Всевышним и человеком. Вместо того чтобы благодарить ту энергию, которая нам помогает, и продолжать подъем, мы скатываемся вниз. Происходит одна простая вещь: те силы, которые вы сами вложили, в итоге иссякнут, а так как связь потеряна, наполнения не происходит. Начинается энергетическое истощение. Человек вдруг перестает ощущать движение, свою энергию и не понимает, что с этим делать. Приходит апатия, которая сменяется депрессией. Все, что требуется, – это всего лишь научиться говорить «спасибо» за то, что есть в нашей жизни, будь это хорошее или плохое.

Но не пытайтесь осознать Бога, потому что все равно ничего не получится. Как только поняли что-то про Бога, сразу же начинайте сначала. Как только вы пришли к пониманию, что такое Бог, начинайте сначала, потому что это все равно не будет полным определением. Это лишь маленькая доля того, что есть на самом деле.

В каббале говорится так: в храм Господний пришли четверо. Они увидели, что Бог сидит на троне, а рядом с ним сидит архангел Метатрон. Первый человек, увидев такое величие, сразу умер, потому что не выдержал этой энергии. Второй сказал: «Мне всегда говорили, что есть одна власть – Бог, а тут я вижу две», – и стал еретиком, то есть перестал верить. Третий, увидев всю эту красоту, сошел с ума. А четвертый пришел с вопросами. Получил ответы и сказал: «Спасибо, я не сужу, я не анализирую, я не пытаюсь понять и объяснить. То, что я вижу, – это то, что есть». Вышел и стал просветленным.

Знаете, в чем главная проблема? Проблема в неверии в Бога. Люди только говорят (и вы в том числе) об этом, потому что так принято – верить. Это называется «слепая вера». Человек не может верить в Бога. Знаете почему? Открою вам страшную тайну. Потому что с начала создания этого мира, который мы видим вокруг, Бога, извините, еще никто не видел. Как можно верить в то, чего никогда никто не видел? Вы не видели Бога и не могли его видеть. Но вы встречаетесь с ним каждый день. Вы просто не можете разглядеть его. Вам он представляется чем-то непостижимым, чем-то далеким. Так во что вы верите? В пустоту?

В людей, продающих вам Бога? Верите, что где-то это есть и когда-то это обязательно проявится, но не здесь и не сейчас, да? Так вот было сказано: «Люби ближнего, как себя самого». Проблема в том, что в этой фразе забыли дописать несколько слов, убрали фразу, которая должна была быть в конце: «Люби ближнего, как себя самого – я Бог твой». Так было написано. Если перевести эту фразу правильно, то получится «Люби ближнего, как себя самого – это я». Ближний мой – это я сам, ближе меня нет. Отсюда вывод: каждый из вас – Бог. Но вы этого не знаете или боитесь признать («а что скажут соседи?»).

Один раз я делал медитацию, вскочил и крикнул: «Я – Бог!» И сел на стул. Я получил такой заряд энергии, что произошел произвольный ее выброс. «Я все могу! Давайте сюда самого больного – сейчас вылечу!» Но, к сожалению, никого не было вокруг. Это те моменты, когда человек осознает не присутствие Бога в себе или себя в Боге, а именно то, что он является Его неотъемлемой частью, Им и является. Трудно понять. Можно перепутать, так как потом эта энергия постепенно спадает. В следующей книге я более подробно опишу этот механизм: Человек – Бог.

На самом деле к просветлению приходят один раз, а не постоянно. Приходят к просветлению, а потом только пользуются. Как только вы осознали какие-то вещи в своей жизни, то дальше надо просто жить.

Как в любом новом интересном деле, когда вы его запускаете, идет резкий энергетический подъем, кажется, что сейчас начнется разгон, который не закончится. А потом пришли – и надо работать. Просто сидеть и работать, делать то дело, к которому шли. И тогда человек говорит: «Все, мне надоела эта работа, нужно что-то новое». А вы себя найдите в том, что вы делаете, и научитесь оттуда получать удовольствие. Тогда вы поймете, что ничего нового не надо. Не надо опять бежать и начинать с нуля, чтобы насытить свое неудовлетворение.

Удерживать такое состояние, состояние эйфории, никак невозможно, потому что есть время, когда необходимо делать дело, а потом ждать. Потом опять работа – и снова ждать. Поэтому нужно для себя распределить, когда вы просто сидите и работаете, занимаясь любимым или нелюбимым делом, а когда можете посвятить время себе. Если вы можете посвятить все свое время себе от начала и до конца, тогда ваша жизнь превратится в полное удовлетворение.

Я считаю, что наличие просветления можно проверить только на протяжении времени, но никак ни с точки зрения сиюминутного эффекта. Кроме того, проявление просветления не заключается в ощущениях. Это не приход к эйфории, как обычно считается, потому что эйфория проходит. Просветление – это особое состояние, в котором жизнь становится ясной и очевидной до мелочей. Человек обретает способность знать каждый свой последующий шаг, он точно видит свое движение и будущий результат этого движения. Потребность в исправлении исчезает, прошлое не тревожит, будущее не важно, потому что каждый шаг – это правильный расклад событий, даже если сейчас пока не понятен.

Со стороны может показаться, что человек делает какие-то неосознанные, нелогичные шаги, но потом в большинстве случаев все становится на свои места. Такой человек готовит обширное поле жизни (более обширное, чем до этого), и начинает отрабатывать каждую ее часть в отдельности, складывая пазл потом. Он точно знает, как правильно, он точно следует плану, который видит как на ладони. И все вокруг начинает подстраиваться под этот план.

Просветление – это приход человека к своему нормальному обычному состоянию, когда он видит дорогу и не противоречит плану. Просветление – это конец блужданиям разума. Человек перешел пустыню своего мозга.

Медитация «Расширение сознания»

Представьте себе свою голову. Увидьте темное пространство внутри своей головы и сознание, которое лежит внутри нее. Представьте, что ваше сознание начинает расширяться и выходит за пределы головы, расширяясь до пределов комнаты, в которой вы находитесь. Затем ваше сознание начинает расширяться дальше – до границ вашего дома... Теперь оно расширяется до границ улицы, на которой стоит дом. Вы видите машины, которые стоят на стоянках и ездят по улице, людей, которые ходят по ней... Теперь сознание начинает расширяться до границ района – с улицами, деревьями, домами, трамваями, автобусами, троллейбусами... Теперь сознание начинает расширяться до границ города. Вы видите весь город с его районами, улицами, снующими как муравьи людьми... Расширьте свое сознание дальше, до границ государства с его городами. Люди уже исчезли, улиц не видно. Есть огромная карта, и вы наблюдаете ее... Продолжайте расширять свое сознание до уровня земного шара со всеми морями, океанами, континентами, странами. Городов уже не видно...

Теперь расширьте свое сознание до уровня Солнечной системы. Вы видите Солнце, планеты, Земля уже где-то затерялась... Продолжайте расширять свое сознание до границ галактики – когда планет уже не видно, есть только скопления звезд. Расширьте свое сознание до границ галактик... Теперь отпустите свое сознание, пусть оно идет дальше, шире, в безграничное пространство. Поймите, что границ не существует. Не пытайтесь осознать, пытайтесь отпустить свое сознание дальше, чтобы оно ушло за границы. Просто находитесь в этом состоянии несколько секунд.

А теперь верните свое сознание обратно в границы галактик, затем сжимайте его до границы нашей галактики. Продолжайте сжимать свое сознание до границ нашей Солнечной системы... Сжимаем свое сознание до границ земного шара. Затем сжимаем сознание до границ государства. Сжимайте сознание до границ города, потом до границ района, улицы, дома и комнаты. Дайте вашему сознанию с новой информацией войти обратно вам в голову. Распределите интуитивно новую информацию в своей голове. Сделайте глубокий вдох и откройте глаза.

Комментарий

Оказывается, наше сознание не заканчивается нашей головой. Можно и галактику обозреть. В чем парадокс? Когда галактика закончилась, на ум пришла пустота. Вы можете мгновенно перенести себя туда, куда хотите. У вас нет никаких границ, у вас нет никаких проблем, ваша жизнь не заканчивается суждениями из вашей головы. Ваша жизнь не заканчивается теми ментальными процессами, которые происходят в голове посредством логического ума. Поэтому поймите, что знание бесконечно, вселенная бесконечна (как в одну сторону, так и в другую), и она может сжиматься до тех пор, пока вы не дойдете до состояния молекулы, не пройдете атом и не увидите, что там открылся бесконечный мир. Ни атомом, ни молекулой, ни нейтроном, ни протоном – ничем мир не заканчивается. Можно пройти сквозь них и увидеть, что там еще что-то есть. Можно увидеть, что тот же самый электрон – это планета Земля на орбите. Все сделано по образу и подобию, от макрокосмоса до микрокосмоса. Везде работают одни и те же формулы – что в молекулах, что в Солнечной системе. Солнечная система – это не что иное, как образование под названием «молекула». Есть Земля, у нее есть ядро, в ядре есть еще что-то, вокруг Земли крутится Луна,

вокруг Солнца крутится Земля со всеми планетами, и можно сказать, что это электроны. Все происходит по образу и подобию, единственное: если в молекулярном состоянии это происходит в доли секунды и это мы можем наблюдать, то в плане тарном состоянии это проходит в миллиарды лет. Здесь мы можем только догадываться на основе того, что видим там, внизу, в маленьких структурах и системах.

Поэтому вся жизнь построена по формуле: мы создали мир по образу и подобию своему. Что это значит? «Создадим человека по образу и подобию Нашему...» Вот эта фраза, она ключевая. Эта фраза основная. Все остальное – проявление. Проявление того, что и так есть. «Мы где-то есть», – показывает вверх. «А это – проявление», – показывает на себя. Мы создали себя по образу и подобию своему. Я создал сам себя по образу и подобию своему. Вы создали себя по образу и подобию своему, после этого спустились на Землю. Какая-то часть, одна десятая, зашла в физическое тело, а девять десятых осталось наверху. То есть вы сами остались наверху для того, чтобы управлять нижней своей частью. Пришло время, когда нижняя часть должна узнать, где та, верхняя часть и как сделать так, чтобы, соединившись воедино, получить силу, запустить этот процесс на благо себе.

Оставьте мир в покое, Спасителя нет. Один был, да в тридцать три года ушел. Кричал-кричал-кричал, пока на кресте не подняли. Подняли, и все. Через четыреста лет опомнились и решили написать. Я не против него, это тоже один из нас, который просто пришел к пониманию. Каждый из нас может возвыситься, но каждый из нас не может назвать себя Иисусом по одной простой причине, что Иисус уже был. Я не Иисус – ни в первом пришествии, ни во втором. Я лично тот, кто есть, и этим все сказано.

Еще был Будда. Сколько Будд ходит по земле! Каждый хочет стать Буддой. Невозможно стать Буддой, потому что он был. Это личность, которая была, поднялась наверх, осталась там и приходит раз в пять или шесть тысяч лет. Невозможно стать никем. Ученик не может стать учителем. Но, найдя себя, он может стать учителем в своем восприятии.

ДОБРО И ЗЛО. СОВЕСТЬ

Однажды меня спросили, есть ли в области энергетики кодекс чести. Могу сказать, что нет никакого прописанного кодекса чести. Я считаю так: что для меня хорошо, то и ладно. Если я испытываю по этому поводу угрызения совести – значит, я попал к самому себе на удочку. Почему? Если у меня будет свой кодекс чести, то я должен буду себя скупать, расстрелять, повесить и утопить.

Поэтому кодекс чести – это по отношению к себе. Черный маг, например, сидит, творит что хочет – и ничего ему за это не бывает, живет себе. Говорят, что он сгинет в аду. А кто знает? Там кто-то был? Мы можем понять это только с позиции религии, которая говорит, что есть рай и есть ад. Но понятия ада и рая очень относительны, это вещи, которые невозможно осознать, находясь на земле. Своим сознанием мы не можем этого понять.

Есть такая притча. Пришел как-то один воин-самурай к мудрецу и говорит: «Я слышал, ты – великий мудрец. А сможешь ли ты мне показать, где ад, а где рай?» Мудрец ответил: «Я слышал, что ты великий воин, а ты просто дерьмо». Воин выхватил меч, а мудрец сказал: «Вот видишь, это – ад». Воин вложил меч в ножны. «А вот это рай. Как видишь, расстояние между ними невелико». Это как два полюса – плюс и минус. Не хороший и плохой, а просто плюс и минус. А есть то, что посередине.

На нашей дороге жизни есть срединная, нейтральная линия, и значение имеет то, где я нахожусь по отношению к ней. Если я нахожусь на ней, то я не должен играть. Я могу просто жить своей жизнью, осознавая четко, где я делаю ошибку, а где я смогу ее исправить. Если я нагрубил кому-то, значит, я сам себя могу простить за то, что я ему нагрубил, может быть, потом подойти к этому человеку и извиниться. Жизнь так идет: завтра – плюс, сегодня – минус.

Вы должны понимать, что в жизни не бывает однозначных вещей. Магнит не может быть без минуса или без плюса, у него всегда две стороны. В любом случае, у вас будет всегда и плохое, и хорошее. Разница в том, как вы к этому относитесь. Когда вы относитесь к плохому с улыбкой, то оно вам не мешает. К хорошему надо относиться с такой же улыбкой, то есть не начинать себя хвалить и вешать себе медали на грудь. Тогда вам не нужно будет сидеть и анализировать свои поступки, пытаться их исправить или улучшить. Вы просто живете каждый день свою жизнь.

Хочу вам открыть одну простую истину – наш мир построен по принципу пирамиды. Она широкая в основании и постепенно сужается к точке. Так же построена и жизнь человека. Когда вы продвигаетесь по своей жизни, то сначала амплитуда большая, и вам все понятно. Вы знаете, где хорошо и где плохо, у вас нет с этим никаких проблем, все ясно, как божий день. Но чем выше вы поднимаетесь по этой пирамиде, тем больше понимаете, что различить, где плюс и где минус, становится все тяжелее. На духовном пути становится не легче, а тяжелее.

Вот вам конкретный пример. Бежит человек по улице, впереди него столб, и он сейчас об него ударится. Вы это видите, но трогать ничего нельзя, потому что человек должен столкнуться со столбом, который поставили ему на дороге для того, чтобы при столкновении он что-то понял. Если вы остановите его, поможете ему – переведете его карму на себя. Пойдете вместо него страдать.

Мы жалеем тех, кто погибает в результате аварий, но нужно понимать, что пострадавший, скорее всего, до этого получил миллион предупреждений *сверху*. Если он их не осознал, ему делают *перезагрузку* жизни. Его вводят в состояние комы, поднимают наверх и говорят: «Ну что, понял?» Он говорит: «Извините, понял». – «Хорошо, вернем тебя обратно в это тело». И человек оживает. Или так: подняли наверх, а человек говорит: «Мне надоело,

я устал...» – «Надоело? Ты еще план не отработал, давай-ка еще на кружок». И он умирает, чтобы его душа пошла на еще один жизненный цикл.

Я много раз видел эти вещи в момент перехода и сегодня не сожалею вообще ни о чем. Не сожалею о смерти, не сожалею о жизни и не боюсь ни того ни другого. Чего бояться? Того, что меня могут убить?

Не могут. Попробуйте умереть – и вы не сможете. Тело может умереть, а вы нет. Вы будете стоять рядом с телом, вы будете видеть себя в гробу, вы будете видеть себя со стороны, будете видеть, что умерли, но вы всегда будете видеть. Потому что понятия смерти не существует. Невозможно умереть. Тело умерло, а дальше что? Вот так все просто? А дальше – жизнь. И главное, что меня интересует, – это то, как узнать правду жизни, где найти ответы на вопросы, избавиться от любого страха перед жизнью и Богом. Откуда приходит страх? Кто-то задумывался? В большинстве случаев из нашего прошлого. От родителей, друзей, родственников, знакомых, телевидения, школы, религии – можно перечислять до бесконечности. Страх приходит отовсюду, но только не от вас. Священник призывает к богобоязненности. Он не действует так, как говорит ему Бог, он опирается на Писание.

Считается, что Библия – это знание, которое люди получили свыше. Лично у меня нет достоверной информации, что то, что написано в Библии, – это знания, которые пришли свыше. В Библии написано, как манипулировать толпой и как заставить людей делать то, что им не хочется, как запугать их и обосновать с помощью этого богобоязненность.

А чего Бога-то бояться? Он кроме добра ничего не делает. У него нет другой составляющей. Это универсальная энергия, которая течет сверху, причем одинаково для всех, и для хороших, и для плохих. Ворам тоже Бог помогает, думаете, кто-то другой? Тот же Бог.

Это мы делим на хорошего Бога и плохого Бога, на хороших людей и плохих людей. Но у нас даже права такого нет! Мы должны прийти к нейтральному состоянию, когда нам не нужно будет сидеть и разделять все на хорошее и плохое, на правильное и неправильное. Не всегда для другого хорошо то, что хорошо для нас. И нет каких-то стереотипов и правил, которыми человек смог бы пользоваться до конца дней своих себе на благо, приняв их однажды. Этими правилами он переломает себе всю жизнь, потому что любые границы, которые мы себе построили и которые нас окружают, в любом случае нас ограничивают. И в какой-то момент человек приходит к пониманию, что ему становится тесно. Попробуйте жить без ограничений.

РОЛЬ СОМНЕНИЯ. РЕАЛЬНОСТЬ И ИЛЛЮЗИИ

Чем выше вы продвигаетесь в своем духовном развитии, тем больше сомнений у вас будет. Жил духовный учитель по имени Ма Цзы. Его спросили: «Учитель, как вы верите?» Он сказал: «Вот у вас нет никаких проблем, у вас нет никаких сомнений. Один я в проблемах и сомнениях с утра до вечера. Мне, чтобы дать вам один ответ на один вопрос, за несколько секунд надо пролететь несколько измерений, проверить миллион вариантов и выбрать из них один-единственный. И при этом не усомниться в нем до такой степени, чтобы сказать: а тот ли это вариант?»

Мне иногда люди звонят по телефону и говорят: «Можно поговорить с Сергеем? Мы только один вопрос зададим: может он это или нет?» И вот мне, чтобы ответить на этот вопрос, иной раз нужно несколько дней проверять, смогу я или нет. Надо заглянуть в будущее этого человека, посмотреть, происходит ли там то, что я вижу, вернуться обратно, понять, как я это сделаю, продумать шаги и т. д. Поэтому сомнения – это хороший инструмент, если знать, как им пользоваться. Но в большинстве случаев сомнение вас останавливает, когда оно является хозяином, а не вы.

Если по своим результатам вы видите, что все в порядке, то уничтожайте сомнения. Я сегодня дошел до той ступени, когда перестал сомневаться в том, что я все делаю правильно. Но для этого я сначала делаю диагностику, выверяю от начала и до конца дорогу и результат, а потом уже выполняю. Только в таком случае я не сомневаюсь в своих действиях и в результате. Иногда я не вижу результата, но точно знаю, что это правильно, потому что результат просто запаздывает.

Поэтому сомнений полно, но другое дело – даю ли я им ход. Либо сомнения помогают мне исправить ситуацию, либо они загоняют меня в тупик. Один человек мне говорил: «Во мне спорят две личности. Только я начинаю что-то делать, как приходит один и начинает говорить: да ничего не получится, оставь». И вместо того чтобы делать дело, он сидит и борется сам с собой, со своими сомнениями, нахлынувшими непонятно откуда.

Посмотрите, с какой позиции сомнения к вам приходят. Если вам говорят: «Да ну, ничего не получится, брось этим заниматься, давай лучше посидим, отдохнем», – это не то. А если сомнение приходит и говорит: «Стоп, куда ты пошел? А ну стоять, тормозни. Там обрыв...» – то нужно прислушаться: чей голос говорит?

Всегда логическое мышление придет к вам и скажет: «Все это ерунда, выкинь из головы». И что вы сделаете? Вы выкинете из головы последнюю надежду. Отличить иллюзию от реальности очень легко. В медитации вы представляете две вещи. Первая – та, которая пришла. Она, как обычно, красивая. И вторая, которая пришла и говорит: «Это все неправильно». Вы входите в диалог с этими двумя энергиями, с этими двумя картинками и говорите: «Покажите мне, где иллюзия?» Какая-то из них вам покажет: «Я иллюзия». После этого вы говорите: «Если ты иллюзия, исчезни». Если это иллюзия, она исчезнет или рассыплется на куски и превратится в пыль. Если это не иллюзия, то она никуда не исчезнет. Если это энергия, которая есть на самом деле, она не может исчезнуть. Поэтому проверить очень легко. Еще можно сказать: «Повернись другой стороной, покажи мне обратную сторону. Я посмотрю, настоящая ты или нет».

Здесь часто появляется вопрос: как отличить в медитации, видите вы ответ или он вам просто «кажется»? Я скажу так. Отличить можно все, что хотите. «Кажется» и «вижу» – это одно и то же, потому что показаться может только то, что есть. Вам не может показаться то, чего нет. Если вам вдруг что-то показалось, то можно добавить сюда слово «вижу» и визуализировать, развернуть все до мельчайших подробностей, как карту мира. Однажды во время занятий я писал что-то на доске. Вдруг доска начала двигаться. С чего бы это? Ведь

доска была прочно закреплена на стене. В этот момент у меня заложило уши, начался звон и какое-то давление. Если бы я был обычным человеком, я бы не обратил на это внимания. Но я сконцентрировался и посмотрел, что это за энергия, которая мне давит на голову. Вдруг я увидел энергию одного человека, который покинул этот мир месяца полтора назад. В тот день у меня на приеме была женщина, для которой он передал информацию. Вот он пришел и говорит: «Ты что-то забыл ей передать». Я спросил: «Что я забыл передать?» – «Ты забыл ей передать то, что я ей передаю: я их очень люблю, пусть они перестанут беспокоиться. Это то, что всегда сидело внутри меня, но при жизни я этого выразить не мог, потому что мне некогда было об этом сказать». Я закрыл глаза, подключился к подсознанию той женщины, передал ей эту информацию энергетически, и дух успокоился. Моментально и давление ушло, и в ушах перестало звенеть.

Значит, в тот момент, когда вам что-то кажется, не надо молиться, надо просто поднять глаза, сконцентрироваться и попытаться понять, что вам хотят сказать. Попытаться услышать. «Услышать» – это значит, что в это время в голове могут побежать какие-то мысли, в большинстве случаев как бы не привязанные к реальности. Но если попытаться разобраться, то можно увидеть соответствия. Не бойтесь этого, ясновидение начинается с доверия. Сначала всегда идет энергетический мусор, но тем, кто любит исследовать, это не помеха.

Я люблю экспериментировать с энергией, когда я вижу что-то, мне хочется все выяснить и понять. Всегда есть две вещи: первая – это то, что я где-то читал, слышал, видел, а вторая – это то, что я пропустил через осознание, сделал действие и получил результат. То есть перевел информацию, полученную от других, в знание, сформированное и отработанное мной. Очень важно научиться отличать иллюзию от реальности. То есть если я задал вопрос и ответа не получил, то в большинстве случаев значит, что это иллюзия. Иногда ответ приходит через какое-то время, но тогда вы точно знаете, что он придет, только позже. Если я задал вопрос и получил ответ (неважно как – в виде слов, в виде энергии прямоком в голову или другим путем), значит, это реальность. Поэтому я люблю задавать вопросы и хочу вас научить задавать правильные вопросы и всегда получать на них ответы. Я имею в виду, что хочу упростить вашу жизнь настолько, чтобы вы перестали искать ответы, чтобы ответы приходили сразу и чтобы вы верили тем ответам, которые приходят, – просто верили. Пришел ответ – и все, без всяких объяснений. «Можно мне туда идти?» – «Нет». И не ходите.

Не ходите и не пытайтесь узнать, почему «нет». Пойдете – узнаете.

В этом проблема. Я много раз попадал специально в такие ситуации, чтобы узнать, работает этот метод или нет. Могу сказать, что срабатывает всегда. Ответ «нет» сработает всегда, будьте уверены. Если написано «туда нельзя» или стоит энергетический блок – не ходите туда. Не ходите, потому что не пройдете. А даже если пройдете и скажете: «Ну вот, я прошел, видите – все нормально», то через два метра остановят и потребуют. Все равно придет время, когда надо будет разбираться в ошибках прошлого и исправлять их. Уж лучше не делать, чем потом исправлять.

ЖИЗНЕННЫЕ СПИРАЛИ

У каждого человека в жизни есть точка, с которой начинается его духовный путь. Когда человек только начинает двигаться по первому кругу, в течение короткого периода все идет легко – вдруг все вопросы разрешаются, вдруг все видно, все понятно от начала до конца. Что бы человек ни делал – все получается. Идеальное состояние (рис. 5).

А потом приходит тот внутренний, второй, который сомневается, и говорит: «Это только случайности. Просто ты оказался в нужное время в нужном месте. Не льсти себе, такого не бывает, это все иллюзия, все не по-настоящему. Настоящее где-то там впереди, где-то далеко. И если есть настоящие специалисты, то они обязательно в Индии или в пещерах Тибета».

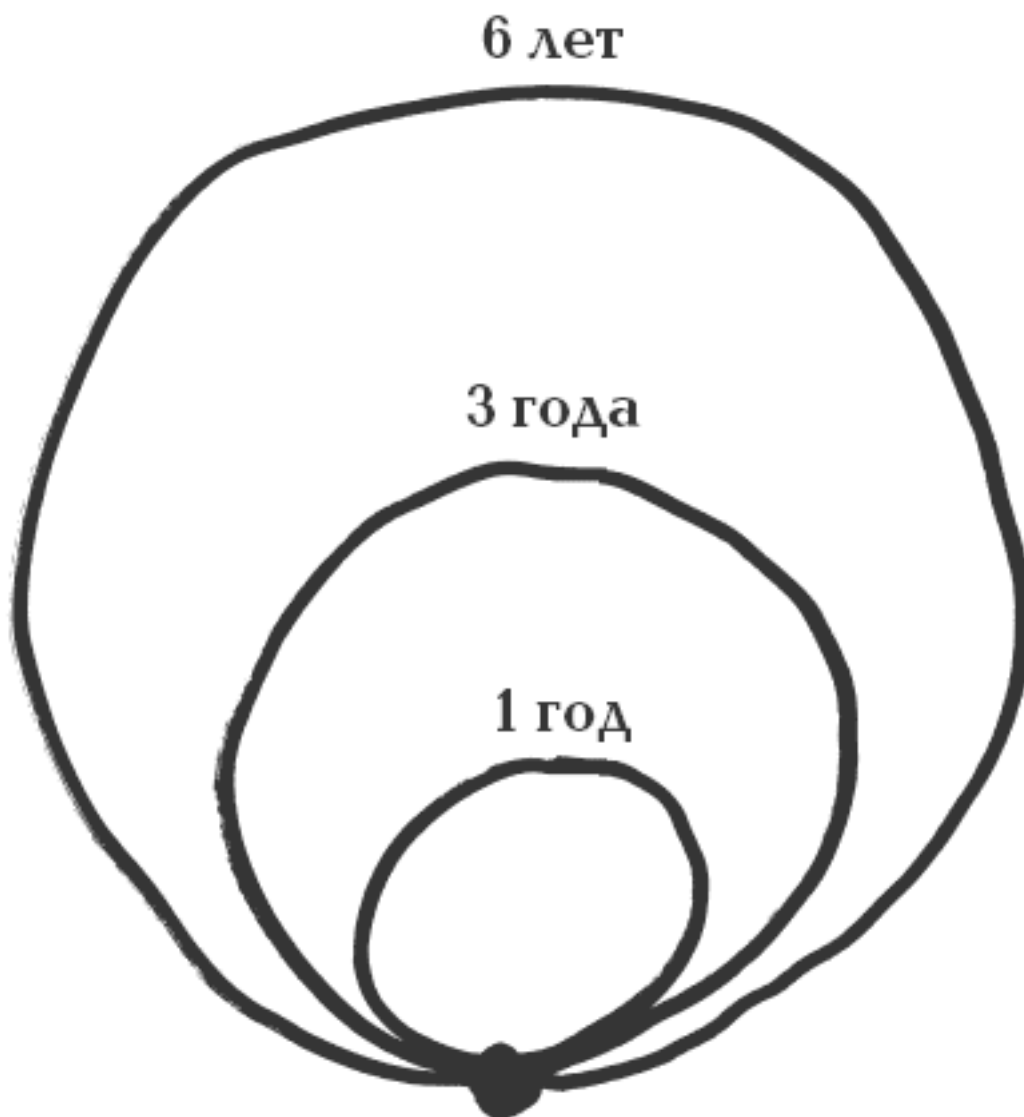


Рис. 5

И получается, что человек, дойдя до определенного момента, начинает разочаровываться. Он говорит: «Как же так, все слишком хорошо, так не бывает», и скатывается обратно в ту точку, с которой начал. Приходит обратно, а в этой точке ему говорят: «Кому ты пове-

рил? Тебя же проверили на высшем уровне для того, чтобы посмотреть, готов ты или нет к получению нового знания». Это первый круг, длиною в год.

Второй круг дается для того, чтобы человек осознал то, что потерял и попытался вернуть. На втором круге человек начинает тяжело работать. Второй круг – это три года, в сумме с первым – четыре. Здесь уже надо много работать, чтобы прийти к тому же, к чему в первый раз пришел легко. И когда человек снова доходит, он говорит: «Что-то опять как-то легко все пошло. Неужели все так просто? Я так тяжело работал, чтобы сюда дойти, и вдруг так быстро добрался? Что-то здесь не то, видимо, опять не дотягиваю». И опять в начало, на третий круг.

Третий круг – шесть лет. В сумме три круга – десять лет, поэтому я говорю, что жизнь измеряется десятилетьями. Если и на третьем круге человек не понял ничего, то тогда просветление уже вряд ли наступит. Я говорю: если тот, кто начал заниматься своим духовным развитием, за десять лет так ничего и не понял, то он уже не поймет. Нет, конечно, он будет знать много, только сил влиять на события, изменить что-либо у него не будет. И исправить ничего не сможет – ни свою жизнь, ни тем более жизнь другого человека. Всевышний разочаровывается и говорит: «Я отберу у тебя силу, потому что ты не можешь удержать то, что тебе дают. Один раз не смог удержать, второй раз не смог удержать, третий раз не удержишь, на четвертый не дадим».

Я как раз сейчас нахожусь на третьем круге. И стараюсь получить от него максимум возможного знания.

Если вы еще не дошли до третьего круга, все хорошо. Хватайте двумя руками то, что есть, и держите, чтоб не дай бог не пропало. И не сомневайтесь ни в чем, потому что доказательства придут, может быть, не сразу, может быть, не в том виде, как вы запланировали, но придут.

Со стороны эта схема выглядит так: мы каждый раз проходим через одну и ту же точку, и каждый раз спираль раскручивается все шире и поднимается вверх. Если человек, постоянно проходя через одну и ту же точку, не развивается, это значит, что он идет не по спирали, а ходит по концентрическим окружностям, расположенным в одной плоскости. Человеку может казаться, что он идет или даже бежит, но это называется «крутиться на месте».

Медитация «Выход на новый уровень сознания»

Теперь закройте глаза и посмотрите, как вы двигаетесь: по спирали или по концентрическим окружностям на плоскости. Заодно посмотрите, на какой из спиралей вы находитесь. Если у вас концентрические окружности, а спирали нет, то вытяните эти окружности наверх, чтобы жизнь развивалась по спирали, с постоянным расширением сознания. Можете заодно порадоваться, что есть такая возможность – ощущать постоянный подъем, постоянное движение. Двигайтесь наверх по этой спирали, пока не выйдете на определенный уровень в виде светлой площадки, которая называется «новый уровень вашего сознания». Выйдя на нее, обратитесь наверх и попросите, чтобы вас осветили светом, дали вам благословение найти себя на этом уровне. Затем обратите внимание на то, что отверстие, через которое вы вышли, затянулось. Поблагодарите Всевышнего за данную вам возможность и, сохраняя уровень сознания, спускайтесь обратно в свое тело. Только что вы вышли на новый виток своего развития.

Комментарий

Практически все проходят эти круги. Но можно пройти их быстрее, если Всевышний разрешит. Можно все три круга пройти за один день. Это

зависит от того, насколько высока концентрация силы в момент медитации. Но вы должны понимать, что школьник не может стать профессором за один день. Поэтому есть определенный процесс, который человек проходит в своей жизни, и без этого процесса, к сожалению, невозможно. Перескакивать возможно, но нежелательно. Это по лесенке можно бежать и перескакивать через одну ступеньку. При обучении чему-либо из такой области, как эзотерика, нужно четко и полностью разбираться на каждой ступени, копать в себе и «выгребать» то, что не нужно и тормозит вас по жизни, оставляя то, что продвигает вас. Но, как я уже сказал, чем выше вы будете подниматься, тем яснее будете понимать, где хорошее и где плохое, но тем больше будет путаница – хорошее это или плохое. Здесь сомнений появляется очень много, но в данном случае это нормально, потому что это и есть путь, движение.

МАТЕРИАЛЬНЫЙ ДОСТАТОК И ДУХОВНЫЙ ПУТЬ

Зачастую люди не могут позволить себе жить хорошо. В этом кроется причина множества житейских проблем. А я себе разрешил жить хорошо. Я долго метался, долго сомневался, обдумывая: а что скажут другие, что подумают, не осудят ли меня? – пока в один прекрасный момент не увидел на одной из улиц человека в дорогом «мерседесе». Я его не осудил, но посмотрел и подумал: «Вот он себе разрешил. А я почему-то стою и комплекую: как же я могу себе позволить такую машину?!» Конечно, скоропалительное решение, что уже сегодня вы будете себе все позволять, может оставить вас без денег. Позволить себе означает наметить определенный путь развития и сконцентрироваться на том, что вы хотите прийти к намеченной цели.

Но Бог говорит: «Ты найди себя сначала. Потом поймешь, что тебе уже ничего не надо. У тебя уже все есть». Вы попробуйте пожить в радости с тем, что вам дано, и тогда поймете, что у вас уже давным-давно все есть. Чего вам не хватает? Нет, вы будете искать что-то еще. Я не говорю про материальные вещи – про дом, про деньги, про машины. Я говорю о том, что внутри. Там уже все есть. Мне никуда не надо бежать, я уже добежал до себя. Куда еще бежать, что искать? Как только я себя нашел, я понял, что вот из этого понимания – «у меня все есть» – я и буду дальше жить. А потом постепенно появляются деньги, дома, машины, единомышленники, люди, весь мир. Почему?

Пото му что я уже пришел к себе. Я пришел к себе, спас себя по всем параметрам, вылечил себя от всех проблем, вычистил себя от всех наслоений и сказал: «Так вот же Я, и у меня уже все есть».

На самом деле я считаю, что деньги – это главное. С другой стороны, деньги – это не главное. Если есть кто-то, кто может дать мне то, что я ищу, ответить на какой-либо вопрос, передать мне знание, то никаких денег не жалко. Вдруг в голове возникает желание приобрести какую-то вещь, не просто безделушку на удовлетворение эго, а поистине стоящую вещь, например книгу – настоящую, источник знаний, а не интерпретацию того, что написано другими. Тогда я оплачиваю знание, которое хотел получить, а не книгу, которая будет стоять на полке и пылиться. Просто я оплачу его по другому каналу, через книгу. Оплатил – хорошо, большое спасибо, значит, это моя вещь, она будет служить мне вечно, даже если я ее вообще не открывал и больше никогда не открою. Действие произошло – энергия передана, значит, знания уже в голове. В нужный момент они откроются и дадут возможность правильно среагировать в той или иной ситуации.

Что значит «моя вещь»? Каждая вещь в этом мире обладает некой энергией, и ее прототип параллельно находится в другом измерении в энергетическом виде. Раз у вещи есть энергия, значит, она либо продвигает меня, либо тормозит. Посмотрите внимательно вокруг, и увидите, что ваша жизнь забита чужими вещами. Окиньте взглядом свой дом и посмотрите, где ваше, а где чужое. Я вам гарантирую, что вы найдете очень много вещей, которые вы никогда в жизни больше не наденете (не будете использовать). А это – негативная энергия в вашей жизни. Эти ненужные вещи несут в себе ту энергию, которая когда-то у вас была, ту энергию, которую вы давным-давно отработали и перешагнули через нее. Вытащите все, пересмотрите, избавьтесь от хлама. Не бойтесь, что у вас не хватит денег купить что-то новое. Как только вы избавитесь от старого, у вас сразу все появится. Вы сразу ощутите, что стало легко дышать, как будто груз упал с плеч.

Медитация «Ваше место в жизни»

Закройте глаза и попытайтесь ощутить, любите ли вы получать. Представьте себе, что на вас обрушивается все, что вы хотите. Не возникает ли у вас чувства стыда? Представьте себе, что вы получаете и получаете, без меры. Пойдем дальше. Представьте, что на вас сыплются деньги. Не возникает ли чувство, что это не ваше, что вам этого не надо, не появляются ли мысли вроде: «Нет-нет, это не мое, это не мне. Сверху ошиблись»? или «Вы что, я такой бескорыстный, альтруист, готов работать бесплатно». Всю жизнь пахать бесплатно, а потом приходиться домой и изматывать своих близких разговорами о том, что вам не подняли зарплату. Посмотрите на себя со стороны в этот момент и спросите: не тормозите ли вы денежный поток своими же руками, отодвигая его на потом?

Теперь найдите свою совесть, отнесите ее на поле дураков и закопайте там в землю. Потом возьмите Буратино за ноги и воткните головой в это место, чтобы было видно, где закопано, если вдруг захотите раскопать. Ассоциативный метод работает прекрасно. Кто не хочет раскапывать, может утопить этого Буратино. Если сможете утопить Буратино, значит, ваша совесть закопана навсегда.

Теперь представьте людей, осуждающих вас, кричащих: «Бессовестный, как ты можешь!» А вы стоите, гордый, и говорите: «Да, я могу. Это моя жизнь, и я здесь решаю, что могу, а что нет». Представьте, что все эти люди-доброжелатели исчезают, темнота растворяется, появляется свет.

Появляется большая-большая театральная площадь, на которой стоит огромное количество людей. Представьте себя среди этой толпы. Увидьте, что где-то впереди есть круглая арена на возвышении, а на арене стоит золотое кресло с мягкой красной обивкой. Толпа смотрит на кресло с ожиданием и вопросом: кто же будет удостоен того, чтобы сесть в него? Представьте себе, как взоры людей разворачиваются по направлению к вам. Все они вдруг с изумлением начинают смотреть на вас, а вы озираетесь по сторонам и говорите: «Нет-нет, это не я, это не мое». А потом вдруг вы понимаете, что это именно ваше.

Представьте себе, как народ, окружающий вас, начинает аплодировать, расступаясь и давая вам дорогу. Вы идете по красной дорожке наверх к этому креслу. Анализируйте свое состояние, что с вами происходит. В тот момент, когда вы двигаетесь, анализируйте, меняйте это состояние, чтобы у вас не было никакого смущения и стеснения, чтобы никакая совесть вас не грызла.

Идите спокойно, широкой поступью, четко зная, что это именно то ваше место, о котором вы всю жизнь мечтали. Каждый из нас хочет сидеть в этом кресле под аплодисменты, крики толпы «браво!». Двигайтесь к этому креслу, занимайте его. Представляйте, как все люди только и ждут того момента, когда вы произнесете хоть одно слово. Поблагодарите их за поддержку. Посмотрите на их реакцию, как они аплодируют, радуются за вас. Все люди превращаются в ангелов, летают вокруг вас, обволакивая вас энергией. Научитесь принимать эту радость окружающих вас энергий.

Откуда-то сверху появляется луч, направленный на вас. Сам Всевышний отреагировал на ваше решение занять то место, на котором вы должны были быть давным-давно. Представьте себе, как этот луч приближается к вам, как он начинает окружать вас, окутывая полностью со всех сторон. По этому лучу спускаются полномочия, которыми вас наделяют, знание, которого вы достойны. Представьте, как по этому лучу спускается успех, которого вы так долго ждете, — пришло время. Спускается радость, которая временами вас посещала. По этому лучу спускается ощущение, что вы не одни, что всегда есть тот, к кому можно обратиться. Всегда есть тот, кто сможет вам помочь в любую минуту, окружая вас светом и теплом. Ощутите улыбку, струящуюся сверху по направлению к вам. От души возрадуйтесь

тому, что происходит. Наконец-то каждый из вас достиг того, чего хотел в своей жизни. Без условий. Без сомнений. Без размышлений. Без других определенных ультиматумов и разных противоречий. Просто обрадуйтесь тому, что есть. Ощутите этот свет. А теперь постепенно ощутите себя в своем доме, а вся ситуация происходит в реальности. Когда будете готовы, откройте глаза.

ЭМОЦИИ И ВЗАИМООТНОШЕНИЯ

Эмоции открывают энергию, снимая с вас защиты. Как только у вас пошел эмоциональный всплеск, считайте, что шлюзы открыты и из вас уже *качают* энергию. Через некоторое время вы почувствуете упадок сил. Так как свято место пусто не бывает, то на место забранной у вас энергии пришла другая, негативная. То есть вам поменяли ваш энергетический фон с вашего же разрешения. Даже если эмоции уже прошли и вы успокоились, завтра у вас будет энергетический спад. Негативная энергия имеет свойство постепенно заполнять пустое пространство. Так что реакция на негативную энергию может последовать и проявиться через несколько лет. Одна маленькая осечка сегодня может вырасти в большую проблему завтра. Все потому, что в нашей жизни всегда должен быть кто-то виноват. И все изменения, которые должны произойти, должны произойти с кем-то, кроме нас.

Каждый из нас пытается поменять мир вокруг себя, но не за счет изменения своего характера в положительную сторону, а путем изменения других. Это проще всего, потому что человеческая жизнь наполнена осуждением. Или суждением. Мы судим и оцениваем всех вокруг себя. Вот муж пьет, он виноват. А где вопрос «почему он пьет»? Где же вы в данной ситуации? Почему вы свое состояние не поднимаете?

Сначала надо разобраться в себе: почему близкий вам человек делает какие-то действия, которые вам не нравятся? Решите сначала этот вопрос внутри себя, а потом, если останется что решать, идите с претензией к своему оппоненту. Это будет правильно. Но мы сначала обвиняем других и в то же время оправдываем себя – ведь мы лучше всех, это у них проблемы, а не у нас. Я понял одну простую вещь из своей практики: когда я меняю себя до того, как прихожу с претензиями к какому-либо человеку, то оказывается, что мне с претензиями приходиться уже не надо. Я себя поменял, у меня поменялось отношение к этому человеку, претензии закончились.

Есть один закон природы, который говорит: мы не судим и всегда оставляем право выбора за человеком. Единственное, что я могу сказать: «Смотри, я этот путь уже прошел, мне кажется, что правильнее сделать по-другому. У тебя есть право выбора: начать отсюда или с того, что я уже прошел». И все равно каждый начнет с нуля, потому что никому не нужно мое. Все послушают и пойдут делать свое, и это правильно.

Поэтому первое мое правило: я перестал судить. Я не делю людей на хороших и плохих, на продвинутых и идиотов. Я могу посмотреть на человека и пойти дальше, и дело не в личной неприязни. Я просто проверяю, нужен этот человек в моей жизни или нет. Если не нужен – я прохожу мимо. Если мне есть что у него взять, то я обязательно с ним пообщаюсь. Но мы в большинстве случаев не знаем, с кем имеем дело. Никогда не знаешь, с кем имеешь дело, потому что внешняя оболочка, которая есть у человека, может не отражать его настоящую сущность. Мне абсолютно не важно, как человек выглядит, потому что я смотрю внутрь. Если я вижу, что сюда пришел черт с улыбкой на лице, я скажу: «Извините, нам не о чем разговаривать». Если я увижу, что сюда пришел бродяга, а рядом с ним стоит ангел-хранитель, я спрошу, что он мне принес. Причем общаться я буду молча, и не с человеком, а с тем, кто за ним стоит. Мне не интересно, что человек говорит. Мне интересно, откуда он это говорит, кто говорит через него. Если я смотрю не на человека, а на энергию, стоящую за ним, то я знаю ту настоящую, базовую информацию, которую он несет.

Другая сторона осуждения – страх быть осужденным. Это страх, который управляет человеком: «А что обо мне подумают?» Вот там делают так, меня научили, и не дай бог отступить на шаг – что будет? Ничего не будет. Поверьте мне, если прямо сейчас вы бросите заниматься своим духовным развитием, ничего не будет. Ничего.

Поверьте мне, если прямо сейчас вы бросите свою работу, ничего не будет, ничего с вами не случится. К вам никто не придет с претензиями, вас никто не придет расстреливать, вам никто ничего не скажет. Да, покивают головой – еще один ненормальный – и забудут. Так что попробуйте жить без ограничений.

ДЕТИ И РОДИТЕЛИ

Мы своим родителям ничего не должны, и они нам ничего не должны. У нас нет перед ними никакого долга, и нам не нужно чувство долга. Родители – это те, которые родили. Но есть устоявшееся мнение, что дети должны родителям до конца жизни. И не дай бог ребенок не отдаст родителю плату в каком-либо виде – сразу запускается процесс осуждения. Мало того, родители начинают закрывать своему ребенку дорогу и путь к продвижению, говоря: «Сначала отдай долг, а потом мы тебе откроем твой путь». По какому праву? Потому что ты когда-то его родил? Ну и что? На ментальном уровне ни у кого из нас и родителей-то нет. Мы просто выбрали для себя вот этих двоих, чтобы спуститься вниз. И вполне возможно, что мы и знать-то их не знали никогда. И мало того, возможно, прожив эту жизнь, больше никогда и не встретимся.

Поэтому правильные взаимоотношения между людьми возникают тогда, когда каждый понимает каждого. Один не строит препятствия другому, а другой, если уж ему построили какое-то препятствие, без осуждения пытается осознать, что нужно сделать для того, чтобы это препятствие исчезло. Но люди, к сожалению, мастера обвинять, и поэтому необходима серьезная внутренняя работа над собой для того, чтобы нейтрализовать чужие энергии, которые кто-либо пытается на вас навесить. Да, кто-то вам навязал эту проблему, но почему вы дали проблеме захватить вас? Люди делают это постоянно, и что, вы должны бегать за всеми, вы должны каждого идти учить, говорить «не делай так, делай этак»?

Храните лучше свою энергию. Создавайте себе настолько мощную и концентрированную энергетику, чтобы никто даже иголку в нее просунуть не мог. Работайте над этим, и тогда вообще перестанете обвинять кого-либо в своей жизни. Ну и что, что мама дорогу перекрыла? Я сделаю так, чтобы на меня это не влияло и не мешало мне, вот и все.

Я во всем виноват. Я виноват во всей своей жизни. Родители соединились только потому, что я их соединил сверху – я сверху увидел, кто мне нужен. Я увидел, какую ситуацию в жизни я должен пройти, увидел, что я должен сделать и куда я должен выйти, потом нашел тех двоих, которые мне нужны, соединил их, и они меня родили. Потом я спустился, теперь я – индивидуальность.

До двадцати пяти лет родители могут ребенка вести. До этого возраста есть подключение ребенка к родителям, где бы они ни были, и оно правильное. В двадцать пять лет происходит отключение, и бывший ребенок уходит в собственное плавание под названием «жизнь». Человек должен быть уже в профессии, в знании, в самостоятельности, он должен полностью отделиться от мамы с папой и пойти в свою собственную жизнь, взяв всю ответственность на себя.

Я лично взял свою жизнь в свои руки и отвечаю за нее полностью, от начала до конца. Я начал полностью отвечать за свои поступки и планировать свою жизнь в том виде, в котором я хочу ее прожить, и постепенно я понимаю, что потолка нет. Сколько я ни планирую, за каждым достижением открывается следующее.

Пришла как-то ко мне женщина и говорит: «Я все в свою дочь вложила, я ей всю душу отдала, любовь, а она меня так отблагодарила. В двадцать два года я ей нашла мужа. Она вышла замуж – и я вдруг стала самой плохой». Теперь эта женщина живет одна и приехала ко мне с другого конца страны для того, чтобы спросить, что же такое произошло в их семье, что дочь ее так ненавидит. А она перекормила ее своей любовью и заботой до такой степени, что последняя капля дала неосознанную волну агрессии со стороны дочери в обратную сторону. Человек не осознает, что он делает, он просто делает, не задавая вопросов. Эта волна выплеснулась и окутала ее дочь пеной, сквозь которую она смотрит на этот мир и даже не подозревает, что мир-то нормальный. Мир-то не менялся никак. Все прекрасно и светло.

У каждого человека есть определенная энергия. И есть информация, которая постоянно к нему поступает через эту энергию. Человек наполняется этой информацией через два потока – один идет снизу вверх, а другой сверху вниз, и тем самым создается та самая аура, о которой все говорят. Аура – это вихревое движение двух потоков энергии, один из которых идет с земли, а другой – из космоса.

И иногда тяжело отличить и выявить, есть ли в ауре энергия другого человека. Обычно это энергия человека, который физически находится рядом с нами. В основном это мамы, папы, бабушки, дедушки. Чаще всего мамы. Что происходит? Поток информации останавливается, и человек начинает жить чужими мозгами, в страхе сделать шаг, то есть сидит на маминой шее. А мама не знает, как от него освободиться, потому что у мамы логика работает. Ей нужно просто оставить ребенка в покое. Оставить сына в покое – значит убрать свою энергию из его ауры, что, в свою очередь, значит перестать беспокоиться и думать о нем, что бы ни случилось. Но мамы обычно говорят: «Я не могу не думать, не беспокоиться – я же мать. Я ведь хочу, чтобы у него все было хорошо». «Хочу, чтобы все было хорошо» – это манипулятивное действие. То есть родители вкладывают в это свое понимание ситуации, и то, что хорошо для них, необязательно хорошо для кого-то другого. А сын может из-за этого потерять все, потому что его жизнь перестает соответствовать той, которая должна быть на самом деле. Энергия мамы постоянно присутствует в ауре, искажая ту информацию, которую человек получает.

Вот такими люди апеллируют словами: «Я же мать, я не могу не думать». Такими словами можно взять и переломать своему ребенку всю жизнь. Родители этого никогда не видят, и только попробуйте им это все сказать – бесполезно. Вы не сможете помочь им увидеть это со стороны, потому что сначала родители должны захотеть увидеть. Вы не сможете им помочь по той простой причине, что им выгодно не «мочь» для того, чтобы манипулировать вами.

Поэтому мы должны прийти к такому состоянию, чтобы наша любовь к родителям или любовь родителей к нам была без условий. Без одолжений. Без страхов. Без упреков.

СИСТЕМА ИСПРАВЛЕНИЯ

Душа, которая находится на высшем духовном уровне, решив, что ей пора вниз, начинает формировать ту ситуацию, в которую она хочет спуститься для того, чтобы исправить себя. Ситуация, которую она сформирует, будет точной копией той ситуации, которая была в прошлом воплощении. Если вы в прошлом воплощении сделали что-то неправильно, то вернетесь точно в ту же самую ситуацию, просто лица будут другими. Как только вернулись, начинается продвижение. В какой-то момент человек, поднявшись на определенный уровень, вдруг осознает, что он занят не тем, что дорога его не та, люди, которые его окружают, не соответствуют его желаниям и вообще что-то происходит, только он не понимает что. Мысль его бежит далеко вперед, но он почему-то не находится там, где ему хочется быть. Это называется «прийти к пониманию». Когда человек пришел к пониманию, начинается процесс осознания того, что происходит. Человек анализирует то, что есть сегодня, и решает, стоит ли что-то поменять или продолжить жить по-прежнему. Большинство людей пугает, что изменения происходят в течение года-двух-трех. Это очень тяжело принять, потому что слишком долго.

Ко мне приходят люди и говорят: «У меня уже двадцать лет эта проблема». Я говорю: «Будем менять двадцать месяцев». – «Как двадцать месяцев? Я думал, сразу». – «Сразу? Думаешь, ты двадцать лет копил, а я за один раз взял и поменял? Это же не фокус. Это тяжеленная работа над сознанием, которое наелось тех устоев, которые у него были. Теперь эти устои надо перенаправить в новое русло. Для того чтобы их поменять, надо хотя бы знать, где это находится».

Представьте, что вас высадили где-нибудь в Новой Гвинее, языка вы не знаете, обычаев местных не знаете, а там едят людей. Вы приезжаете туда со своими устоями и начинаете переделывать пигмейское племя. Одно из двух: либо они вас съедят, либо утопят. Что нужно сделать, чтобы этого не произошло? Надо отключиться от того, где вы были, подключиться к ним и начать есть вместе с ними, причем широко улыбаясь.

Большинство людей, попробовав что-то новое, говорят: «А я и не знал, что это так хорошо!» Вегетарианцы не едят мяса, все знают это. Но, попробовав первый раз мясо, они начинают его есть с такой скоростью, что просто диву даешься. Я ем мясо и никаких проблем при этом не испытываю, потому что мясо – это энергия жизни, а не энергия смерти. Бог не дурак, он же не зря придумал животных. И человек в какой-то момент поднимается на определенный уровень и понимает, что ему никто не запрещает есть мясо, он сам построил себе такие границы. Он сам себя в них поместил и боялся это изменить. Этот страх – «а что будет?». Я вам отвечу на этот вопрос: ничего не будет. Бог никого не накажет – нечем. У него нет ни рук, ни ног, ни головы. У него вообще ничего нет. Как он может наказать? Важно, накажу ли я себя сам. Я могу сам себя загнать в пропасть, а потом сказать, что это Бог меня наказал. Виноватого всегда найти легко. А Бог стоит наверху и говорит: «Вот глупый, я ему давал, а он не взял».

Есть такой анекдот. Наводнение, на крыше своего дома стоит мужчина. Он говорит: «Всевышний, пошли мне, пожалуйста, спасение». Вдруг он видит, что плывет лодка, битком набитая народом. Гребцы гребут и кричат ему: «Иди сюда, одно место есть». А он отвечает: «Не надо, мне Бог пошлет спасение». Плывет следующая лодка, и в ней еще больше народу. Люди ему говорят: «Пойдем, у нас тут еще немного места есть, мы потеснимся, ничего страшного». – «Нет-нет, мне Бог пошлет». Плывет третья лодка, полностью забитая: «Давай, тут на одном борту еще есть немного места». – «Нет-нет, мне Бог пошлет». Третья лодка уплыла, вода поднялась, и человек утонул. И вот Всевышний ему говорит: «Ну что же

ты, я ведь тебе три лодки посылал! Не мог сесть в одну из них? Сейчас бы спасся». – «Да? А я думал, что для меня будут отдельные апартаменты».

Поэтому любую незначительную помощь расценивайте как Божий дар. Помолитесь каждый самому себе – тому, кто пришел сейчас в медитации. Кто там у вас? – пес, пятно, размытое облако, дракон, ангел, куклы, танки... «Здравствуйте, товарищ танк, прострелите, пожалуйста, вот здесь дырку в стене, чтобы я прошел сквозь нее». И вы увидите, что дырка появится.

Человеку часто кажется, что он находится в безвыходной ситуации. Я вам скажу, что в энергетическом, духовном мире такого не бывает никогда. Еще ни разу в своей жизни, за все то время, которое я работаю с людьми, я не видел случая, чтобы не было выхода из ситуации. Никогда такого не было. Просто этот выход иногда бывает такой непонятный, такой нелепый и настолько не укладывающийся в логическое мышление, что просто тяжело им воспользоваться.

ГЛАВА 3 РАБОТА НАД СОБОЙ

Вам нужно научиться осознавать себя. Вы должны понимать, где вы, а где ваше тело, где ваши эмоции, а где то, что вы на себя наклеили, где ваши мысли, а где мысли, подаренные вам школой, родителями и друзьями.

ПОЗИТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ

Бог одаривает всех одинаково. Энергия всегда течет сверху вниз, и наверху не знают, что хорошо и что плохо для нас. Они говорят: «Мы вам дадим все, о чем вы думаете и на чем концентрируетесь». Поэтому если вы концентрируетесь на плохом, то вы будете получать только негативные вещи, при этом неважно, говорите вы об этом или нет. Но если вы концентрируетесь на хорошем, то еще не факт, что вы сразу начнете получать хорошие и позитивные вещи. Секрет в том, что когда вы начинаете концентрироваться на положительном, то ваша негативная часть, ваша негативная сущность не хочет так просто вас отпускать. Поэтому часто люди говорят так: «Я уже пробовал, у меня не получилось, поэтому я буду жить так, как живется».

Мыслительный процесс необходимо контролировать по той причине, что у большинства из вас любое столкновение с какими-то негативными моментами в своей жизни тут же вызывает бурю эмоций и отрицательных мыслей. Эти переживания дают возможность добавить вам в жизнь еще больше этого негативного ощущения и удвоить его. Поэтому сейчас мы будем учиться, как поменять негативное направление мышления на позитивное.

Медитация «Мысленный фильтр»

Закройте глаза. Представьте себе все свои мысли – положительные и отрицательные – и сложите их в мусорный мешок. Все – и хорошие, и плохие, потому что эти мысли порождают определенные энергетические потоки. Затем возьмите этот мешок, завяжите его и бросьте в кипящую лаву. Пусть он вспыхнет и сгорит.

Теперь представьте, что вокруг вашей головы есть фильтр, который пропускает только все хорошее в вашу голову, только положительные вещи. Все отрицательное либо отскакивает от этого фильтра обратно, либо задерживается и стекает вниз по нему, а затем исчезает. Представьте себе, что такие фильтры расположены по всей длине вашего тела. На уровне шеи стоит фильтр голубого цвета, который пропускает только положительную голубую энергию. Следующий фильтр стоит на уровне груди, вокруг нее. Он зеленого цвета и пропускает только то, что соответствует этому цвету. Следующий фильтр стоит на уровне солнечного сплетения – верхняя часть живота и спина, – он желтого цвета. Все фильтры плавно переходят из одного в другой. Следующий фильтр стоит на уровне нижней части живота, он оранжевого цвета. Следующий фильтр, красного цвета, находится на уровне ног и закрывает их полностью, как брюки.

Представьте, что эти фильтры пропускают в тело только чистую, позитивную энергию. Ваше тело начинает радоваться и смеяться в тот момент, когда энергия начинает поступать. Представьте, что откуда-то сверху открывается дополнительный источник энергии и покрывает все эти фильтры сверху, как глазурь, создавая еще один слой, дающий дополнительную защиту. Все знание, вся позитивная энергия, все, что должно быть в вашей жизни, проходит

спокойно и легко. Все, что вас не касается, отражается обратно. Ощутили себя защищенным – можете возвращаться в тело.

Комментарий

Теперь в вашу голову поступает именно та информация, в которой вы нуждаетесь. В любой мысли, которая возникает в голове, не должно содержаться негативной информации и даже намек на нее. В предложении «я не хочу болеть» есть слово «болеть», поэтому построение этого предложения должно быть такое – «я выздоравливаю» или «я здоров». Приставку «не»

Космос не понимает. В тот момент, когда в голове идут какие-то мысли, отслеживайте их. Отслеживайте в течение недели свой мыслительный процесс и те негативные мысли, которые возникают в голове, меняйте на позитивные. Например, «мне мало платят» замените на «мне повышают зарплату». В тот момент, когда вы концентрируетесь на том, что будет происходить, и видите это положительное действие, которое должно происходить, оно в итоге и происходит. Главное, это то, что глаголы в предложении должны находиться в настоящем времени. Если вы, например, говорите «у меня получится», это значит, что вы начинаете растягивать тот негативный момент, который может закончиться сейчас. Чтобы он закончился сейчас, нужно все мысли поменять на настоящее время. Это и называется «развернуть мир лицом к себе». Будущее может наступить, а может и не наступить. Конечно, хочется думать «у меня когда-то что-то будет». Но слово «будет» не обязывает Всевышнего мне это дать. Я мечтаю о чем-то, но не разрешаю себе это иметь, потому что считаю, что я этого не достоин. Если я считаю, что я чего-то не достоин, значит, я всегда буду говорить об этих вещах в будущем. Я буду откладывать. Но если вы решили: «Почему бы и нет? Почему не получить это сейчас?» – и начали концентрироваться на этом сейчас, то вы будете проживать свою жизнь, а не откладывать ее.

КАК ОСОЗНАТЬ СЕБЯ

Сейчас мы расширим немного наше понимание мироздания и осознаем, где реальность. Для того чтобы осознать, где вы, а где реальность, сделайте одно простое упражнение. Поднимите свою руку, рассмотрите ее со всех сторон и представьте, что эта рука не ваша. Ощутите, что это не ваша рука, что это рука какого-то существа, которое сидит на стуле, смотрит на эту руку и понимает, что видит ее первый раз в жизни. Представьте, что есть существо, которое сидит в вашем теле и сквозь ваши глаза смотрит на вашу руку. А теперь представьте, что это существо трогает себя за колено. Потрогайте себя за колено, при этом почувствуйте, что ваша рука отдельна от вас. Попробуйте понять, что происходит в этот момент. Вы ощущаете сквозь руку реальность, то, что под рукой находится, то есть колено, брюки, юбка, джинсовый материал и др. Поймите, что сквозь свою руку вы можете ощутить мир. Она и дана вам для того, чтобы вы смогли научить себя ощущать этот мир с помощью осязания.

Теперь опустите руку, найдите какую-нибудь точку на полу или стене и представьте, что вы смотрите на эту точку сквозь свои глаза. Внутри вас сидит какое-то существо под названием «я внутри своего тела» и смотрит сквозь ваши глаза. В этот момент попробуйте осознать, что ваше тело *дано* вам, ваше тело – это далеко не вы. Попробуйте посмотреть сквозь свои глаза и осознать, что у вас есть орган, который называется «глаза» и который вам дан для чего-то.

Теперь послушайте какой-нибудь звук, например тишину. Послушайте, как в этой тишине раздаются какие-то звуки. Вы не слышите их, вы слушаете их сквозь свои уши. Уши дают возможность осознать, что ими можно услышать этот мир. Есть механизм, который называется «уши» и который был создан для того, чтобы мы могли в полном объеме воссоздать для себя картину мира.

Это нужно для того, чтобы перевести ваше внимание на наблюдение. Это значит, что нужно стать наблюдателем собственной жизни. Вам кажется, что вы участник своей жизни, но я могу вас разочаровать: никакие мы не участники, нас просто несет куда-то по течению. Для того чтобы научиться менять и планировать свою жизнь, а не плыть по течению, нужно перейти на наблюдение за жизнью. Что это значит? Например, если вас несет куда-то по течению, вы можете по нему плыть и говорить: «Ну что ж, это моя жизнь, моя судьба, так сложилось, мне было это уготовано свыше». Но с другой стороны, вы можете сказать: «Ага, у меня есть жизнь, по которой я иду. Это то, что есть. Теперь я могу понять, что же я делаю не так, что моя жизнь именно такая?» Для того чтобы это сделать, вам нужно попытаться отойти в сторону и оттуда посмотреть на свою жизнь, то есть стать ее наблюдателем. Вы можете посмотреть на себя со стороны, увидеть, что вы делаете, увидеть определенные шаги, совершенные неправильно, и попытаться их изменить или просто не делать. Но так как душа вечна, у нее нет никаких проблем, она только переходит из тела в тело, значит, есть проблема тела или проблема связи между ним и душой человека, с его энергией. Связь нарушается еще в детстве, в возрасте восьми–двенадцати лет, когда люди начинают рационально мыслить. Постепенно человек утрачивает связь с Творцом и начинает думать, что поменять он ничего не может, что сделать ничего нельзя, что жизнь сама так сложилась и сама катится по обычной колее.

Попробуйте осознать с помощью этих систем (обоняния, осязания и слуха), что внутри вашего тела находитесь вы. Это нужно, чтобы легче избавляться от иллюзий и каких-то проблем в жизни. Вам нужно научиться осознавать себя. Вы должны понимать, где вы, а где ваше тело, где ваши эмоции, а где то, что вы на себя налепили, где ваши мысли, а где мысли, подаренные вам школой, родителями, друзьями, негативными отношениями или каким-то

хулиганом на улице (он кинул вам пару мыслей, от которых вы не можете избавиться на протяжении нескольких дней, прокручивая в голове). Мысли эти не ваши. Если они были даны для того, чтобы вы что-то узнали или поняли, то нужно сделать определенные выводы и избавиться от этих мыслей.

ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ МЫСЛЕЙ

Вообще полезно иногда очищать свою голову от мыслей, наводить в ней порядок и расставлять все на свои места. Сейчас мы изучим несколько техник для того, чтобы во время медитации остатки и обрывки мыслей не мешали нам. От хорошей концентрации перед медитацией зависят ее глубина и эффект. Но обычно ее процесс губят какие-нибудь мысли. Например, дома это мысли о работе, на работе – о доме. Так и получается по жизни, думаем не о том и не там. А голова должна быть занята мыслями о работе только в рабочее время. Если не получается отключиться от этих мыслей после работы, то есть вы не даете своему мозгу отдыхать, тогда они отвлекают и не дают возможности сконцентрироваться на настоящем моменте. Даже если вы – бизнесмен, иногда полезно просто отключиться от работы и не думать ни о чем. Поэтому очень важно поработать над своим мыслительным процессом, чтобы убрать лишнее из головы, отпустить себя от навязчивых идей, желаний и мыслей, которые ничего вам не дают. Эти мысли просто отнимают ваше время и энергию.

Этой медитацией лучше всего заканчивать свой день. Занимает она буквально несколько минут. Один раз у меня был такой случай: на одном из курсов я дал эту медитацию и предложил делать ее каждый день, на протяжении недели, а потом поделиться результатами. Один бизнесмен, посещавший тогда этот курс, начал делать ее утром и вечером, после чего пришел и сказал: «Я сделал эту медитацию с утра и понял, что уже никуда не надо идти. У меня уже все в порядке, мыслей никаких в голове нет, я уже сам с собой везде согласился... Но ведь надо как-то и деньги зарабатывать?» Поэтому эту медитацию лучше делать вечером.

Медитация первая

Закройте глаза, посидите некоторое время в тишине. Представьте себе дверь. За этой дверью есть темная комната. В комнату входить не надо, оставайтесь по эту сторону двери. Найдите у себя в голове какую-нибудь мысль, представьте ее себе. Поместите эту мысль в энергетический шар и отправьте его за дверь. Затем найдите следующую мысль у себя в голове. Поместите ее в энергетический шар и закатите его за дверь. Затем возьмите третью мысль и сделайте то же самое. Потом возьмите все свои мысли и положите их все вместе в один шар. Выкатите этот шар за дверь. Как только выкатили, захлопните дверь и закройте ее на замок. Откройте глаза.

Медитация вторая

Закройте глаза. Представьте свою ауру, например, радиусом в полтора метра вокруг себя со всех сторон. Представьте себе, что вы сидите внутри какого-то шара. Спонтанно ощутите, какая энергия внутри него. Даже если она очень хорошая, все равно всегда есть что почистить. Представьте себе энергетический дождь, который льется и смывает абсолютно все, оставляя пространство внутри шара чистым и сияющим. Если у вас в голове в этот момент есть какие-то мысли, то смойте их этим дождем. Наблюдайте, как они стекают через эту оболочку и уходят куда-то в землю. Можете представить, что под ногами есть канализационный люк, как в душевой, куда утекает вся чернота, а вы остаетесь светлыми и радостными, с ощущением чистоты. Дайте дождю несколько секунд для того, чтобы все смыть и почистить. Возвращайтесь обратно, когда почувствуете, что очистились.

Медитация третья

Закройте глаза и увидите свой мыслительный процесс в подобии паровоза, который ездит по кругу. Детская игра «паровозики». Поезд с цепью вагонов ездит по кругу, и нет ему ни начала, ни конца. Один вагон сменяется другим, одна мысль сменяется другой. Перед тем как остановить мыслительный процесс, надо избавиться от страха: «Что же я буду думать, если моя голова будет пустой?» Представьте себе этот страх, который сидит в груди. Можете представить его в виде себя – того себя, который чего-то боится. Теперь возьмите того себя, который боится, и выведите его из своего тела и своей жизни. Сделать это можно очень просто.

Представьте себе дверь в пустоту, откройте ее, разверните себя самого (того, который со страхами, с предрассудками, с тревогами и проблемами) по отношению к этой двери и, как инструктор в самолете, толкните его, пусть летит. Как только он вылетел, закройте дверь. Ощутите радость, что вы наконец-то избавились от того себя, который постоянно создавал какие-то проблемы, и вернитесь к паровозу.

Возьмите этот паровоз, остановите его рукой. Возьмите, как набор сосисок, все эти вагоны и сложите их в мусорный пакет. Рельсы, по которым все ваши мысли ездят как по накатанной, можете бросить туда же. Пакет выбросите на свалку. Представьте, что где-то далеко внизу свалка, вы бросаете пакет, и он туда падает.

А теперь заполните все пространство в голове синим светом. Как только заполнили, возвращайтесь сюда, в свое тело, с ощущением, что на вашей голове есть шапочка из синего света. Шапочка в виде энергии, которая окутывает вашу голову. Кто вернулся, может открывать глаза.

ПРИЙТИ К ТИШИНЕ

Самая сложная медитация – это прийти к тишине. Самая сложная медитация – это ничего не делать. Вам необходимо научиться ничего не делать, научиться отпускать себя. Для этого надо прийти к пустоте, потому что только в пустоте есть полная информация обо всем. Чтобы вы поняли, о чем речь, мы сейчас это сделаем. Это будет следующий наш шаг для того, чтобы отличить интуицию от инстинкта и от интеллекта.

Медитация на пустоту – не для того, чтобы что-то делать. Не вспоминайте, что нужно делать в этой медитации, придите к ничегонеделанию, не гоняйте мысли по голове. Но и не тратьте силы на то, чтобы от них избавиться, так как чем больше вы стараетесь освободиться от мыслей, тем их больше будет возникать. Что нужно делать? Нужно уйти в тишину, «провалиться из тела». Представьте себе пустой чан, какое-то огромное пустое пространство и провалитесь туда. Найдите себя в этой пустоте и сидите в ней.

Посидите хотя бы полчаса утром и вечером в этой медитации. Не нужно сидеть в ней пять часов кряду, потому что «снесет голову». Зажгите свечи, сядьте и научитесь быть в тишине. Потом тренируйтесь сидеть в шуме, отключаться от него. Для чего это нужно? Для того чтобы вы научились концентрироваться в любой ситуации без всяких помех.

Сейчас необходимо определить, сколько времени вы должны сидеть в медитации на данном этапе. Мне не нужен логический ответ. Мне нужен ответ из той энергии, которая находится в бесконечности вариантов. В бесконечности вариантов есть ответы на все вопросы. Сейчас вы узнаете, как доставать, извлекать информацию из этого пространства.

Медитация «Получение ответа»

Закройте глаза. Представьте себе луч света, столб энергии, который спускается откуда-то сверху. Обойдите его со всех сторон и наблюдайте переливающийся разноцветьем красок прозрачный, теплый, приятный и мягкий столб. Пусть он будет довольно внушительных размеров. А теперь заходите внутрь.

Ощутите его. Теперь мысленным взором посмотрите наверх и осознайте ту бесконечность, которая находится над вами. Начинайте подниматься по этому столбу наверх до момента, пока не выйдете на поверхность. В тот момент, когда выйдете на поверхность, остановитесь.

Остановитесь и осмотритесь. Постарайтесь увидеть бесконечность и ту трубу, по которой вы поднялись. Вы стоите на стеклянном полу, вокруг вас бесконечные просторы. Это ваше пространство вариантов. Здесь есть все ответы на вопросы, и, хотя вы их не видите, здесь можно получить любой ответ. Задайте этому пространству вопрос: сколько времени каждый день вам нужно находиться в медитации? Возьмите этот ответ, проскользните сквозь стеклянный пол обратно в трубу и спускайтесь вниз. Заходите обратно в свое тело. Откройте глаза.

Комментарий

На самом деле в медитации нет никаких определенных рамок. Я специально дал каждому из вас эти рамки для того, чтобы вы просто научились сидеть в медитации и концентрироваться. Так что, если вы определили необходимое вам время, именно столько и сидите каждый день в пустоте и ни о чем не думайте. Ни о чем не думать – значит не думать также

и о том, что вы ни о чем не думаете. Не ловить себя на мысли, что ни на какой мысли вы себя не ловите. Попробуйте окунуться в это состояние хотя бы на несколько секунд и просидеть в нем. Кто боится заснуть, сядьте в позу лотоса и держите спину прямо. Не ставьте никаких будильников, чтобы не остаться заикой от испуга. Почувствовали, что время подошло, – приоткройте глаза. Если время еще есть, продолжайте.

Сразу после пробуждения медитацию лучше не делать, потому что это тяжело. Сначала надо сделать все утренние процедуры. Желательно перед медитацией не кушать, чтобы не тянуло опять погрузиться в сон. После еды кровь приливает к органам пищеварения, и на размышление энергии не остается. Начинать можно через двадцать-тридцать минут, когда немного пройдет утренний стресс тела. Что это такое? Когда мы спим, наше астральное тело, наша душа отделяется и улетает к себе домой, для передачи опыта, накопленного за день, складирования его в кладовую жизни. Поэтому я советую делать вечером очистительную медитацию для того, чтобы в тот момент, когда астральное тело будет подниматься и передавать информацию за прошедший день, оно передавало только положительные, хорошие вещи, которые вас устраивают. Они и будут откладываться в вашей жизни. Там наша душа гуляет всю ночь, и поэтому нам снятся сны. От чистоты информации зависит, какие сны вам снятся. И момент входа астрального тела в тело физическое создает определенный стресс, потому что вибрации астрального тела намного выше, чем вибрации физического. Поэтому, когда астральное тело опускается вниз, бывает ощущение, что вы падаете. Падаете – и просыпаетесь в ужасе. Это означает, что астральное тело влетело с большой скоростью в физическое и поэтому необходимо некоторое время, пока вибрации совпадут. Если вы просыпаетесь с головной болью, в ужасе или чувствуете, что не выспались, то не надо паниковать, надо просто уснуть еще на десять-пятнадцать минут. Тогда астральное тело еще раз выйдет и зайдет более-менее правильно в ваш организм. Поэтому для того, чтобы сделать утреннюю медитацию, нужно подождать, пока эти вибрации успокоятся и вы окончательно проснетесь.

КАК ПРИЙТИ В СЕБЯ

Я научу вас самым простым методам. Например, что значит «прийти в себя»? Это очень простые слова. Для того чтобы прийти в себя, надо закрыть глаза, найти себя там, куда вы мысленно улетели и потом зависли. Надо вернуть себя оттуда. Это и значит «прийти в себя», в свое тело. Зашли в свое тело – вот вы уже в себе.

Закройте глаза, найдите, где вы находитесь сейчас, и вернитесь к себе, придите в себя. Представьте, что вы забегаете в себя. Представьте, что каждый из вас сейчас на работе, и идите оттуда в то место, где вы реально находитесь. Прodelайте точно весь путь. Теперь найдите каждый себя в лени. Оставьте лень и бегите к себе.

Есть множество вариантов, и в каждом можно найти себя. Зачем вы там нужны? Найдите себя везде, где каждый из вас бывает, и вернитесь оттуда. Найдите себя в том разговоре, который вы хотите провести. Выйдите из этого разговора, он вам сейчас не нужен. Найдите те вопросы, которые вы хотите задать в своей жизни. Выйдите из них и вернитесь сюда. Соберите себя из всех мест, где вы себя разбазарили. Заберите себя из невыполненных дел. Вы их не хотите выполнять потому, что их энергия липнет к вам. Это липучая энергия, которая специально сделала так, чтобы вы к ней прилипли и вам было неудобно отказать. Самое главное для нее – создать человеку неудобство. Заберите себя из ненужных обязательств, из обещаний. Наобещали ради приличия, чтобы о вас плохо не думали, и теперь делать не хотите. Вот и забирайте себя отовсюду. Как только зашли в себя, вернулись, откройте глаза.

ТЕАТР НАШЕЙ ЖИЗНИ

У каждого из нас есть куча масок. С одним человеком вы ведете себя так, с другим по-другому, с третьим – по-третьему, с четвертым – по-четвертому, но не осознаете этот процесс смены масок. Мало кто осознает, что это просто наслоения, которые у нас есть. У нас множество слоев, мы как капуста – под одной «одежкой» есть другая.

Возникает вопрос: а какой «Я» настоящий? «Я» настоящий – нейтральный, у настоящего «Я» нет ни плюса, ни минуса, никаких эмоций, ничего. Это тот прототип, на который потом все накладывается. Это значит, что я на свой прототип могу накладывать разные образы. Один из них, например, улыбается, второй хмурится, третий злится и т. д. У каждого положительного или отрицательного проявления есть свой образ. И мы в течение жизни по очереди надеваем на себя то один, то другой. Мы меняем свои маски постоянно.

Для того чтобы избавиться от нежелательных проявлений, есть очень простая техника. Все, что нужно сделать, – просто разделить свои маски на две половины и сказать: эта часть жизни меня не интересует, а вот эта часть жизни, где я довольный, радостный и с хорошим настроением, меня устраивает.

Это так называемый театр жизни, в который мы играем. И мы сейчас попытаемся осознать процесс приближения этих образов до момента их овладения нашим организмом. Этот процесс происходит не сразу. Когда нам говорят что-то обидное, мы же не сразу обижаемся. Проходит какое-то время – несколько секунд или минут, – пока этот образ начинает на нас натягиваться. Человек сам его тянет, и, как только натянул, начинаются сопли, слезы, эмоции. Это относится к манипуляциям чужим сознанием. Человек сидит и думает: «Давайте, успокаивайте меня, а я еще немножко пореву и вытяну из вас то количество энергии, которое мне нужно».

Могу рассказать про себя. Плакать я перестал в четыре года, когда меня оставили дома одного. Я заревел и, проходя мимо зеркала, увидел свое перекошенное лицо и понял: «Секунду, это же не я. Дома никого нет, манипулировать нечем, меня никто не видит». Я тут же изменился в лице и, довольный, побежал играть.

Я не говорю вам, что нужно за один раз избавиться от всех негативных проявлений. Но каждый из вас может ощутить тот момент, когда вдруг начинается какая-то волна – например, обида. Я понимаю, что хочется побыть немножко в этом состоянии, пожалеть себя, потому что пожалеть некому. Но поймите, что те два-три часа, два-три дня, которые вы будете находиться в этом состоянии, вы вычеркнете из своей жизни. Многие из вас вычеркнули не один год, а может быть, и не один десяток лет. Просто выбросили в помойку часть жизни, то есть вместо того, чтобы заниматься собой, занимались всеми вокруг, а потом обижались на мир, что он не ответил взаимностью.

Поэтому, как только вы почувствовали, что приближается какая-то волна, остановитесь на секунду и попытайтесь найти тот образ, который сейчас на вас наденется. Так как в вас есть многообразие этих форм, вы можете поймать себя самого в нужном образе и просто-напросто сломать этот образ, стереть, уничтожить, избавиться от него.

Здесь возникает только одна проблема. Этот образ начинает говорить: «Подожди, ведь я – это ты. Как же ты можешь избавиться от себя самого?» И вам придется от себя избавиться, от себя негативного, создающего вам же проблемы. Я себя расстреливал, убивал, сжигал – что только ни делал. А в голове свербит: «Себя же убил, а вдруг это я – настоящий?» Как только дадите слабину – сразу поймете, что вас опять обманули. И надо начинать сначала. Поэтому себя жалеть нельзя. Себя настоящего, забитого в темный угол подсознания, еще найти надо.

Медитация «Наши маски»

Представьте перед собой белую стену. Простую белую бетонную стену. Около этой стены напротив вас стоите вы сами, но в печальном образе. Представьте себя печального, прислонившегося спиной к этой стене и смотрящего на вас. Теперь осознайте, что вы, настоящий, стоите напротив и смотрите на себя, печального, возле стены. Теперь возьмите винтовку, прицельтесь и застрелите себя. Хватит ли у вас духа застрелить себя печального? Посмотрите, как он падает. Потом подойдите и проверьте, жив он или нет.

Теперь представьте себе, что рядом с первым появляется следующий ваш образ, который кричит: «У меня ничего не получается, я ничего не умею, я полный неудачник!» Возьмите пулемет и расстреляйте его. Пусть этот эмоциональный образ разлетится на кусочки и перестанет портить вам жизнь.

Затем все негативные образы, которые у вас есть, ставьте напротив себя у стены и рубите их топором, жгите лазером, расстреливайте из автомата и складывайте в кучу, пусть они лежат там. Патронов не жалеете, особенно на обидчивого. Все пессимистичные образы уничтожайте. Оптимистов не трогайте. Найдите мстительного – того, кто хочет отомстить. Еще найдите того, кто желает зла ближнему своему. Найдите того, кто из своих детей сделал рабов. Найдите того, кто может подняться по этим трупам и решить, что он уже на вершине лестницы. Его тоже застрелите прямо там, на вершине. Это ваше эго поднялось.

Если вы не можете что-то сделать, то найдите того, который не может, и тоже его застрелите. Если вы стреляете, а он все равно встает, значит, у вас не получается. Найдите того, у которого не получается, и сначала застрелите его, а потом всех остальных, потому что нет такого понятия «не получается» и не может быть.

Найдите того, кто занят не своим делом. Почему он постоянно уводит вас от жизни? Покончите с ним. При этом настроение у вас должно быть абсолютно нейтральным, вы не должны ни радоваться, ни грустить по этому поводу. Просто кромсайте все негативные образы. У вас есть еще несколько образов, которые вечно чего-то боятся, так что расстреляйте и свой страх тоже. Страх за все – за себя, за детей, за родственников, за заработок, за успех, за неуспех, за завтрашний день, за войну, за страну, за всех. Расстреляйте все страхи.

Теперь представьте, как светлая чистая энергия опускается сверху и окутывает вас со всех сторон, даря ощущение чистоты, наполненности, внутренней радости и покоя. Ощутите легкость, как будто вы скинули с себя многотонную плиту, как будто избавились от чего-то, что постоянно заставляло вас заниматься непонятно чем. Дайте этой светлой комнате превратиться в ту комнату, в которой вы сейчас сидите, и постепенно проявитесь в своем теле.

Комментарий

Вот мы и избавились еще от одного слоя, в который мы закутаны. Видели, сколько негатива в вас было? Задание на неделю: каждый день выискивать во всех углах свои негативные стороны и просто уничтожать их, беспощадно. Даже если это создание стоит, смотрит на вас жалобным взглядом и говорит: «Не убивай меня, я тебе еще пригожусь...» – не жалеете его, потому что оно жалостное только до поры до времени, пока не завладело вашим телом. Это создание жалобное только тогда, когда ощущает нехватку энергии. Постепенно, делая эту медитацию, вы почувствуете настоящий вкус жизни. Она немного брутальная, но жизнь-то ведь тоже не сахар. И надо когда-то выбирать: или мы жизнь построим, или она нас уничтожит.

Вот такая медитация на избавление себя от себя. Она очень хорошо помогает, когда кто-то изнутри постоянно пытается вас зацепить, спровоцировать на какое-то действие, которое вам в жизни не нужно. Если вы заметили, что внутри поднимается какой-то гнев, тут же доставайте того себя, который гневается, и избавляйтесь от него, чтобы он вам в жизни не мешал.

Самое главное, в конце поймите одну простую вещь: сколько бы вы ни расстреливали, вы-то живы. Тревогу – «а что же останется, если я всех расстреляю» – тоже расстреляйте. Останется настоящее. Сердцевина, которая делает нашу жизнь прекрасной. А теперь возьмите эту кучу, облейте ее бензином и подожгите. Пусть горит, пока все не сгорит дотла. Даже золы не должно остаться, только белая стена и пустая площадка. Все должно испариться. Как только испарилось, возвращайтесь в тело. Открывайте глаза. Ощутите легкость.

ДВА ОБРАЗА СЕБЯ

Есть еще одна интересная техника, которую я часто использую. Я ставлю перед собой два образа: себя настоящего и того, каким бы хотел себя видеть. После этого я начинаю настраивать их до тех пор, пока эти образы не совпадут. Первое, что вы говорите: «Покажите мне, пожалуйста, меня того, который есть на самом деле». Вам покажут картинку. «А теперь покажите, каким я должен быть на самом деле. Как я должен выглядеть в идеальном варианте?» Вы видите вторую картинку. Чаще всего несоответствие между первой и второй картинками полное. Что в таком случае делать? Вы-то находитесь где-то со стороны и рассматриваете оба эти варианта. Значит, вы можете заставить первый образ выровняться и соединиться со вторым. Как только две картинки, как в бинокле, соединились, резкость настроилась – значит, вы себя уже поменяли. Значит, вибрации того, что есть, и того, что должно быть, совпали, и вы увидели себя в том варианте, в котором должны находиться.

Медитация «Два образа себя»

Закройте глаза. Представьте себя таким, какой вы *есть* сейчас на самом деле. Нарисуйте впереди себя этот образ – как вы выглядите на самом деле, а не как вы хотели бы выглядеть. Не рисуйте себе иллюзию, не обманывайте себя, все равно это ваше медитативное пространство, и вас в нем никто не видит. То, что вы увидите в этот момент, – это и есть на самом деле. Увидите собачью морду – значит, это вы и есть. Не льстите себе, не надо говорить «Нет-нет, это не я». Это именно вы. Я вас научу не врать себе. Рассмотрите себя подробнее со всех сторон. Отметьте детали, которые вас не устраивают.

Теперь отодвиньте этот образ немного в сторону, не упуская его из виду, и рядом с ним нарисуйте, вернее, закажите то, что *должно быть* на самом деле. То, как вы должны выглядеть. Скажите: «Покажите мне меня таким, каким я должен выглядеть на самом деле». Затем посмотрите, соответствуют ли эти два образа друг другу. Если они соответствуют друг другу и легко совмещаются, значит, делать ничего не нужно, можете открыть глаза. Только не обманывайте себя. Если образы не совпадают, начинайте переделывать худший образ так, чтобы он совместился и слился со вторым, лучшим. Как только образы совместились, можете открыть глаза.

ТРАНСФОРМАЦИЯ ЭНЕРГИИ

У Бога есть только одно желание – наполнить нас, причем без условий. У него нет предварительных условий. Это значит если я открыт и у меня все в порядке, то я получаю эту энергию в достатке и в любом количестве. Но бывает, что иногда вдруг нахлынет какое-то чувство – куда деваться? Все мы люди. Всегда хочется, чтобы кто-то нас пожалел, погладил по голове. На самом деле это просто-напросто зря потраченное время, и толку от этого никакого нет.

Если я – человек, который понимает эти процессы и не цепляется за мысленный поток, который начинает наполнять голову, то я могу проверить, откуда это идет. Если я проверил, что никаких наслоений нет, никто ко мне не подключился, значит, это просто какая-то энергия, которая сидела в сконцентрированном состоянии, вдруг развернулась передо мной. У каждого из нас есть это.

Что делать с этой энергией – каждый решает сам. Можно задавить ее обратно и отложить на потом, чтобы поплавать в этих сладких иллюзиях. А кому некогда, кто не хочет жизнь переводить на такие переживания, может эту энергию трансформировать. Есть возможность сделать из негативной позитивную, не выбрасывая ее. Это возможно потому, что у Бога ограничений нет, из воды может сделать огонь, из огня – воду. Нет предела. Делать можно все, что хотите. Нужно просто уметь трансформировать энергию. Почему алхимики раньше могли из ртути сделать золото? Потому что они знали процесс трансформации, знали, как включить биоэнергетическое воздействие, чтобы с помощью него дать молекулам новую информацию. Без всяких усилий – просто глаза закрыл, направил туда поток информации – все поменялось. Алхимики знали, как и какую информацию запустить, чтобы материал поменял структуру.

Так и здесь. Мы можем запустить процесс, который сможет поменять структуру некоторой энергии. Ведь энергия – она ни негативная, ни позитивная, она нейтральна. Просто есть вибрации, которые поддерживают жизнь, есть вибрации, которые забирают жизнь. Но есть еще один важный закон, который просто нужно понять. Нужно понять, что энергетический вакуум – это тоже энергия. Это не отсутствие чего-то, это энергия, которая называется «вакуум, пустота». И она заполняет собой пространство. Вот уже у нас вместо вакуума появилась энергия, то есть мой образ мышления дал возможность этой энергии перейти из состояния отсутствия в состояние присутствия. Знаете, как убирается пустота из организма? Нужно взять энергию пустоты, как шар, и вытащить ее. Пустота имеет определенную структуру. Получается шар, полный пустоты, но в оболочке. Если он полон пустоты и в оболочке, значит я, осветив его определенным количеством энергии и информации, могу задать ему другие вибрации. Запустить обратный процесс, трансформировать. Я хочу, чтобы вы ощутили этот момент: в пустоте есть все. Пустоту можно преобразовать во что угодно.

Теперь представьте, например, определенную темную структуру в виде куба. Это отсутствие энергии. Но у нас есть структура, есть пустота. Теперь представьте, что вы эту структуру взяли и поделили на какие-то элементарные сегменты. А мы знаем, что у каждого элемента есть два конца – минус и плюс. Что нужно сделать, чтобы у нас вместо минуса появился плюс? Надо просто этот элемент перевернуть, поменять местами знаки.

В биоэнергетике все работает очень легко и просто. Самое главное – нужно понять: для того чтобы что-то сделать, ничего делать-то не надо. Надо просто поменять местами негатив с позитивом. Если я знаю, что в негативе содержится также и позитив, значит, я должен в этом негативе найти его позитивную сторону и поменять их местами. Другими словами, трансформировать, преобразовать ту энергию, которая есть внутри. Тогда мне даже

не надо ее вытаскивать, потому что я ее поменял на месте – из темной превратил в светлую. В биоэнергетике это возможно, это не физический мир.

Медитация «Трансформация энергии»

Представьте (как вам удобно) темную структуру, пустоту, и попытайтесь сегментарно ее поменять, осветлить. Но не надо менять местами черное и белое. Менять местами – это первый уровень. Надо сделать так, чтобы при замене осталось только белое. Для этого структуру надо трансформировать. Трансформация – это второй уровень. В тот момент, когда вы трансформируете, темное исчезает полностью, а белое заполняет все пространство, даже его пустую часть.

Суть должна быть именно в действии. Вы заменяете энергию, а не просто представляете, что она поменялась. Так вы можете нарисовать обертку сверху, но это не будет трансформацией, потому что вы просто уговорите себя, что теперь она светлая. Но если эта структура действительно поменяется, то вы ощутите это. Торопиться не надо. Это тяжелая работа, и ее нелегко делать.

Теперь найдите у себя одну негативную эмоцию, которая возникает наиболее часто (например, обиду). Найдите свои обиды и попытайтесь поменять их таким образом, чтобы вместо них пришла какая-нибудь другая эмоция. Обида должна не просто исчезнуть или куда-то уйти, она должна стать другой энергией, положительной. Никуда не удаляйте эту обиду, просто представляйте, что вы как будто бы переписываете ее код. Один код стирается, а другой тут же записывается на это место. Это и есть трансформация – одно исчезает, и за счет освобождения энергии появляется новая энергия – положительная. Как только закончили, можете вернуться.

Комментарий

Если вы не нарисовали себе иллюзию и трансформация действительно произошла, то вы моментально получаете результат на уровне физических ощущений. Если поменялось настроение – значит, вы все сделали правильно. Вам даже не нужно анализировать, поменялось что-то или нет. Как только вы забыли о проблеме, она разрешилась.

Самое главное, после медитации должно быть ощущение, что работа закончена. Если у вас есть ощущение чего-то незавершенного или вы нарисовали себе иллюзию, тогда начинайте сначала. Здесь ничего не надо придумывать. Просто переписывайте код. Желательно не задумываться об этой обиде. Увидели эту энергию полностью, представили себе, что хотите ее трансформировать, – и наложите новый код. Но вначале нужно обязательно стереть предыдущий код, а если наложите его сверху на старый код, то возникнут новые проблемы. Это надо не столько понять, сколько увидеть один раз, как оно работает.

Вы должны запустить этот процесс так, чтобы то, что было пустотой, стало вдруг чем-то. Тогда вы сможете *это* наполнить светом. Пустоту светом заполнить невозможно. В вакууме не видно света, несмотря на то что он там есть. Лучи есть, их просто не видно. Поэтому я говорю, что темнота стремится к свету, но свет не стремится в темноту.

Осознайте: темнота с удовольствием заполнит свет. Но свет вряд ли будет заполнять пустоту. Свет туда никогда не войдет. Поэтому темнота распространяется на свет, но свет не распространяется на темноту. Вот

такой парадокс. Говорят, что добро побеждает зло. Ничего подобного, просто добро не идет туда, где зло. Но зло всегда лезет туда, где добро. И добро побеждает его на своей стороне, потому что, если добро устремится на другую сторону, оно всегда проиграет. Почему? Потому что если вы зажжете свечку там, где темно, то ее хватит лишь на время. Через несколько минут она погаснет, и опять будет темнота. Поэтому я говорю: не лезьте на темную сторону, не победите никогда. Но если будете находиться на светлой стороне, то воевать не придется. А если придется, то вы всегда выйдете победителем, даже если какое-то время будете ощущать дискомфорт.

ОТКЛЮЧЕНИЕ ОТ ПРОШЛОГО

Я бы хотел, чтобы сейчас мы поработали с прошлым, потому что прошлое многих из вас несет в себе определенные моменты, которые до сих пор не разрешились. Прошлое – это большая грузовая машина, которая едет в другую сторону. Представьте себе, что вы привязаны к этой машине невидимыми нитями. У кого нити, у кого крючки, у кого тросы, а у кого – просто огромная труба за спиной. Я вам могу сказать одну простую истину: если у вас боли в спине, особенно в пояснице, значит, существуют проблемы, связанные с вашим прошлым. Прошлое работает против вас и когда-нибудь выдернет этот межпозвоночный диск. Если есть ощущения, что со спины идет определенное напряжение, то вы должны понимать, что у вас в прошлом не все **закрыто**. Есть какие-то вещи, которые до сих пор тянут и которые вы не можете отпустить. Вы могли их забыть, вы могли о них не думать, это могли быть какие-то мимолетные вещи, когда вы пообещали что-то сделать и забыли, но все это осталось висеть крючками на спине. Поэтому необходимо научиться отключаться от тех несбывшихся желаний или обещаний, которые уже просто перегнили. Все, что надо сделать, – открепиться от своего прошлого опыта, чтобы перестать смотреть назад и сравнивать сегодняшнюю ситуацию с тем, что было когда-то раньше. Большинство тревог, страхов, проблем и неудач сегодняшней жизни идут из прошлого, потому что мы получаем то, что построили в прошлом.

Те привязки, которые у нас существуют, – они как резина, которая растягивается до определенного момента. Когда определенный момент наступает, резина останавливается и перестает растягиваться. Получается одна простая вещь: человек начинает топтаться на месте, а потом потихоньку жизнь начинает его тянуть назад. Резина начинает его тянуть в обратную сторону, и он понимает, что пошел откат. Откат пошел по той причине, что где-то в прошлом есть нерешенные проблемы, от которых человек отмахнулся и пошел дальше, не решив саму проблему. В какой-то момент она начинает его тянуть. Иногда это проблема, которую человек сам себе создал, иногда это проблема, которую на него навесили.

Сейчас мы будем себя отпускать. Отпустим свое прошлое, чтобы оно перестало давить. Я вам дам такую систему: сначала отключим все, что тянется из прошлого, после этого каждый из вас сзади себя построит стенку, чтобы не было соблазна снова в свое прошлое скатываться, затем мы закрепимся в настоящем и развернем себя лицом по отношению к будущему, то есть сконцентрируемся на том, что мы должны получить по мере прохождения своей жизни. Неважно, знаете ли вы, что хотите получить, или нет, но нужно всегда видеть впереди светлую, чистую дорогу, на которой нет никаких проблем. Если дорога светлая и чистая, вы ее видите и у вас хорошие ощущения, значит, жизнь все расставит по своим местам. Если вы видите, что есть какой-то туман и неопределенность впереди вас, значит, вы скоро в этот туман попадете. Вам нужно сделать так, чтобы этот туман исчез и дорога просветлела. Если есть впереди туман, это значит, что от прошлого вы отключились не полностью. Значит, прошлое еще запускает какие-то проблемы и требует от вас их решения. Решать не обязательно методом возвращения в прошлое и переделывания там какой-то ситуации. Можно решить все прямо здесь и сейчас.

Медитация «Отключение от прошлого»

Закройте глаза. Представьте, что к вашей спине, прямо к коже, прикреплены крючки с тонкими черными нитями, тянущимися в прошлое. Теперь представьте, что вы начинаете снимать эти крючки и отпускать их, видя, как они на эластичных нитях улетают в прошлое и исчезают из вида. Начинайте снимать, проходя по всей спине, и наблюдайте, как они улетают. Освобождайте себя. Вы уже столько всего себе наобещали, что не помните, с

чего начинать. «Я буду заниматься спортом, я буду хорошим, я пойду это делать...» И никто никуда не пошел. Так вот, если не пошли и не хотите идти, снимайте эти крючки один за другим, не спеша.

Спускайтесь постепенно на уровень поясицы – там у нас находятся самые мощные привязки. Может быть, кто-то увидит трубу или канат, идущий к кому-то, неудавшиеся прошлые связи или еще что-то. Как правило, все это висит у нас на спине.

Отключайте и представляйте, как те раны, оставшиеся от крючков, затягиваются и исчезают. Обратите внимание на свою шею – нет ли там какого-нибудь хомута, который тянется назад на веревке. Если вы чувствуете, что у вас есть хомут на шее, снимайте его – это не ваш хомут. Может быть, вы его сами на себя повесили когда-то, но постепенно он затягивается и создает всевозможные проблемы. Снимайте его, как вам удобно, и отпускайте в прошлое – пусть летит.

Теперь представьте, что к вашим икрам и голням прицеплены крючки и на этих крючках далеко внизу висят огромные мешки с камнями. Вытаскивайте эти крючки и отпускайте – пусть летят вниз. Очистите себя от всех комплексов, которые прикручены к вам.

Теперь представьте, как чистая светлая энергия льется сверху вам на голову, покрывая вас со всех сторон светлым слоем густой чистой энергии, как глазурью, заживляя все душевные и физические раны, избавляя от всех блоков и постепенно заполняя все пустоты, которые образовались в тех местах, где висели те самые крючки. Делайте это до тех пор, пока не почувствуете себя совершенно наполненным, а вокруг – течение энергии, которая превращается в панцирь. Прозрачный теплый панцирь, дающий силу и энергию.

Представьте свою спину – чистую, без всяких зацепок – и бесконечное пространство сзади вас. Представьте, как прямо за вашей спиной вырастает светлая чистая белая стена высотой двенадцать метров, которая закрывает вам полностью все видение назад в прошлое. Теперь развернитесь спиной к этой стене, поднимите ваш внутренний взор наверх, посмотрите, как на вас опустилась светлая чистая энергия и подключилась к вашей голове. Ощутите, как информация в виде энергии начинает спускаться к вам в голову, проходя через все тело.

Затем обратите свой взор вперед, в бесконечность. Увидьте светлый чистый путь впереди себя. Если этот путь не является светлым и чистым, значит, стена, которую вы построили сзади, не полностью закрыла от вас прошлое. Посмотрите, где есть дырки, и дайте приказ стене эти дырки залатать. После того как залатали, снова обратите взор на свое будущее. Оно должно поменяться на светлое и чистое. Сделайте так несколько раз, пока путь впереди не станет светлым и чистым. Если вы видите, что не все получается в будущем, если в нем есть какая-то темная область, значит, вы уже перетаскивали туда что-то из прошлого. Смотрите опять, ищите в стене дырку, заделывайте ее и смотрите, как эта темная энергия исчезает из будущего.

Как только закончили, сделайте глубокий вдох и на выдохе откройте глаза.

Комментарий

Прошлое не должно вам навязывать какие-то системы, устои или еще что-то, чем бы вы могли пользоваться в своей жизни, так как в прошлом находится отработанный материал и брать из него что-то – то же самое, как в шкафу со старой одеждой попытаться найти то, что когда-то вам казалось очень модным. То же самое и с вашим прошлым опытом, потому что все создано по образу и подобию. Если где-то было хорошо – оставьте это там, потому что это прошло, закончилось и незачем тянуть его в настоящее.

РАБОТА С ЭНЕРГИЕЙ СИТУАЦИЙ

Следующая наша тема – это энергия ситуаций. Как обращаться с этой энергией, менять жизненные ситуации в положительную сторону в учебе, отношениях, на работе, в карьере и т. д. Будем выяснять, как это делается с помощью высших духовных инстанций, то есть энергий. Энергия в моем понимании – это не какие-то цветовые гаммы, которые можно разглядывать. В понятие энергии я вкладываю абсолютно все, все высшие инстанции. Здесь и проводники, и высшие мастера, и ангелы, и Бог в том числе.

Любые ситуации в нашей жизни мы делим на хорошие и плохие. Как сделать, чтобы в нашей жизни были только хорошие ситуации, как построить для себя такой путь и его придерживаться? И если мы видим или чувствуем приближение каких-то событий, как сделать, чтобы они происходили либо с положительной стороны, либо не происходили вообще? Всегда есть события, которые можно предотвратить и тем самым избежать каких-то последствий.

Есть очень эффективная техника, которая называется «Замена». С ее помощью можно поменять одну ситуацию на другую. Если чего-то хочется, а желаемое никак не приходит, то можно посмотреть, что стоит на этом месте в вашей жизни, и поменять местами то, чего хочется, и то, что есть на самом деле.

Давайте выполним медитацию. У каждого есть что-то, чего очень хочется, но почему-то до сих пор нет в жизни. Посидите несколько минут, выберите какую-то конкретную жизненную ситуацию, и мы поменяем ее с отрицательной на положительную. Для этого найдите положительную ситуацию, которую вы хотите ввести в свою жизнь.

Медитация «Замена»

Закройте глаза и представьте себе себя. Представьте ситуацию, которая есть сегодня и которая по каким-либо параметрам вас не устраивает. Теперь представьте, что вы держите эту ситуацию в одной руке, например в правой. А теперь где-то поодаль найдите ту ситуацию, которую вы хотите видеть в своей жизни взамен этой. Найдите ее. Как только нашли, возьмите эту ситуацию в левую руку. Как только приготовили обе руки, одним движением поменяйте местами эти ситуации. Ту ситуацию, которую вы хотите, перенесите в правую руку, а другую – в левую.

Теперь новую ситуацию, которая вошла в вашу жизнь, растворите в себе. А ту ситуацию, которую вы вывели из своей жизни, отпустите. Пусть она уходит. Как только сделали это, можно открыть глаза. Действие окончено.

Комментарий

Если вы можете в деталях нарисовать ту или иную ситуацию, это хорошо. Но я хочу, чтобы вы дошли до такого состояния, когда будете верить в то, что само появляется у вас в руках. Когда вы прорисовываете в деталях ту или иную ситуацию, то это психология, а не биоэнергетика. На уровне психологии вы должны составить этот образ и влезть в него. На уровне биоэнергетики в тот момент, когда вы просите у Вселенной, у Космоса, у Бога дать вам в жизнь новую чистую ситуацию, вы должны доверять тому, что вам дают. Как только новая энергия появилась в руке или где-то в пространстве, значит, это именно та ситуация, которую вы хотите, и ее даже

не нужно как-то называть. Я вас пытаюсь вывести на уровень, где не надо логически мыслить и сопоставлять какие-то вещи, а доверять тому, что вам дают, и именно это вводить в свою жизнь.

Применять эту технику можно без ограничений. Единственное, не нужно злоупотреблять, потому что разгонитесь и забудете, где что делали и с чего начали. Действуйте аккуратно. Большинство из вас – устоявшиеся личности, и вы должны понимать, что каждое движение, которое вы производите в энергии, даст волны в вашей жизни. Вы поменяете себе жизнь. Делать это надо плавно, не спеша, четко отслеживая изменения, чтобы никогда больше не запутаться.

Если у вас во время выполнения медитации были сомнения, закройте глаза на секунду, возьмите того себя, который говорит «не верю, сомневаюсь, как-то все просто», найдите того, который говорит «верю», и поменяйте их местами. Мне нравится, когда все просто, потому что я любитель простых вещей. Я не люблю громоздить страшные теории. Самое простое валяется у нас под ногами. Люди ищут Бога наверху, а он давным-давно здесь. Так что все просто.

Вы даже себе представить не можете, сколько положительной работы можно сделать, обладая подобной техникой. Главное, понять принцип. Найдите того, которому скучно, и того, которому интересно, и поменяйте их местами. Найдите того, которому грустно, и поменяйте на того, которому радостно, без дополнительных условий. Найдите того, которому обидно, и поменяйте на того, которому все равно. Найдите у себя пессимиста и поменяйте его на оптимиста. Найдите у себя темноту и поменяйте ее на свет. Найдите у себя неуспех и поменяйте его на успех.

На своем личном опыте я понял такую вещь. В тот момент, когда я что-то меняю, та негативная ситуация, которая была две минуты назад, вдруг забывается полностью, стирается из мозга, а на ее место приходит радость бытия и все, что вы хотите. В нашей жизни есть очень много негативных вещей, которые мы хотим поменять. И вместо того чтобы сидеть и в течение нескольких секунд поменять, мы годами гоняем по кругу мысли в голове в надежде, что еще немного – и это закончится. Не надо сидеть и мучительно думать. Нужно просто взять и поменять. Могу сказать из своего опыта, что эта методика работает идеально. Самое главное – не отчаиваться, если даже ничего не произошло после первых попыток. Если ничего не произошло, работайте дальше. В какой-то момент ваш мозг сработает и предоставит вам возможность получить то, что вы ищете.

Как правило, если есть хорошие ощущения, что новая энергия вошла и растворилась, то, в принципе, не стоит ожидать результата, потому что он все равно будет. Он придет, рано или поздно, просто надо понять, что энергетика, которая переходит на физический уровень, требует некоторого времени для того, чтобы сработать. Иногда это занимает час, иногда два, иногда день, иногда неделю, а иногда надо несколько лет пахать для того, чтобы сработало то, что вы когда-то меняли. Наш физический организм обладает определенной инертностью и не очень-то готов расставаться с привычным образом жизни. Но если вы его все-таки сдернете с насиженного места, то все пойдет как по маслу. Поэтому я говорю: не надо отчаиваться, а надо продолжать работать. Если по ощущениям вы чувствуете, что энергия

вошла, можете всегда быть уверены, что она сработает. Ведь Бог еще никого не обманул, просто мы постоянно бегаем от результата.

Можно ждать результата годами. Не торопитесь. Жизнь-то движется все равно. Все равно придете к пониманию... Вы не должны сидеть и ожидать каких-то сверхизменений, потому что, если они должны произойти, они обязательно произойдут. Я предлагаю просто жить, наполнять свою жизнь радостью и в этой радости пребывать.

ЛИЦОМ К ЖИЗНИ

Я считаю, что каждый из вас – уникальный специалист. Не верите? Каждый из вас индивидуальность, какой нет больше в мире. Каждый из вас, сидя на своем месте в своей жизни, должен понять, что еще одного такого, как вы, просто не существует. Вы должны первый раз в жизни понять одну простую вещь: не может быть никого лучше вас, потому что лучше вас можете быть только вы сами. А так как никого лучше вас нет, конкуренции вам бояться незачем. Никто у вас не сможет отобрать ваш кусок хлеба, потому что лучше вас нет. Нет специалиста лучше вас. Есть разные люди – профессора, доктора, математики, физики, программисты... Они разбираются во множестве вещей. Но нет никого, кто лучше вас разбирается в вашей жизни. Если вы это поймете, то с этого момента ваша жизнь повернется к вам лицом. Просто в какой-то момент вы перепутали себя со своим телом, а тело – это один из элементов мироздания. И любое тело, которое было создано на Земле, имеет смысл. А раз оно имеет смысл, значит, имеет смысл и вы. У каждого свой смысл. Цель одна – полюбить себя, соединиться с самим собой и понять суть своего пути. А суть одна – научиться жить. А предназначение одно – это жизнь. Все остальное – это должности и профессии. Научитесь жить – все остальное приложится. Перестаньте складывать знания в ящик, в надежде, что как-нибудь потом сможете ими воспользоваться, когда наступит подходящий момент. Он наступил вчера, просто вы опять его пропустили. Так что не ждите, начните сейчас. Начните просто жить, без предварительных условий.

Медитация «Лицом к жизни»

Сделайте один глубокий вдох и медленно выдохните. Сделайте еще один глубокий вдох и медленно выдохните, расслабляя все тело. Сделайте еще один вдох и во время выдоха закройте глаза. Посидите несколько секунд в тишине и спокойствии. Дышите ровно.

Представьте энергию жизни в виде светлого луча, спускающегося с небесной высоты. Походите вокруг этого луча с ощущением, что вы ходите вокруг и рядом с жизнью, ища эту самую жизнь где-то в другом месте. А теперь поймите, что вот она – здесь, рядом с вами, но вы в ней никогда не были. Вы всегда были рядом, наблюдая, как она безвозвратно уходит, оставляя горечь и печаль недостижений, несделанных дел, оставленных на потом, так и застрявших в прошлом.

Вы думали, что жизнь где-то впереди, вы всегда думали, что вы пока еще не достойны. Теперь вам придется расстаться с иллюзией. С иллюзией той жизни, которой вы жили. Все, что мешает и не соответствует этому лучу, энергии вашей жизни, оставляйте рядом. Снимайте с себя все обязательства, все обещания, комплексы и страхи перед жизнью. Не забудьте оставить здесь нерешительность и низкую самооценку. Оставьте здесь нежелание брать на себя ответственность за свою жизнь. Снимайте с себя слой за слоем все понятие жизни. Снимайте, как одежду, с себя все, пока не почувствуете легкость, чистоту и внутреннее сияние. Только в состоянии чистоты вы сможете зайти в свою жизнь.

Встаньте лицом к лучу энергии вашей жизни и сконцентрируйтесь на желании в нее войти. Заходите внутрь с полным ощущением присутствия, с ощущением, что вы внутри. Растворитесь в этой энергии до полного исчезновения. Только энергия, только сама жизнь. Ощутите поток энергии, струящийся через тело. Теперь вы находитесь не где-то снаружи, вы находитесь внутри своей жизни. С этого момента не вы для жизни, а жизнь для вас. Растворяйтесь в ней полностью, начинайте ею жить здесь и сейчас, не откладывая на потом, не откладывая далеко вперед. Посидите в таком состоянии еще несколько секунд или минут и, как только будете готовы, откройте глаза.

Комментарий

Хоть наши медитации и могут показаться игрой воображения, примите во внимание одну простую вещь: все, что вы сейчас делаете во время медитаций, есть именно та реальность, которая строит жизнь. Поэтому относитесь к нашим практикам с определенной долей уважения и поменьше думайте, что это игра, которая когда-нибудь закончится. Это то, что даст вам возможность пребывать всегда в здравии, бодрости духа и радости. Со временем именно этот подход научит вас не реагировать на определенные жизненные катаклизмы. Моя книга направлена только на одно – научить вас жить, не оглядываясь, не обижаясь и не заикливаясь ни на чем, вытаскивать из себя страхи и замещать их энергиями, которые будут вас продвигать в развитии, а также управлять энергией или, другими словами, своей жизнью. Вселенная бесконечна, и в ней всегда есть куда двигаться. В духовном мире всегда есть неограниченные возможности для развития.

Желательно все медитации, которые даются в книге, делать самостоятельно и регулярно, потому что это даст вам возможность ощутить на практике их действенность в повседневной жизни.

ГЛАВА 4 ВАША ДОРОГА ЖИЗНИ

Если вы умеете управлять своим счастьем, если вы умеете управлять своей радостью, если вы умеете управлять своим успехом и идти туда, куда вам надо и когда вам надо, то фактически вы научились управлять своей жизнью.

НУЖНО ЛИ ЗНАТЬ БУДУЩЕЕ?

Порой люди говорят: «Зачем мне знать будущее? Если я буду знать свое будущее, мне станет неинтересно». По моему мнению, это ошибка. Чем больше я знаю о своем будущем, тем больше интереса оно вызывает, потому что хочется заглянуть еще дальше за тот забор, что стоит передо мной. Я считаю, что мы все пришли сюда в школу Пророков. Мы учимся быть пророками в своей жизни, видеть будущее и вовремя его менять, чтобы не попасть туда, где нам не хочется быть.

Считается, что пророков проверяют одним способом. Как узнать, что именно Бог передал информацию пророку, а не сам человек ее придумал? Ответ обычно такой: Бог сказал, что вложит в уста пророков правильную информацию, которая сбудется даже в деталях. А если не сбудется, значит, это лжепророк. Так принято считать. Но если Бог вложит пророку в уста информацию и пророк ее поменяет? Что значит «поменяет»? Это значит, что он, меняя себя, изменит свое будущее и эта информация не реализуется в физическом плане, действие не произойдет. Но это не значит, что он лжепророк. Просто он поработал над собой и изменил свое будущее.

Вот это то, что мы будем делать. Эта глава предоставит возможность понять, что такое дорога вашей жизни и как ее можно поменять. Мне нужно, чтобы вы не только научились видеть, предвидеть события, но получили инструменты для того, чтобы их изменить.

Следующий этап – это умение концентрироваться для того, чтобы добиться каких-то определенных успехов, достичь целей, которые вы для себя наметили. Человек, который пытается добиться успеха, преуспеть, как правило, планирует и логически расставляет для себя некоторые промежуточные цели. Но если логически выстроенные ходы приводят в тупик, намеченное остается невыполненным, мы теряемся. Порой нам удается найти выход из тупика, доверившись интуиции. Давайте научимся видеть далеко вперед и готовить для себя дорогу, чтобы по мере продвижения получать то, что запланировали на физическом уровне, либо информацию, либо какие-то материальные вещи, либо что-то еще, то есть конкретно проявлять задуманное.

Каждый человек, занимаясь духовными практиками в течение нескольких лет, делает по жизни несколько кругов, о которых мы уже говорили. Десять лет практики дают возможность человеку осознать себя, осознать, что он делает в своей жизни, и начать планировать и регулировать ее полностью. Как говорится, не я для жизни, а жизнь для меня. «Жизнь для меня» означает, что я должен научиться управлять ею, взять всю ответственность на себя, а не кивать на окружение, предвидеть негативные события и обходить их стороной.

А вот теперь – парадокс. Представьте, что вы идете по жизни и видите на пути завал. Вы четко знаете, что за этим завалом обрыв, а другой дороги нет. Что делать? Тут есть два варианта. Первый: необходимо выяснить, а ваша ли это дорога. Второй вариант: необходимо

выяснить, что этот завал делает на дороге, если она ваша. А что мы обычно делаем в такой ситуации? Мы начинаем тормозить.

Представьте себе картину: вот идет ваш путь, на нем завал, дальше обрыв, и вы стоите перед завалом, за которым ничего не видно (рис. 6). А ваше высшее «Я», которое видит все, в том числе и то, что за завалом, всеми способами пытается сигнализировать об этом. И у вас появляется лень, вам вдруг ничего не хочется делать, в какой-то определенный момент вы садитесь и сидите сложа руки, интуитивно понимая: что-то должно произойти. Были такие ситуации у кого-то?

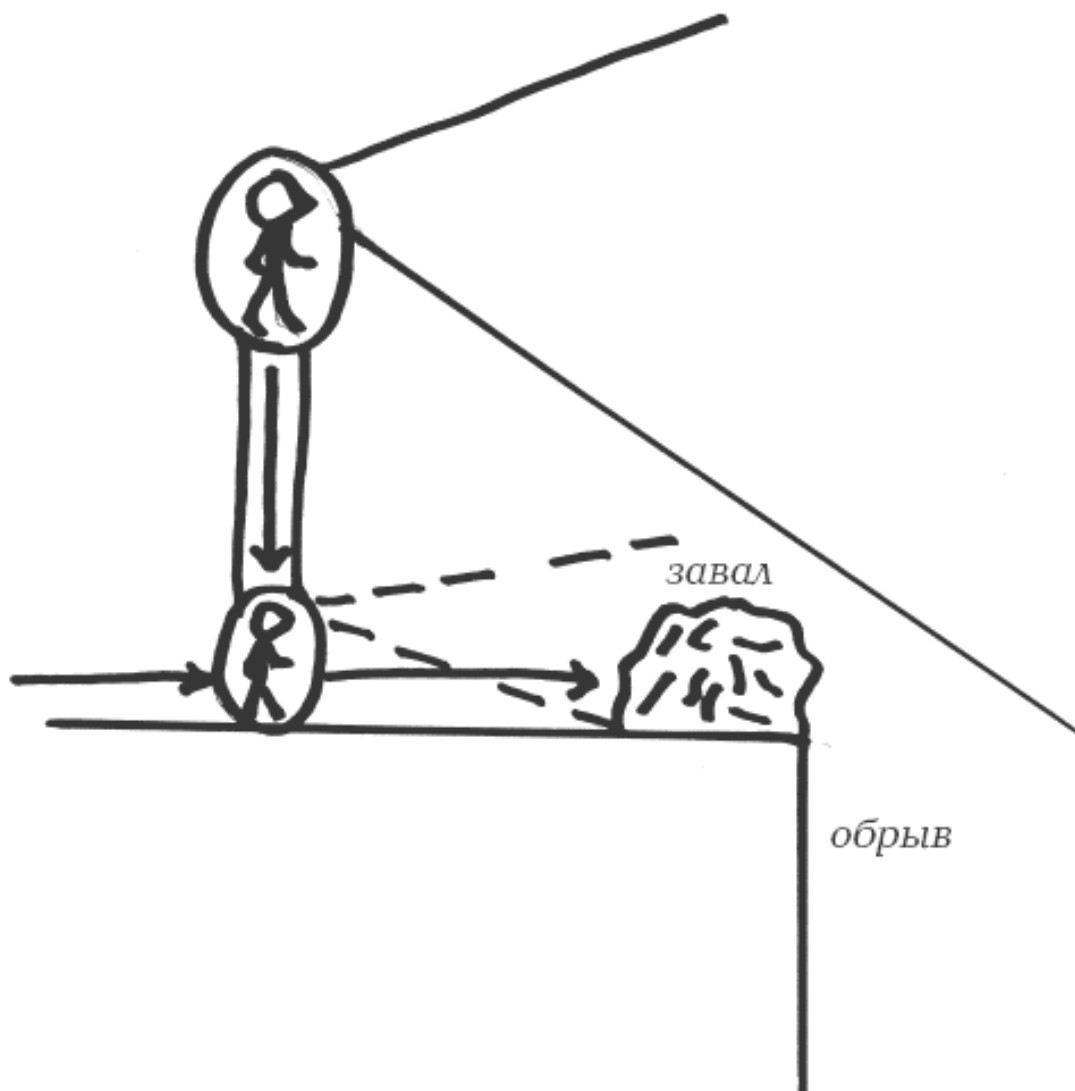


Рис. 6

Женщины особенно хорошо чувствуют на уровне интуиции, когда приближается что-то нехорошее. Что происходит? Вы автоматически начинаете давить на тормоз. Но если посмотреть сверху, то можно увидеть, что за обрывом идет крутой подъем, и если вы этот обрыв не пройдете, то не подниметесь. Но из-за завала вам ничего этого не видно. Появляется вопрос: как научиться заглядывать в свою жизнь немного вперед?

Кто сказал, что это неинтересно, когда знаешь свою жизнь наперед? Что же тут неинтересного? Попробуйте – еще как интересно! Смотришь – впереди волна грязи идет на тебя

– и думаешь: «Все, конец... А если бы я не знал, то что, в нее бы попал?» Теперь мне нужно до того, как она подошла, сконцентрировать вокруг себя массу защит, проделать в этой волне дырку, забетонировать защиту, чтобы не обдало грязью, и пройти под волной. Вышел на ту сторону, а там – поле зеленое.

Но если человек впал в депрессию и так и остался в ней – то все, он перегорел. Он сидит и говорит: «Я не знаю, что делать, выхода нет», потому что его накрыло этой волной, потому что он боялся увидеть свое будущее. Он знал, что придется тяжело работать над собой и ситуацией, но решил пустить все на самотек. Ему кажется, что выхода нет и не будет, потому что он стоит перед крутым подъемом, который выглядит как стена. Он стоит перед стеной, уперся в нее и не знает, что делать. Какая же это стена? Это не стена, это ступенька, просто она в сотни раз выше, чем сам человек (*рис. 7*). Чтобы туда забраться, надо три года работать над собой, учиться. Да, придется три года посидеть в минусе, поболеть, решить для себя, с теми ли людьми вы идете по жизни, действительно ли они ваши друзья, поддерживает ли вас ваша семья?

Все, что мы будем делать сейчас, это учиться, как определять свое направление движения по жизни, чтобы, не боясь и не запуская эмоциональный фон, подготовиться к тому, что через какое-то время придется спуститься. Да, спуститься, потерять что-то, возможно в деньгах, но вы будете знать: это временно и, как только вы пройдете обрыв, начнется подъем.

А обрыв – это возможность, которую вам предоставил Всевышний, возможность осознать какие-то вещи, чтобы после этого подняться еще выше в своем развитии. Именно поэтому жизненный путь преграждают проблемы. Только проблемы побуждают человека к поиску нового знания. При этом совсем необязательно в них входить. Иногда достаточно просто их предвидеть, чтобы успеть поменять ситуацию и тем самым научиться избегать проблем.

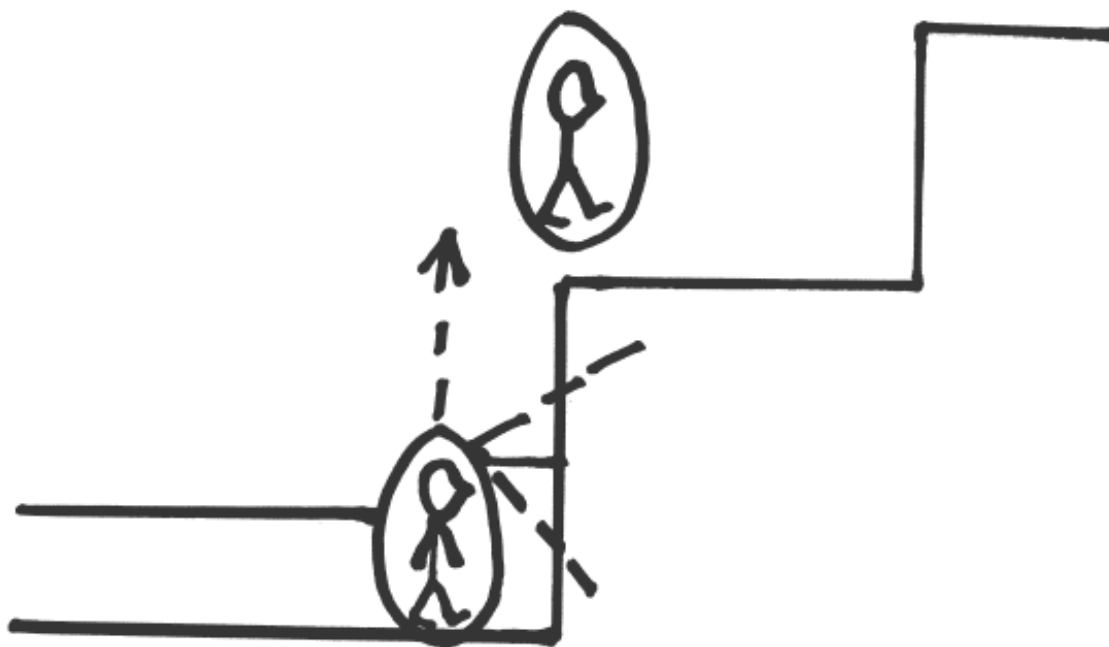


Рис. 7

Медитация «Ваша дорога жизни»

Закройте глаза. Сядьте ровно, не перекрещивая ни руки, ни ноги. Руки положите на бедра. Представьте себе дорогу и попытайтесь описать для себя, как она выглядит. Посмотрите немного вперед на какое-то расстояние, не важно, на какое. Просто посмотрите вперед с того места, где находитесь, и попытайтесь описать то состояние, ту картинку, которая всплывает в голове. Кому мешают мысли – избавьтесь от них, иначе ничего не получится. Концентрация должна быть настолько серьезной и мощной, что вам должно быть все равно, пусть хоть мир перевернется, ураган пройдет, стихийное бедствие, громы будут грохотать – ничто не нарушит медитацию.

Вернулись обратно, открыли глаза.

Комментарий

Картину, которую вы сейчас видели, – это то, что вам дали по жизни, или то, куда вы попали вместе с течением жизни, в силу обстоятельств, в результате наставлений родителей, мужа, жены, советчиков... Каждый из нас находится на каком-то определенном пути и считает, что этот путь он должен пройти. Мы говорим: «Вот это мой путь, и я должен его пройти», – правильно? А если мы смотрим вперед и видим, что когда-то негативная часть жизни должна закончиться и начаться хорошая, – в этом случае что мы делаем? Сидим и ждем, таким образом, плывем по течению. Есть дорога, мы по ней идем, и нет никакого управления. Мы едем туда, куда нас несет. Хорошо, если в верном направлении, где нас ожидает только хорошее. А если нет?

Я в какой-то момент пришел к выводу, что я не хочу, чтобы дорога управляла мной. В момент медитации мы находимся в медитативном пространстве, у которого нет физических законов. Там они не действуют. Попробуйте закрыть глаза, представить себе асфальтированную дорогу и подвигать ее – вы увидите, что она двигается. Попробуйте ее расширить, попытайтесь ее почистить – она почистится и расширится. Попробуйте перекрасить ее в другой цвет – она перекрасится.

И если на дороге идет спуск, то не обязательно идти по самому низу, не обязательно падать, чтобы потом подняться. Все, что нужно сделать, это построить для себя мост через эту яму. И все. Я не хочу знать, что должно быть там, внизу. Я был там, я прошел через это и понял, что ничего хорошего там нет. Второй раз я не хочу. Я просто попрошу некоторое количество энергии, чтобы построить мост и перейти по нему к новому состоянию. Я уже наелся, научился и больше не хочу плохого. Мне нужно нормальное развитие моего сознания, чтобы я видел только хорошее. И коли уж я вышел на эту хорошую линию, то я попытаюсь себя там удерживать.

Если на моей дороге завал, то это неприемлемо для меня, потому что из-за него я не все вижу. Я не люблю идти в потемках. Я не люблю потемки, не люблю лес, не люблю поле с гравийной дорогой, когда идешь, шуршишь

этим гравием и не слышишь, что тебе Всевышний говорит. Поле – это хорошо, в него можно выйти, отдохнуть, набраться энергии. Но потом нужно обратно на свою дорогу. Дорога моя должна быть золотая, или платиновая, или алмазами украшенная. У меня должна быть дорога, которая дает мне ощущение, что она моя, что я ее себе создал. Это дорога, которая меня устраивает, она мне нравится. Вообще, я люблю, чтобы меня все устраивало в жизни.

Если кто-то сказал, что в мире есть добро и зло, один раз вверху, один раз внизу, – так пусть он сам с этим и живет, пусть борется. А я буду бороться по-другому. Я буду учиться, как не попадать туда, где я не должен быть. И даже если я попал туда, в плохое, то я запрограммирую все так, чтобы ко мне это плохое не пристало. Если мне надо через плохое пройти, я проделаю там тоннель, освещу его светом и пройду по нему. Я пройду по нему, и никто меня пальцем задеть не сможет. Это проверено.

Для этого у вас должна быть связь с высшим «Я», которое вас видит. Через него вы можете посмотреть на свою дорогу сверху, через него вы можете связаться с Высшими инстанциями, которые отвечают за дорогу, за движение, за освещение, за защиту и т. д. У каждого на тонком плане есть своя профессия, своя должность, каждая энергия отвечает только за одно действие. И я могу договориться с этой энергией, *запустить* ее, чтобы построить мост или тоннель.

Построит энергия, а не я, потому что я ничего не умею. Я могу, конечно, оторвать кусок энергии от ноги и отдать ее, это не проблема. Но через три дня нога у меня отвалится, потому что она останется просто-напросто без питания. Это то, что обычно происходит. Вы раздаете свою энергию направо и налево, без разбора.

Сейчас я вас научу технике смены пути. Этого умения вам хватит на всю жизнь. В любом случае, в любой ситуации (если возникла проблема и вы видите, что ничего не получается) – сели в медитацию, исправили путь и пошли в верном направлении. Это и называется «управлять энергией». Если вы умеете управлять своим счастьем, если вы умеете управлять своей радостью, если вы умеете управлять своим успехом и идти туда, куда вам надо и когда вам надо, то фактически вы научились управлять своей жизнью.

Медитация «Изменение дороги»

Закройте глаза, представьте снова свою дорогу. Вопрос, который надо задать: «А моя ли это дорога?» Ответ прочитайте на самой дороге – там будет написано. Если дорога ваша, ничего делать не надо. Если она ваша, но вам не нравится, как она выглядит, можете почистить ее слегка – разгрести завалы или еще что-нибудь. Если дорога не ваша, то определите, чья же она: мамы, папы, мужа, жены, детей, родственников, знакомых, дядей, тетей, дорога работы и т. д. Потом найдите свою дорогу, попросите ее вам показать.

Если у вас нет никаких проблем со здоровьем, в жизни все устраивает, значит, скорее всего, это ваша дорога. Если у вас есть проблемы со здоровьем, значит, дорога не ваша либо вы на ней остановились. Проанализируйте ситуацию, в которой вы находитесь, и ответьте на все вопросы для себя. Учитесь задавать вопросы и получать ответы на них. Если у вас дорога идет вниз, то есть обрыв и потом крутой подъем, и вам это не нравится, то постройте тот мост, о котором я говорил. Потренируйтесь выстраивать мост.

Если вы начали тщательно чистить и вымывать свою дорогу, то на каком-то этапе остановитесь, не доделав работу, потому что сейчас я вам дам универсальную технику, как доделывать. Как делать так, чтобы все работало само, а не вы это делали. Возвращайтесь обратно. Открывайте глаза.

НАСТРОЙКА ДОРОГИ

Я уже писал о том, что наш организм является инструментом приема-передачи. Если мой организм – это инструмент приема-передачи какого-то сигнала и его обработки, значит, этот передатчик может быть либо настроен, либо нет. Вот и весь секрет. У нас есть очень простое решение: если передатчик не настроен, значит, его надо настроить. Это универсальная техника, которая работает практически везде. С ней вы можете сделать все, что хотите.

Что значит настроить? У вас есть ваша дорога и на ней то, что вы хотите получить, этапы, которые вы должны в своей жизни пройти. Вы ставите эти этапы для себя вдоль дороги. Сначала машина, дальше самолет, потом катер, космический корабль – это образно говоря. Вот это этапы, которые вы для себя определили. Если вы, идя по своей дороге, проходите эти знаки, которые для себя расставили, – значит, вы продвигаетесь по ней. Если вы не получаете того, что запланировали, значит, вы откатились назад либо сделали что-то не так (рис. 8).

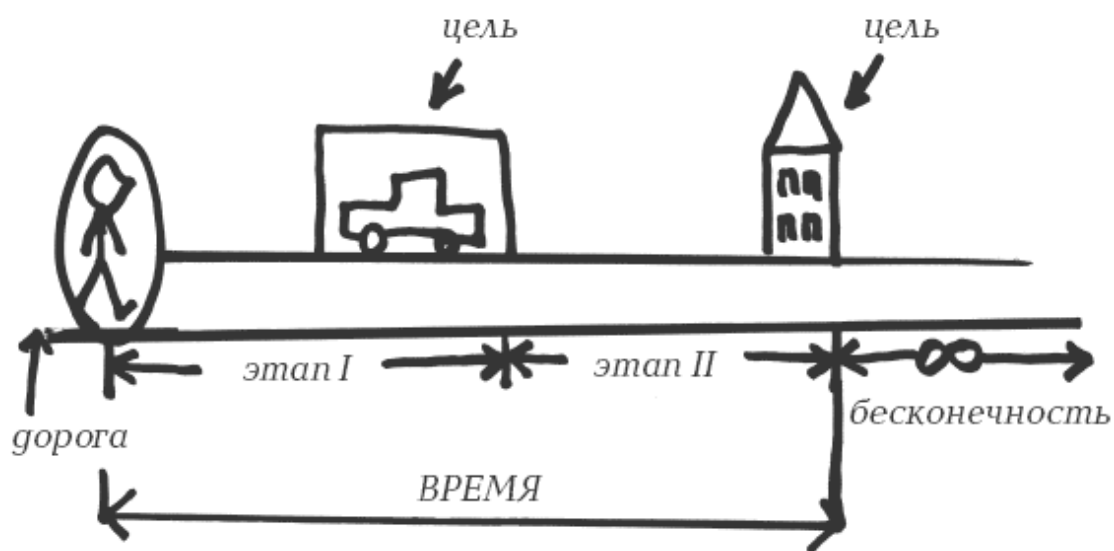


Рис. 8

Итак, что я должен делать, чтобы настроить себя? Я не дорогу должен менять. Не поме- няешь ее, хоть укрась миллионами алмазов. Ничего не получится, потому что придется удерживать это состояние. Не получится удержать по одной простой причине. Что такое «Я» и что такое «энергия дороги»? Представьте себе всю эту энергетику, которая поднимается, – и всю свою жизнь я должен держать ее в руках. Зачем это надо? Я должен научиться пере- делять **себя** так, чтобы дорога исправлялась сама. Я должен изменить свои мозги, то есть подход к себе и к своей жизни. Если я себя не устраиваю по каким-то параметрам, надо сделать так, чтобы я себя устраивал. Тогда на моей дороге появится свет, и мне разрешат пройти следующий этап.

Если я буду настаивать и говорить: «Да, у меня все плохо, у меня все плохо», то так и будет. Кто так говорит? Вспомните, как мы, стоя перед зеркалом, уговариваем себя: «Все плохо, еще один паршивый день начинается, опять на работу». Ребенок плачет в соседней комнате, муж-дебил сидит на диване, все вокруг виноваты. В любой ситуации работает одна и та же формула: когда у вас есть проблема, она проявляется везде – дома, на работе, на

дороге, в магазине. Почему? Потому что вы можете обвинять себя и других сколько хотите, но, пока вы себя и свой мозг не измените, дорога не поменяется.

Медитация «Настройка дороги»

Закройте глаза и представьте свою дорогу. Вы никуда по ней не идете, просто стоите. Теперь представьте свой мозг в виде шипящего радио, которое совершенно не настроено. Возьмитесь за две ручки настройки и направьте взгляд на свою дорогу. Затем, начиная аккуратно подкручивать эти ручки, смотрите, что происходит. Крутите их до того момента, пока ваша дорога, которая будет перед вами, не будет вас устраивать. Она может подниматься, опускаться, двигаться влево и вправо, как в компьютерной игре. Вы работаете со своим мозгом, возможности которого неограниченны. Вы даже представить себе не можете, какие чудеса может совершить ваш мозг. Так что крутите, пока не сделаете себе ту дорогу, которой, как вам кажется, вы достойны. Жизнь для вас. Дорога для вас, а не вы для дороги. Если дорога идет на спуск, сделайте так, чтобы она шла на подъем. Дорога должна быть прямая и немножко идти на подъем, чтобы не было ощущения застоя, чтобы было ощущение постоянного развития.

Если вы сделали все что надо, расставьте на этой дороге приоритеты. Ставьте их вдоль дороги, а не посередине. Вы не должны наткаться на эти цели как на препятствия. Цели должны быть проходные. Прошли один этап, улыбнулись и пошли дальше, к следующей цели. Обозначьте эти этапы, можно их представить в виде энергии. Например, если вы занимаетесь бизнесом, обозначьте себе какие-то суммы или сделки, которые закрываются в определенные моменты, одна за другой. Кто занимается духовными практиками, можете обозначить для себя свое продвижение, как вы получаете одно знание, потом другое, третье и т. д. Кто занимается поиском спутника жизни, поставьте впереди для себя эту энергию. Кто занимается обучением детей, поставьте впереди развитых детей. И конечно, не забывайте себя. Не забудьте, что, расставив все эти вещи, вы в какой-то определенный момент начинаете двигаться. Как только вы поняли, что та концентрация, тот луч, который исходит от вас, движется в определенном направлении и вы с этого направления не сходите, у вас нет желания сбежать, значит, вы сделали все правильно. Как только начали движение, можете спуститься обратно и открыть глаза.

Комментарий

Вот эта настройка разума – универсальное средство, с которым вы можете работать в любом направлении. Если пришли на работу и чувствуете, что работа не идет, подкрутите радио, чтобы вибрации вашего мозга и вибрации работы совпали. Попробуйте, и вы увидите, как пройдет день, как все будет получаться. Как только чувствуете, что сбились с ритма, опять смотрите, куда вас унесло, и подкручивайте. Это энергетическая подстройка, в которой вы не должны запускать свой мыслительный процесс, чтобы пытаться понять, что вы на правильной волне. Энергетическая подстройка означает, что вы интуитивно понимаете, когда нужно остановиться.

Если вам не приходит ответ, ваша ли это дорога, ждите, пока вам не ответят. Ответ может быть зрительным, слуховым или просто по каким-то ощущениям. Это неважно на самом деле. Я давно перестал задумываться, как ответ должен выражаться – в виде образов, в виде понимания, в виде

знания, слуховых ощущений или еще чего-то. В любом виде ответ будет полезен, и его можно использовать.

Медитация «Ответвления на дороге»

Представьте себе свою дорогу. Посмотрите, что с ней происходит после наших предыдущих манипуляций. Обратите внимание, есть ли изменения. А теперь приподнимитесь немного и посмотрите, есть ли ответвления от этой дороги в виде маленьких тропинок, идущих в разные стороны. Они могут быть красивыми, освещенными, цветными. Они заманивают вас, вам хочется побежать совершать какие-либо поступки. Есть ваша дорога – широкая, красивая, и есть маленькие отростки от нее в разные стороны (рис. 9). Быстро взглянули и спустились обратно. Сейчас мы об этом поговорим.



Рис. 9

ОСНОВНОЙ ПУТЬ ЧЕЛОВЕКА

Вы должны решить, какая из дорог для вас основная. Когда ко мне приходит человек и спрашивает: «Скажите, чем я должен заниматься?» – мне сразу хочется выпроводить его. Откуда я знаю, чем он должен заниматься? Какая мне разница? Занимайтесь чем хотите. Но занимайтесь этим тотально, до конца, полностью погружая себя в это дело, концентрируясь на нем. Если хотите чем-то заниматься – не оставляйте для себя дополнительных отходных вариантов: мол, если я здесь не смогу, то можно вернуться обратно.

У каждого человека есть основная дорога. Основная дорога – это и есть то, чем вы занимаетесь, либо то, чем вы хотите заниматься в жизни, но по каким-то причинам этого не делаете. Если вы хотите чем-то заниматься, но у вас это не складывается, значит, вы не идете по своей дороге. Ваше внутреннее желание чем-то заниматься – это ваша дорога, ваша жизнь. Например, я занимаюсь биоэнергетикой – это моя жизнь, широченная дорога. Да, на ней есть много разных ответвлений. Это – желание все бросить и заняться чем-нибудь другим, то есть побежать по одной из этих веточек. Но я знаю, что у меня есть основная дорога, и если я буду следовать по ней, то все остальное для меня уже есть и будет. Это то, что стоит вдоль нее, и мы это уже видели.

Я вам скажу, что такое эти ответвления, чтобы у вас не было иллюзий. Я в самом начале своего путешествия по эзотерическому миру очень часто уходил на боковые дорожки, потому что шел не по центру, а по краям. Дорога наша делится на два края – правый и левый. Один из них в плюсе, другой в минусе, потому что весь наш мир делится на две части и третьей нет. Так называемая дуалистичность мира. Не бывает хорошего без плохого и плохого без хорошего. Единственное, что я могу, – быть либо в хорошем, либо в плохом. Идеальный вариант – быть посередине, ни в плохом, ни в хорошем. Быть в нейтральной позиции и смотреть, что мне надо в моей жизни, а что – нет. Когда же я схожу на обочину, то вижу, что есть ответвления. Они, как правило, очень светлые, красивые, украшенные какими-либо обещаниями вроде «приходи к нам, у нас ты будешь работать лучше, чем у них»... Приходишь – а там то же самое, иногда еще хуже. Попадали в такие ситуации?

Что такое «нет пророка в своем отечестве»? Это значит, что вы не находитесь на своем пути. Это та же формула – вы считаете, что хорошо где-то там. Вы это «хорошо» не строите здесь, вы не вставляете его в свой жизненный план. Вы говорите «Хорошо вот здесь, я пойду туда» – и с удовольствием бежите. Замечали за собой, с каким рвением вы начинаете какое-либо новое дело? Кто его закончил хоть раз? В какой-то момент вы вдруг видите, что все провалилось, ничего нет, вдруг куда-то все исчезло. Имейте в виду, что при входе на боковую дорогу всегда будет висеть сладкая конфетка, красивая надпись, и она будет настолько привлекательной, что так захочется вступить на ответвление...

Поймите одну простую вещь. Если вы знаете свой путь (а он не такой уж легкий, как хочется), то на нем надо строить, надо заниматься жизнью, надо планировать – планировать работу, деньги, дом, машины и т. д. Даже если есть успешная работа, ее все равно надо планировать на будущее, а если вы вдруг решите, что уже всего достигли, то моментально ваш путь устремится вниз.

ЛАБИРИНТЫ ЖИЗНИ

Что получается? Если вы вдруг свернули со своей дороги на боковую, то вас ждет система, которая называется «лабиринт» (рис. 10). Со своей дороги вы видите, что там очень красиво. Но если выйти в этот коридор, то вы рано или поздно увидите поворот. Кто знает, что за этим поворотом? Вам скажут, что там куча золота. Под золотом может подразумеваться что угодно – знания, богатство, здоровье. Вы думаете: «Пойду посмотрю». Дошли и видите, что никакого золота и в помине нет. Вам говорят: «Да нет, не за этим поворотом, за следующим. Вот за ним сразу груды золота». Дошли, и опять ничего нет. Но ведь хочется найти, вам же сказали, что она есть, вам пообещали, что она обязательно будет, только пока забыли где. Значит, за каким-то из этих углов она будет. И вы пошли дальше – один поворот, другой, третий, четвертый, а потом смотрите – дорога закончилась, а обратный путь забыли, потому что увлеченно шли по коридорам, забывая пометать. Стоите в тупике и думаете: «А где же золото?» Вот что такое тупик. Но тупик устроен так, что вы из него видите свою дорогу, но вас на ней нет. Поэтому у вас присутствует ощущение, что где-то есть ваш путь, но движение закончилось и вы уперлись в стену. Дальше идти некуда – наверх выхода нет, вниз выхода нет. А тот, который вас сюда привел, взял стену сзади вас соорудил и свет выключил. Стало темно, и вы оказались не в трех стенах, а в четырех. И куда бы ни двигались – везде стена.

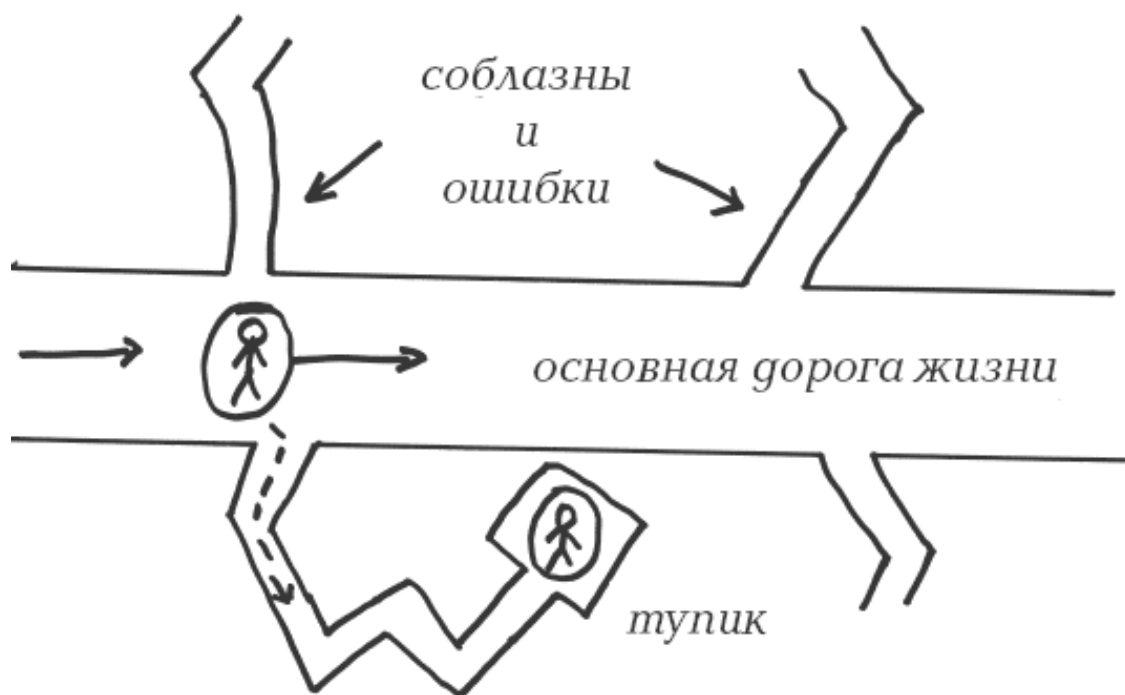


Рис. 10

Потом приходит такой человек и говорит: «Не знаю, что делать, все вдруг повалилось вокруг. Все было в порядке, и вдруг те люди, которые были со мной, куда-то потерялись, деньги, которые были, вдруг начали куда-то утекать, все разом стало плохо». Тут начинается серьезный мыслительный процесс. Человек начинает анализировать ситуацию и пытается найти выход в четырех стенах. Все, что нужно сделать, – найти выход обратно, то есть пройти назад. Я более чем уверен, что какое-то количество ваших мыслей, какое-то количе-

ство ваших действий находится в таких тупиках. Не все, конечно, но какая-то часть, потому что мы состоим из многочисленного количества двойников нас самих. Одна часть вас находится на основной дороге и понимает, что надо бы двигаться, но другая часть застряла. А это потеря энергии. Потеря энергии – это апатия и бездействие, потому что если какая-то моя часть находится в тупике, значит, я должен ее кормить. Кормить – значит отдавать ей энергию со своего основного пути, потому что в тупике света нет, кормиться там нечем. А тому, кто вас туда привел, только этого и надо – чтобы вы его кормили. Поэтому говорят, что «другой» Бог кормится от нас.

Медитация «Выход из лабиринта»

Теперь закройте глаза и посмотрите, где же вы находитесь. Каждый найдите себя. Не надо задумываться, надо просто закрыть глаза и найти, где вы находитесь. Если нашли, начинайте вытаскивать себя оттуда и переносить на свою дорогу. Найдите себя во всех этих ответвлениях, возьмите за руку и тащите обратно. Собирайте себя со всех мест. Кто находится на тропинке, бегите по ней, пока не дойдете до своей дороги.

Как только собрали, представьте себя на своей дороге. Отрубите все ответвления и решите сегодня раз и навсегда, чем вы занимаетесь в жизни. А занятие одно – двигаться по своей широченной дороге. Это должна быть именно дорога, не тропинка, не проселок, не лес, не поле. Выбегайте на свою дорогу и идите по ней, пока не придете в свое тело.

Комментарий

Отрубите свои желания хорошей жизни, не связанной с реальностью. Есть реальность, а есть желания. Как только вы ощущаете то, что вам мешает, тут же закрывайте глаза и смотрите, что там, на вашей дороге, уже появилось. И решайте для себя: ваше это или не ваше. Если видите, что вас стаскивает с дороги на ответвление, отрубайте его беспощадно, потому что запутаетесь и можете через тридцать лет очнуться в тупике. Этот «светлый, иллюзорный» путь может занять очень много времени.

ПРОСТРАНСТВО ВАРИАНТОВ

Следующее наше занятие посвящено изменению тех событий и ситуаций, которые нам не нужны. Есть ситуации, которые нам уже не нужны, они давно *отработаны*, но человек говорит: «Ну что я могу поделать, у меня такая проблема». Сейчас мы научимся тому, что можно предпринять. Ведь проблема не возникает из ничего. Если она появилась, значит, ее кто-то запрограммировал. Если ее кто-то запрограммировал, значит, есть программа, которую нужно переписать. Если есть программа, которую нужно переписать, значит, можно научиться ее переписывать, то есть перепрограммировать события. Можно перепрограммировать, создать новую ситуацию, потом прийти туда физически и сказать: «Все, я уже там».

В отличие от физического мира, в мире духовном есть неограниченное количество вариантов выхода из любой ситуации, ее развития и решения любой проблемы. Если такая возможность заложена изначально, значит, мы можем переместиться из одной ситуации в другую и тем самым поменять свою жизнь к лучшему.

Например, есть ваша дорога, на которой вы пьете чай. Есть еще одна дорога, на которой вы пьете кофе, еще одна – на которой вы пьете воду, еще одна – на которой вы вообще ничего не пьете. И вы выбираете, на какой из этих дорог будете стоять в данный момент. Меняя свою дорогу, вы фактически меняете ситуацию.

Например, мы можем взять для примера не чай, а некую проблему. Допустим, у вас болит голова. Что такое «болит голова»? Если болит голова, это значит, что она окружена определенным видом энергии, который запускает определенные виды вибрации, изза чего голова начинает болеть. Вибрации той энергии, которая вас окружает, не совпадают с вибрациями головы. Тогда голова начинает вам об этом сигнализировать, и начинается боль. Мы идем к началу, к тому, что где-то есть начальная информация, которая потом уже проявляется в нашем мире. Значит, нам надо не к врачу бежать, а начинать искать эту начальную информацию. Например, попытаться прокрутить и посмотреть свою жизнь заново, чтобы понять, почему голова никогда не болела, а тут вдруг заболела.

Люди часто говорят: «Моей проблеме уже двадцать лет». Я спрашиваю: «А вам сколько?» – «Пятьдесят». – «Тогда это не ваша проблема». – «Почему?» – «Потому что первые тридцать лет у вас этой проблемы не было». Проблемы не было, и в тридцать лет она вдруг проявилась. Человек ее решал-решал, потом привык к ней и сказал: «Это моя проблема». Я с этим не согласен. Я вообще не готов к тому, чтобы у меня была какая-то моя личная проблема, которой я бы занимался. Я не готов. Мне не нужны проблемы, я не хочу ими заниматься. Почему я должен это делать?

Итак, происходит такая вещь. Есть человек, у которого над головой расположена какая-то проблема. Она потихонечку въедается в голову, входит туда. Но это не значит, что она стала его. Это просто две энергии в одном месте. Если взять одни вилы и еще одни вилы, то они проходят друг сквозь друга. Но это не значит, что они стали одним: можно взять одни и вытащить из других.

То же самое здесь. Если даже энергия перемешалась и ее не видно, то есть она выглядит как однородная масса, то можно ее обозначить. Мы можем дать задание энергии: «Обозначь себя». Она обозначила, например потемнела. Дальше мы берем эту темную энергию и отделяем ее от головы. Происходит разделение. Но это еще не значит, что головная боль ушла, потому что мы до сих пор находимся на той же самой дороге – на той дороге, где эта энергия присутствует на всем ее протяжении. И как бы я эту энергию ни убирал, она все равно возвращается.

Многие говорят: «Я уже пробовал, у меня не получилось, поэтому дальше я пробовать не буду». Пробовать не надо, надо просто знать, как это делается. Тогда в течение двух секунд

проблема исчезает. Как только я поменял ситуацию, через две секунды никаких проблем нет, причем на физическом уровне. Это моментально происходит. Если вы сможете сделать так, как я говорю, в течение двух секунд любая проблема исчезнет, даже хроническая, даже смертельно опасная. Организм моментально перестраивается, потому что он знает, как это делать.

Что для этого нужно? Нужно просто увидеть то место, где нет проблемы, место, где есть все, но проблемы нет. Там есть вся ваша жизнь – та же самая, но без данной проблемы. И еще одного фактора там нет: там нет вас. Поэтому говорят: «Хорошо везде, где нас нет». Там хорошо, вас там нет, и вы хотите там быть.

Вся проблема в том, что, когда вы туда приходите, вы тащите все за собой. Поэтому человек говорит: «Я туда пришел, а там то же самое».

Пришел как-то один мужчина и говорит: «На предприятии, где я работал, все были мной недовольны. Я сменил место работы – опять все недовольны. Все вокруг сволочи». Я говорю: «Это не они сволочи, это у тебя проблема, которую ты тащишь за собой. Люди вокруг ее считывают и не понимают, что происходит, поэтому к тебе сразу идут претензии». Где бы такой человек ни работал, он всегда будет плохим, потому что у него на лбу написано: «Я плохой». Зашел, и с порога видно надпись: «У меня проблемы». – «У тебя проблемы? Мы будем тебя в них тыкать, пока ты не поймешь».

Итак, нужно взять себя с одной дороги и перевести на другую, а проблемы оставить на первой (*рис. 11*). Все очень легко и просто. Так можно решить любые трудности, и вы даже представить себе не можете, насколько просто. Поймите только одно: если есть проблема, не пытайтесь с ней разобраться. Не пытайтесь доказать, что вы с ней справитесь. Никогда в жизни ни один человек еще не справился. В проблему можно зайти и можно из нее выйти, но решить невозможно ни одну проблему. Если вы смогли с ней справиться – это иллюзия, вам показалось, потому что вслед за ней идет следующая проблема. Это та же самая энергия, которая поменяла лицо. Она поменяла маску, пришла и говорит: «Привет, я новая проблема, давай меня тоже решай». «Решай» – это значит «корми меня энергией, дай мне кушать». Энергия любит кушать, особенно негативная.

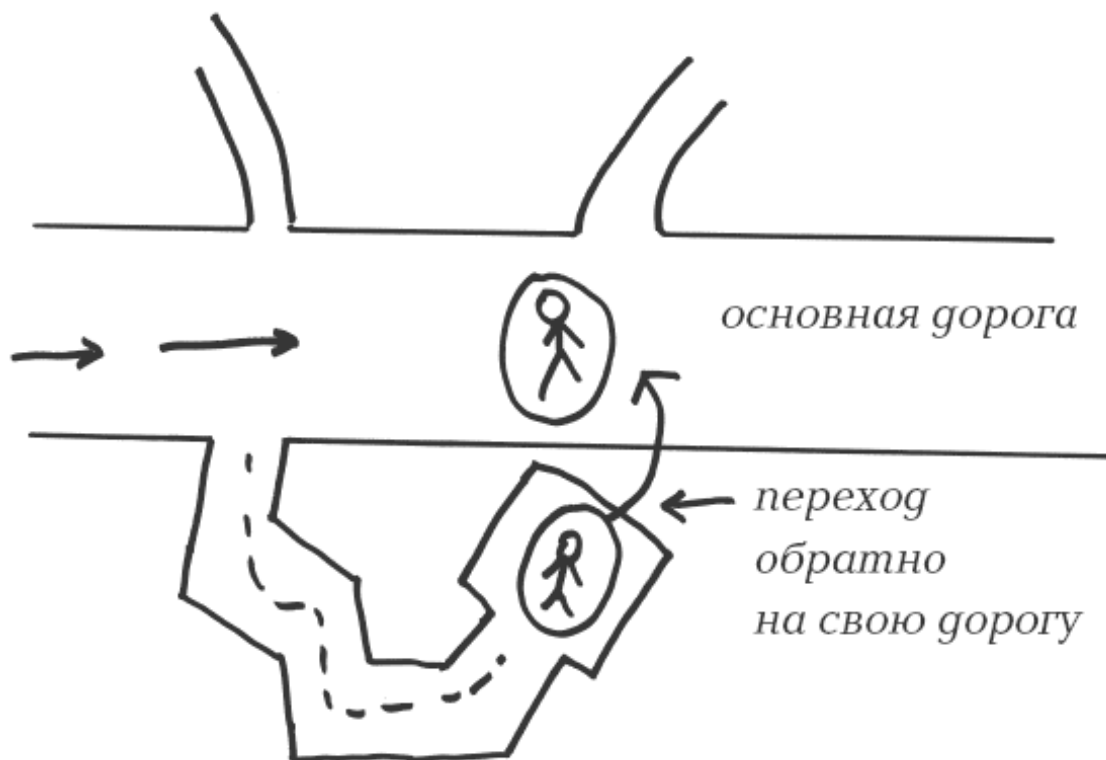


Рис. 11

Чтобы выйти из проблемы, надо просто из нее выйти. Ничего больше делать не надо. Не надо сидеть и решать ее, не надо думать, что будет потом. Надо просто сесть, закрыть глаза, выйти из этой проблемы и переместиться в то место, где проблемы нет, но есть все остальное. И если вы себя не обманули, то результаты будут мгновенные.

Это называется «пространство вариантов». Здесь бесконечное множество дорог – выбирай что хочешь. Проблема человека в одном – он начинает метаться: «А если я выберу это? А может, другое мне тоже нужно? А может быть, и это тоже подошло бы? Что теперь выбрать?» То есть появляется сомнение: выбрано именно то, что было нужно? Не придется ли пожалеть через какое-то время о своем выборе? Научитесь избавляться от желания хапать, потому что все не унесете. Чем больше наберете, тем быстрее упадете.

Если хотите что-то решить, научитесь выстраивать в линию свои действия и решать одно за другим. Не надо брать в охапку десять дел и тащить все, потому что не дотащите. Это просто невозможно. Чем больше нагребете, тем тяжелее идти. Кажется, что дело вроде идет – много работы, суеты, пыль столбом, телефоны... А потом вы вдруг понимаете, что не дотягиваете ровно полшага. Почему? Потому что вдруг за полшага до цели одна система не сработала, вторая упала, третья провалилась и т. д. Не донесли, потому что своя энергия кончилась.

А когда выстраиваете линию из действий, возникает иная проблема. Она заключается в том, что ничего делать не надо, потому что все само решается. По мере прохождения каждое дело потихоньку решается – сначала одно, потом второе. Весь секрет в следующем: если я вижу, что это произойдет только через неделю, в течение этой недели я не должен думать об этом. Я могу заполнить дни чем-то другим, тогда моя жизнь всегда будет заполнена, и я буду каждый вопрос решать в свое время. И когда проходит неделя, я прихожу на нужное место, а там уже готов ответ, меня ждут. Причем я никогда не опоздаю, потому что я не загружен. Я всегда буду вовремя, если меня ждут, а если нет, значит, мне там делать нечего.

И если на каком-то этапе я свое отработал, значит, следующая дверь открылась для меня. Если бы я не отработал, дверь была бы закрыта. Вы должны понять одну самую важную истину: сзади всегда остается только одна дорога. Когда кто-то смотрит назад, он видит только одну дорогу, зато впереди их бесконечно много. Выбирайте какую хотите. Каждый из вас может сейчас встать, оставить семью, бросить работу, облачиться в балахон и уехать в Индию. Это еще одна дорога. Забыть свою прошлую жизнь, забыть абсолютно все, сказать: «У меня ничего не осталось позади», – отрезать прошлое и уехать. И ведь никто в таком случае не предъявит к вам никаких претензий!

ЖИТЬ В НАСТОЯЩЕМ

Восточные традиции учат одному: жить здесь и сейчас, не в прошлом и не в будущем. Какая разница, что было вчера или будет завтра? Один человек мне сказал: «Я никогда не смотрю назад. Меня не интересует, что было вчера или год назад. Поменял – и пошел дальше». Большинство людей, оглядываясь назад, сравнивают то, что у них есть сейчас, с тем, что у них было когда-то. Этот подход не совсем правильный, потому что вчерашнее было вчера. Сегодня этого нет, и можно сказать, что «вчера» и не было никогда. «Вчера» – это такая структура, которая «сегодня» не станет. Если вы сегодня где-то ошиблись и это ушло во «вчера», значит, вы должны были ошибиться, по-другому ошибки бы не произошло.

У меня есть свой подход. Если я, выстраивая жизнь, в чем-то ошибся, то никогда об этом не сожалею, потому что действие, которое произошло в конкретный момент, могло осуществиться только в том виде, в котором произошло. И даже если кто-то считает прошедшее ошибкой, я все равно так не считаю по одной простой причине: я пишу эту книгу, я довольно успешно помогаю людям, я избавился от иллюзий, страхов и предрассудков, жизнь течет, я вижу ее движение далеко вперед и точно знаю, какой следующий шаг должен сделать. В любом случае, в моем прошлом нет сожаления. И если те шаги, которые я делаю, не приносят сиюминутного результата, которого я ожидаю, это не значит, что я ошибся, просто результат запаздывает. Значит, так должно было быть. Единственный критерий в моей жизни – никому не вредить.

Когда вы перестанете оглядываться назад и поймете, что каждый день – это новая жизнь, которой у вас еще не было, тогда исчезнет само понятие вчерашнего дня. Когда человек живет в настоящем, он живет своей жизнью, он находится в том потоке, в котором должен находиться, и считывает энергию напрямую. Жить в настоящем означает, что человек не оглядывается назад и не забегает вперед. Это и называется «быть на канале», то есть быть постоянно подключенным к энергии. Как в телевизоре – когда его включаешь и нет сигнала, то идет рябь, но, как только начинается передача, он моментально ее принимает. Суть в том, что Всевышний что-то вам посылает не постоянно, а только тогда, когда вы можете принять, когда канал настроен. Иногда для настройки требуется немного больше времени, но это всегда оправданно, результат превзойдет все ваши ожидания.

Поэтому перестаньте скорбеть о том, что в данный момент не происходит ожидаемого. Оно не может происходить всегда, как только вы захотите. Но вы должны знать: если вы что-то заказали, это произойдет обязательно, рано или поздно. Произойдет тогда, когда вы не будете ждать, тогда, когда вы расслабитесь. В момент, когда вы перестанете ждать результата, зазвонит телефон, и вам скажут: «Ну что, готов? Давай приходи, для тебя все есть...» Так будет потому, что, как только вы отпустите контроль, вся система вокруг вас поменяется, вам дадут возможность получить то, что вы ждете.

Медитация «Здесь и сейчас»

Закройте глаза. Представьте себе мысли о завтрашнем дне – о том, как завтра будет хорошо: суббота, воскресенье или рабочая неделя... Возьмите все эти мысли и отправьте их в будущее – в завтра, в послезавтра, в понедельник, во вторник, – каждую туда, где она должна быть, в то время, где она должна проявиться. Здесь и сейчас вам будущее не нужно. Теперь представьте себе мысли о прошлом – о вчерашнем дне, о сегодняшнем дне до настоящего момента, все радости, обиды, горе, раздражение. Эйфорию, которая была и прошла, отправьте туда, где она была, чтобы голова осталась пустой, чистой для восприятия какой-то новой информации. Оставайтесь здесь, в пустоте. Мысли о будущем улетели в будущее,

мысли о прошлом улетели в прошлое. Вы остались посередине, здесь и сейчас, каждый в своем теле. После этого можно открыть глаза.

Медитация «Выход на пространство вариантов»

Представьте себе, что впереди вас не одна дорога, а целый пучок. Причем вы видите в этом пучке любые дороги: темные, светлые, желтые, зеленые, красные, разноцветные. Просто понаблюдайте их разнообразие и осознайте, что это ваше пространство вариантов. Теперь оглянитесь назад. Там осталась только одна дорога, которую вы прошли. Проанализируйте ее. Если она вам нравится – замечательно. Если она вам не нравится, тогда развернитесь вперед и выберите ту дорогу, которая не будет оставлять сзади такой след, который есть сейчас. Просто наблюдайте за этими вариантами, ничего не делайте. Никуда не бегите, ни на какие дороги не вставляйте, ничего не меняйте. Просто понаблюдайте. Анализируйте, смотрите, что, как и где происходит. Где бы вам понравилось, насколько длинна та дорога, которая вам приглянулась. Может быть, она кончается через три километра, и вам придется искать новую.

Ищите ту дорогу, которая будет вас обслуживать, например, лет восемьдесят-девятьсто. Загляните далеко вперед, можно приподняться и посмотреть сверху, чтобы увидеть это поле дорог и понять, какая из них идет дальше всех, а потом ощутить, интересная она или нет. Может быть, это дорога какого-нибудь монаха, которому нужно будет уехать из города и жить в горах. А вас она не устраивает. Вас устраивают полтора года бурной жизни, а потом – конец. Смотрите. Смотрите на себя со стороны и наблюдайте, на какой дороге вы себя комфортно чувствуете и готовы отдать все что угодно за то, чтобы следовать по ней.

Посмотрите, на какой дороге вы обычный, ничем не приметный человек, который никому ничем не обязан, на какой – местный царек с раздутым эго. Понаблюдайте и одновременно научитесь анализировать, что у вас остается позади на той или иной дороге, остается ли она светлой и чистой или оставляет пепел от прожитой жизни.

Это тяжелая работа, сразу говорю. Поменяете что-нибудь не то и заедете прямиком в канаву. Поэтому анализируйте скрупулезно. Секретов нет, мы играем с жизнью. Менять ничего не надо, бежать никуда не надо, просто наблюдайте. Может быть, сегодня ваша дорога пока не открыта, не открыт тот путь, по которому вы должны следовать, может быть, вы не готовы. Опускайтесь обратно в ту точку, с которой начали, и возвращайтесь в тело.

Комментарий

Вы должны понять, что есть множество вариантов жизни, и вы можете выбрать любой из них. Причем в тот момент, когда вы выбираете, ваша совесть должна быть чиста и спокойна. Ибо, если вы решили, что выбираете тот или иной путь развития, вы должны понимать, что он влечет за собой определенные жизненные изменения, определенные проблемы или определенные достижения. Количество достижений и количество проблем могут поменяться местами.

Есть какие-то вещи, на которые можно просто не обращать внимания, закрыть глаза и двигаться дальше. Поэтому вы должны четко понимать: если вы хотите двигаться и развивать себя, то вы – самое важное в собственной жизни, другого себя у вас нет. Никакие жены, никакие мужья, никакие родители и дети – никто не важнее, чем вы сами. Потому что, если вы будете здоровы по всем параметрам, вокруг вас у всех все будет в порядке. Если вы

будете себя развивать, двигаться дальше в своем направлении, вы сможете ответить на любые вопросы и себе, и всем остальным, находящимся рядом.

Кое-кому такой подход не понравится. Вас назовут эгоистом. Но если вы ничего не достигнете и ничему не научитесь, вас будут считать неудачником, а то и дураком. Но можно ли подстричь людей под одну гребенку? Перед каждым стоит выбор: или делать то, что говорят ближние, считаться с общественным мнением, или поступать по собственному разумению. Но если вы выберете второй путь, то будете в глазах других эгоистом, себялюбцем, который живет только для себя. А для кого же вам еще жить? Для кого-то другого?

Если я буду жить и трудиться «для дяди», я рано или поздно состарюсь, заболēju и никому не буду нужен. В определенный момент меня без сожаления выбросят на свалку. Я могу быть десять лет хорошим, а потом за пять минут стать плохим. И все хорошее мгновенно забудется. Поэтому уж лучше я буду плохим сразу и для всех, но буду хорошим для себя. Тогда те, кто хочет, чтобы я был хорошим для себя, найдут меня. Им по пути со мной. Им интересно жить именно так. Если общество на меня наплевало, это не значит, что я должен наплевать на него, но это значит, что я должен заняться собой сам. Если мне никто не может помочь, значит, я себе помогу, причем не буду ни на кого обижаться.

Никто не может вам помешать быть таким, каким вы хотите. Конечно, если вы идете по шоссе со скоростным движением поперек потока и вам все мешают, значит, надо отойти в сторону и идти по другой дороге. Так бывает, если человек зашел на чужую дорогу и желает там диктовать свои правила. Хотите кого-то научить – научите себя. Если у вас достанет ума научить себя, вам не надо будет никого учить. Вам не надо будет никого за собой тащить и доказывать окружающим свою правоту.

Мы часто слышим: «Я хочу, чтобы он научился. Я хочу, чтобы он понял...» Пытаясь навязать другим свое понимание, можно потратить впустую годы жизни. Но кому это нужно? Даже вам не нужно мое сегодняшнее понимание, я им не пользуюсь. Я просто-напросто считываю из энергии, какие ответы вы должны получить, и даю вам эти ответы. Вам не нужно мое, потому что вы не сможете жить так, как живу я.

Поэтому ищите свою дорогу. Ищите свое. Найдете свое – у вас всегда будет на что жить, вы всегда заработаете на кусок хлеба, у вас будет полное понимание происходящего, от начала и до конца, и к тому же появится желание жить и продвигаться вперед. У вас появится легкость в жизни, вы с удовольствием будете ходить на работу. Наступит полная гармония с миром.

Но если идете – идите до конца. Наметили путь – и идите по нему, потому что, если это ваш путь, не может случиться так, что у вас не получится. Если забрели на чужую дорогу, то быстро ощутите, что это не ваше. А если вы занимаетесь не тем, то никогда не добьетесь успеха. Если у вас позади есть то, что вам не нравится, а впереди еще ничего не определено, то пройдет какое-то время, пока вы поймете, что ваше, а что – нет. Кроме того, если вы находитесь на своей дороге, вам не нужна никакая защита, вам просто не от кого защищаться.

УМЕНИЕ ЖДАТЬ РЕЗУЛЬТАТА

На самом деле негативных и позитивных энергий в нашей жизни нет. Есть одна-единственная энергия – универсальная. Что это такое? Это нейтральная энергия, которая не имеет ни плюса, ни минуса. Она льется сверху вниз, и если я нахожусь в этом потоке, то невольно могу получить ее частичку для своей жизни, хочу я этого или нет. Энергия с удовольствием наполняет нас, потому что ее в избытке, и мы каждодневно ее получаем. Но возникает другой вопрос: куда мы ее используем? Оказывается, человек делит эту энергию на плюс и минус. Теперь задумайтесь, куда вы тратите свою энергию. Если вы плачете и говорите: «У меня нет работы», то энергия идет в минус.

Когда у меня не было работы, я говорил: «У меня все в порядке». – «Что делаешь?» – «Ничего». – «А как живешь?» – «Бог дает». Бог не дает избыток, но «на покушать» всегда есть. Всегда. Я поражался этому. Вот это и называется вера – когда человек знает, что в последний момент у него всегда появится необходимое. Я живу последним моментом. Знаете, что такое последний момент? Это когда думаешь, что завтра уже ничего не будет, а сегодня тебе вдруг дают. И если вы поймете эту, такую простую, мысль, то сможете избавиться раз и навсегда от множества житейских проблем.

У каждого человека есть дорога жизни. У дороги есть начало, тот момент, когда человек чего-либо захотел. Я захотел, мысль сформировалась и улетела. И есть момент, в котором эта мысль преобразовалась в действие, материализовалась на физическом плане. Для того чтобы *запустить* мысль, нужно мгновение. Чтобы получить то, что было заказано, нужно время, например десять секунд (*рис. 12*). Мгновение, чтобы попросить, и десять секунд, чтобы получить. А остальное время чем-то заполнено? Если все остальное время заполнить отрицательной энергией, то я ничего не смогу получить. Пришло время получать, а передо мной куча мусора, которую я нагреб за все это время и толкал перед собой. Пришел и спрашиваю: «А где мое?» А мое – за этой кучей.



Рис. 12

Очень важно усвоить еще одно положение. Если вы **запустили** мысль, значит, определенное время надо просто ждать и ничего не предпринимать. Нужно именно просто ждать и не бояться, что вы не получите. Ожидание можно заполнить иным действием. И если вы каждый раз будете отправлять какую-то мысль, то, как только к вам вернется материализованная первая мысль, у вас не останется никаких сомнений, что вы получите и все остальное. При этом всегда существует определенная дистанция, которую нужно пройти. Эта дистанция называется «экзамен».

Вы все бежите за результатом. Но результат не придет, пока вы за ним бегаєте. Как только вы прекратите погоню, он тут же придет. Еще ни один ученый с помощью одного только логического мышления не добился результата. Он измучил свой мозг, он заполнил обдумыванием расстояние, на котором не нужно было ничего совершать. И вдруг в один прекрасный момент ответ сам возник в голове. Можно сказать так: если бы он все это время не думал, то в нужный момент он бы не получил. А можно сказать так: если бы он расслабился, то получил бы гораздо раньше, задал бы вопрос и получил сразу ответ. Просто его надо уметь услышать.

Как-то я зашел в один дом и увидел, что мальчик ходит по квартире с умным выражением лица из угла в угол. На вопрос «Что ты делаешь?» он ответил: «Я мыслю». Вот представьте, идет страшный процесс под названием «я мыслю». Я задал один вопрос: «А что мыслишь-то?» Оказалось, что он переписывался с кем-то, ждал ответа и при этом тяжело мыслил вместо того, чтобы просто сидеть и ждать.

Давайте научимся просто сидеть и ждать. Кто умеет просто сидеть и ждать? Ваша голова занята постоянным переключением: с одной мысли ушли – переключились на другую. Опять мыслим. Есть очень хорошая техника **отпускания** себя. Вам нужно просто **отпустить** себя, все свои обещания самому себе. От всего, что вы наобещали себе, вам необхо-

димо избавиться. Если я чего-то для себя попросил и знаю, что это в пути, то нужно сделать одно – дождаться даты, которая прописана наверху. При этом нужно быть на сто процентов уверенным в том, что это та дата, в которую заказанное действие произойдет. Если я не буду уверен в этом, я начну суетиться, ожидать результата, и тогда, скорее всего, я заблокирую этот самый результат, отодвину его на неопределенное время.

Есть результат, которого вы хотите достигнуть. Представьте себя находящимся по дороге к этому результату. Дорога – не абстрактная, которую мы смотрели, а физическая, по которой мы ходим. То есть ваше тело не висит в воздухе, а стоит на земле. Вы стоите на земле, ощущая свое притяжение. Это ощущение притяжения вам дает первая чакра, которая по своему направлению действует вниз. Она вас притягивает к земле. Седьмая чакра дает вам возможность получать энергию сверху, тем самым питая ваше духовное тело – ту часть, которая никакого отношения к физическому телу не имеет. Вот две противоположности, которые удерживают нас между небом и землей. Одна тянет вниз, другая – вверх, уравнивая между собой силы где-то в центре.

Все остальные чакры направлены вперед и назад по ходу вашего движения. Через них идет всасывание энергии спереди и, в идеальном варианте, ее выброс сзади. Если вы знаете аэродинамику, то это принцип движения реактивного самолета.

То же самое и мы. Каждый из нас движется потому, что спереди идет забор энергии, а сзади – выход. Чакра работает, пропуская через себя энергию, и вы начинаете продвигаться по физической дороге. Поэтому все, что нужно сделать, чтобы достигнуть цели, – это освободить свои энергетические центры, чтобы двигаться по этой дороге. Вы должны дать возможность своему телу продвинуться туда, куда хотите. Для этого необходимо абстрагироваться от цели и сконцентрироваться на движении. Тогда есть гарантия, что вы дойдете. Сюрпризом для вас будет то, что вы дойдете туда очень быстро – туда, куда пытались добраться годами. И все потому, что вы просто разрешили себе это движение, отпустили себя.

Итак, как отпустить?

Медитация «Отпускание себя»

Закройте глаза. Представьте себе, что вы читаете эту книгу непонятно зачем, что она вам не нравится и то, что в ней написано, – это полная чушь, которая никакого отношения к вам не имеет. Почувствуйте, что с каждой секундой у вас возрастает желание закрыть ее, встать и уйти из помещения, где вы находитесь. Ощущайте, как начинает расти напряжение в мышцах, как тело уже на грани готовности встать и выскочить за дверь. Почувствуйте, как началось невыносимое напряжение, как все тело говорит: «Встань и выходи». Посидите в таком напряжении несколько секунд, доведите себя до такого состояния, в котором вы готовы встать и выйти.

А теперь решите, что вам все-таки интересно читать, никуда вы идти не собираетесь, и **отпустите** то напряжение, котороеросло. Затем представьте, что вам срочно надо бежать в магазин. Вы знаете, что через десять минут магазин закроется и если вы сейчас выскочите из дома, то успеете. Начинайте нагонять эту энергию (желание добежать до магазина как можно быстрее) до того момента, пока ваши мышцы на ногах и руках не начнут дергаться и напряжение не достигнет своего пика. Затем вспомните, что хлеб вы уже купили и никуда не надо бежать. Успокойтесь, вспомнив, что хлеб дома есть, и посмотрите, что происходит с организмом в этот момент. Заметьте, как он моментально расслабляется и переключается на другое действие. Это и называется **отпустить себя**.

Теперь представьте одно свое желание, исполнения которого вы очень ждете. Желание, которое вот-вот должно осуществиться, но это никак не происходит. А теперь возьмите и

отпустите его. Не происходит – и ладно, значит, не надо. Перестаньте держать. Обратите внимание, сколько энергии освободилось в организме. Еще одна часть вашего организма освободилась, ушло напряжение в какой-то мышце. Теперь возьмите и **отпустите** себя от всех дел, от всех обещаний. Представьте, что сегодня суббота или воскресенье и никуда вам бежать не надо, никаких дел делать не надо, вы сегодня просто отдыхаете. Отпускайте себя от всего. Поймите, что продолжение дел будет не сегодня, не завтра, а только в понедельник, и у вас есть целых два дня. Освободите себя, станьте ребенком. Наплевать на все. Только в этом случае организм будет полон энергии для следующей недели. Вы наконец-то сможете отдохнуть, первый раз в своей жизни.

Отпускайте себя по всем параметрам. Все, что приходит вам сейчас в голову, отпускайте в виде воздушных шаров, которые улетают один за другим. Не пытайтесь зацепиться за них, не пытайтесь рассмотреть или влезть внутрь, иначе утащат за собой и вам придется опять тяжело мысленно работать без какого-либо результата.

Как только закончили, спускайтесь до тех пор, пока не окажетесь снова в своей комнате. Спускайтесь, пока не окажетесь в реальности именно здесь и сейчас – не в прошлом, не в будущем, не в своих мыслях, а именно там, где вы находитесь реально. Если уже вернулись, можно открыть глаза.

Комментарий

Вот вам тренировка на неделю. Сидим хотя бы десять минут дома и **отпускаем** себя от дел. Если вам хочется пойти помыть посуду, а все внутри говорит «да не хочу я сейчас этого делать», то отпустите себя, но не забудьте поставить это в план «на потом». Это вовсе не значит, что вы должны **отпустить** себя совсем от всего. Я имею в виду то, что вы должны делать каждое дело вовремя. Вовремя – значит именно в то время, когда дело идет. Если идет, то я могу за десять минут сделать то, что я не могу сделать за десять часов тогда, когда не идет. Вы должны попытаться прийти к такому состоянию, когда вы сможете поймать нужную волну и на этой волне успеть сделать задуманное.

Что происходит? Представьте, что в какой-то момент в будущем начинается нужная вам волна. Эта волна забросит вас туда, где вы хотите быть, за десять минут. Расстояние от настоящего момента до начала волны, например, два дня. И это расстояние вам нужно просто переждать. Вы ждете два дня, чтобы за десять минут сделать всю работу, чтобы потом еще один день подождать до проявления результата. Иногда нужно будет ждать неделю. Если вы сделали работу и видите, что она проявится через какое-то время, то **отпустите** себя, не держите в мыслях ожидание результата.

Наша жизнь состоит из постановки задач и достижения целей, поэтому необходимо понять, что любая цель в нашей жизни – это промежуточная цель, а не конечная. Если я это понимаю, то я могу перед собой поставить сколько угодно целей, но при одном условии – не ставить себе конечных целей. Их нет и быть не может, потому что с достижением одной цели жизнь не заканчивается.

Покупка обычного автомобиля может стать конечной целью, потому что после того, как вы его купили, вы продолжаете его покупать. Вы рассказываете друзьям, как копили деньги, как выбирали цвет, как искали, как в магазин не привезли вовремя, а потом поставили не ту комплектацию...

Вы уже едете на этой машине, но все еще ее покупаете. И так можно год, два, три на ней ездить и все еще находиться в прошлом, застрять в одной точке.

Есть притча о человеке, который решил дойти до края мира. Он поставил перед собой цель: дойти до края мира и прыгнуть в бездну. И вот он собрался в дорогу, собрал рюкзак, продал квартиру, попрощался с семьей, сказал: «Все, я иду искать конец мира, где земля заканчивается», – и пошел. Шел, встречался с людьми, беседовал с ними, радовался жизни, проходил города, страны и вдруг пришел к концу земли. Смотрит – конец мира, а внизу – пропасть, которую нельзя обойти. Всевышний ему говорит: «Ну что, прыгай. Что ты остановился?» А человек отвечает: «Но я не готов. Я не знал, что так быстро дойду, я не хочу». Если вы хотите быстро дойти до своей цели, вы можете это сделать, но что потом?

ГЛАВА 5

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА

Реакция – это открытие. Когда ты реагируешь, ты открываешь себя. Попытка защититься – это реакция. Попытка защититься от чего-то – это реакция. Если вы будете понимать, что с вами ничего не может случиться, вы перестанете реагировать.

БУТЫЛКА, ПОЛНАЯ ВОДЫ

Подумайте, что вы понимаете под словами «энергетическая защита», какое понятие вы в это вкладываете?

«Например, мне не хочется разговаривать с каким-то человеком, а он настаивает на этом. Я просто поставлю стенку, и все. Говори сколько хочешь, а я буду в своих мыслях со своими идеями».

Это называется в простонародье «найти свободные уши» или «найти помойное ведро», в которое можно слить все свои проблемы. Большинство людей ищут такие «ведра» в виде нас с вами и, начиная прицепляться, пытаются вывалить на нас свою проблему. Они пытаются вывалить проблему в надежде, что кто-то их пожалеет. Если вы позиционируете себя как одно из этих неприглядных мест, в которые можно сливать, тогда, конечно, все будут цепляться к вам. Но тут ведь есть другая проблема, которая говорит: а если к вам перестанут цепляться, что вы будете делать? Будете искать кого-нибудь, кто бы смог, как раньше, посетовать на судьбу? Чем заполнить пустое пространство, которое образуется оттого, что люди, которые обращались ко мне за помощью, за советом или чтобы просто поплакаться, вдруг куда-нибудь исчезнут? Что я с этим буду делать? Не притяну ли я их обратно, не буду ли я скучать по той жизни, когда я был центром общения, центром сваливания проблем?

Мы попытаемся развить эту структуру, чтобы увидеть, как сделать так, чтобы нас окружали нормальные люди, которые, другими словами, привыкли сами решать свои проблемы, а с нами приходят обсудить какие-то другие темы – продвижение, осознание, развитие. В большинстве случаев люди даже не знают, что их можно обсуждать – обсуждать развитие, обсуждать движение, обсуждать какие-то профессиональные вопросы и навыки. Обратите внимание, в каком случае к вам обращаются? Вы увидите, что в большинстве случаев ни один человек не обратился к вам в попытке поделиться своей радостью. И вы то же самое делаете в большинстве случаев. Я сам когда-то так делал – обращался к другому человеку, только когда у меня была какая-то проблема.

Сейчас я люблю делиться радостью, точнее – научился делиться. Часто это приводит к тому, что наживаешь себе врагов. Поэтому нужно знать, с кем имеешь дело, и научиться не раскрывать рот лишний раз.

В большинстве случаев защиты не срабатывают по той простой причине, что мы сами их снимаем. Человек привык сам их открывать. Защита нарушается по нескольким причинам: когда у человека появляется злость, гнев или другой негативный эмоциональный фон. Подумали «Сейчас я им всем покажу» – и открыли свою защиту. Как только открыли – вам моментально туда нальют. Моментально. Поэтому, как только вам захотелось на кого-то наорать, вы должны понимать, что сейчас вы нарушаете свою энергетику, вы становитесь уязвимы.

«Мне представляется, что энергетическая защита – это чехол вокруг человека, не допускающий, чтобы к нему приходила чужая отрицательная энергия и вытесняла его позитивную энергию».

Другими словами, это называется «замещение». По большому счету, если человек по натуре своей позитивный и у него положительный взгляд на любые вещи, то, в принципе, его организм заполнен. И неважно, какие вокруг него энергии. Суть энергетической защиты состоит в том, чтобы у человека было достаточное количество энергии – чтобы у него не было усталости, чтобы он был в понимании, в осознании, в радости, в движении, чтобы у него была определенная цель. Тогда количество энергии, заполняющей его тело или его жизнь, не допускает проникновения туда других энергий. Представьте себе, что в бутылку налили воды и она полная. Когда она полная, туда невозможно больше ничего налить. Сколько бы вы туда ни лили, все будет выливаться наружу.

Но как только в бутылке появляется пустое пространство, туда можно добавить ложку дегтя. Как только в воду добавили ложку дегтя, он моментально окрашивает всю жидкость. Поэтому, как правило, в положительной энергии находиться очень тяжело. Маленькая капля отрицательной энергии портит всю картину. Так вот, здесь самое главное – это ваша реакция. Если вы думаете: «Я не знаю, что с этим делать, постоянно какие-то проблемы, одно не успел закончить, тут же другое». Получается, что вы делаете? Вы тушите пожары в своей жизни, так это называется.

Запомните: негативная энергия придет только на пустое место. На пустое место в вашей жизни придет негатив или любая другая энергия. Дай Бог, чтобы приходил позитив. Всевышний сказал, что дал человеку право выбора, так что у каждого из нас есть возможность выбирать, что мы хотим получить в данный конкретный момент нашей жизни. Если вы видите, что какая-то негативная субстанция рвется в вашу жизнь, то вы должны понять, хотите вы с этим возиться или нет. Хотите ли вы обсуждать это, реагировать, либо вам некогда заниматься этими вещами, и вы просто-напросто блокируете эту энергию.

Знаете, какая реакция будет у людей в вашу сторону? Первая реакция – негативная. Вы сразу станете плохими в их глазах. Но на самом деле в этот момент вы станете самим собой, вы перестанете реагировать, вы начнете управлять своей жизнью и скажете: «Нет, я не готов принять негативную энергию, я не готов копошиться в твоих проблемах. Даже если ты спросишь у меня совета, я не смогу тебе его дать, потому что это твоя жизнь, и я в ней ничего не понимаю». Все, что вы можете посоветовать человеку, будет сказано с вашей позиции, а она не всегда адекватна по отношению к тому человеку, который к вам пришел, потому что вы будете судить, исходя из своей жизни. Здесь есть определенная проблема, которая не позволит вам правильно увидеть ситуацию.

Итак, энергии должно быть достаточно для того, чтобы негатив не проходил. Мы сделаем две-три медитации для того, чтобы вы поняли, что это такое, как с этим работать, и постепенно перестроили свое тело. Повторю: чудес не будет. Будет тяжелая, кропотливая работа над собой для того, чтобы достигнуть определенного состояния мышления, которое даст вам возможность не влезать в проблемы, чтобы потом не вылезать из них.

«Меня бабушка научила в детстве читать одну молитву перед походом в школу и на улицу. Когда я читала, я видела это в виде белого сгустка энергии, который окутывал меня».

Молитва – это и есть медитация. Так называемая медитация – это молчаливая молитва, в которой человек просто сидит. Есть молитва, когда человек проговаривает определенный набор слов, по-другому это называется «мантра». Абсолютно неважно, как вы пытаетесь запустить энергию. В большинстве случаев молитва – это одностороннее обращение, когда

человек куда-то обращается и в большинстве случаев ничего не видит и не слышит в ответ. В результате – иногда ситуация разрешается, иногда нет.

Энергия в виде белого сгустка – это нормальная реакция духовного мира, который посылает вам энергию света. Свет – белый, прозрачный, чистый. Этого света боится все негативное. Негативная энергия не может быть там, где светло. Темнота не может быть там, где светло. Поэтому если вы хотите защититься, то первое – можно помолиться, а второе – накрыть себя сгустком света. Мы это сделаем, и вы увидите, что это работает точно так же, как и молитва.

«Энергетическая защита – это фильтр, не позволяющий негативной энергии войти в энергетическое поле человека».

Есть такая энергия, которая называется «страх». Она приходит и говорит: я заставляю тебя бояться определенных моментов в твоей жизни. Ты надеваешь на себя один фильтр, второй, третий, десятый, окружаешь себя бетонными стенами, а страх так и сидит внутри.

Он говорит: «Давай-давай, надевай сколько хочешь, а я тебя изнутри скушаю». Поэтому основная задача – это избавиться от того, что сидит внутри. Защититься от наружного влияния не сложно, а вот решить внутренние проблемы не так-то легко.

Медитация «Защита белым светом»

Закройте глаза. Сделаем первую медитацию на тему защиты. Представьте себе, что каждый из вас сидит в одиночестве и вокруг никого больше нет. Каждый из вас – один-единственный в своей комнате. Поднимите свой внутренний взор (как бы посмотрите своими духовными глазами) вверх, мысленно обратитесь туда и попросите, чтобы на вас опустили облако белого света. Облако белой, чистой, прозрачной энергии, которая по спирали окутывает вас со всех сторон, с головы до ног.

Представьте, как будто это чистое, белое, как свет, облако теплой энергии окутывает вас. Пусть эта энергия зайдет внутрь, полностью пропитает вас и все ваше тело как губку, вытеснит оттуда все негативные энергии, которые там есть. Пусть она вытеснит страхи. Поймите, что бояться нечего. Нет такого понятия, как страх. Пусть вытеснит все тревоги.

Можете сделать еще проще. Увидьте, как эта светлая, чистая энергия впитывает в себя весь негатив из вашего живота и из сердца, впитывает все мысли. Все недосказанное впитывается в эту энергию из горла. Если у вас что-то болит, представьте, как боль впитывается в эту энергию. Белая, светлая, чистая энергия постепенно поглощает весь негатив из вашего тела. Теперь представьте, как эта энергия постепенно начинает подниматься, увлекая за собой все впитанное ею. Ваше тело остается пустым, прозрачным, чистым. Пусть это облако поднимется, исчезнет где-то во вселенной, исчезнет из виду.

Ощутите, как новая, светлая, чистая энергия опускается на вас и заполняет все светом, радостью, желанием, силой, жизнью. Постепенно возвращаемся обратно вместе с этой энергией, каждый в свое тело. Представьте, как эта энергия сопровождает вас и дает защиту не только ментальному, но и физическому телу. Ощутите уверенность, безбоязненность. Сделайте глубокий вдох, и на выдохе можно открыть глаза.

ПЕРЕСТАТЬ ЗАЩИЩАТЬСЯ

«Человек, общаясь, оставляет свою энергию в других. Защита – это как оставлять свою энергию в себе».

Это все ерунда. Вы должны понять одну простую вещь: надо упрощать жизнь, а не усложнять ее. Для того чтобы усложнить жизнь, нужно сделать очень простую вещь: взять все эзотерические книги, перечитать их, заучить наизусть и после этого понять, что теперь вы знаете все, но не знаете, что с этим делать. Сначала надо просто понять, что вы сейчас наговорили. Если вы послушаете себя со стороны, то прозвучит такая вещь: «Я не понимаю, зачем мне надо этим заниматься – раздавать энергию и собирать энергию».

Мы же общаемся. Общение происходит методом передачи энергии, передачи информации. Информация переходит из моего мозга в мозг человека. Она переходит двумя путями. Первый путь – через речь, второй путь – ментальный, так называемая телепатия, когда ментально общаюсь с другим человеком. И если я что-то сказал, значит, я выдал энергию, я ее раздал. В первом случае вы можете впитать ее, решить, что это вам подходит, что это часть вашей жизни. Во втором случае вы можете сказать: «Нет, не надо мне рассказывать, я сам знаю, что делать», и заблокировать мою передачу информации.

Я вам сейчас открою один секрет: наша душа бессмертна, и на нее никогда ничего не налипает. К нам – ментальным – негативная энергия прилипнуть не может. Она может налипнуть только на физическое тело и на первые два-три слоя. Я понял, что меня уничтожить просто-напросто невозможно, потому что я – это энергия, я – это не мое тело. Тело – это просто совпадение событий, в котором я сейчас временно нахожусь.

И когда я понял, что со мной невозможно ничего сделать, я перестал бояться. Когда я перестал бояться, я перестал защищаться. Когда я перестал защищаться, я перестал тратить энергию на защиту и перестал всех подозревать. Я перестал всех подозревать, всех обвинять, ходить за всеми, говорить: «Не лезьте ко мне, я же к вам не лезу». Я решил, что со мной ничего случиться не может, и с тех пор нахожусь в этом понимании.

Что со мной может случиться? Я могу заболеть? Но я могу вылечить себя. Я могу умереть? Все когда-нибудь умрем. Что бояться-то этого? Что со мной может случиться? Когда я понял, что на данный момент со мной случиться не может ничего, а если случится, значит, так должно быть, у меня все проблемы улетели в одночасье. Я перестал бояться учить людей жить хорошо.

Когда вы ко мне приходите, я пытаюсь передать вам сто процентов той информации, которая у меня есть. Я ничего не утаиваю, я ничего не боюсь. Я не боюсь, что у меня украдут информацию, поэтому я с удовольствием ею делюсь. Другими словами, я передаю энергию. Пользуйтесь на здоровье и во благо.

Единственное предостережение: не пытайтесь использовать те навыки, которые я вам даю, против меня. Грубо говоря, это чревато последствиями. Я себя отслеживаю полностью, от начала до конца, и четко знаю свои границы. Почему я сказал, чтобы вы стали пустыми? Когда была медитация, вы должны были сделать так, чтобы облако ушло, а организм остался пустым, как труба. Когда организм пустой, как труба, вы точно знаете, что у вас есть, и любое приближение ненужной вам энергии вы тут же чувствуете и блокируете еще до того, как эта энергия к вам пойдет.

Поэтому очень важно содержать себя в чистоте. Почему духовно развитые люди постоянно делают медитацию, занимаются собой? По одной простой причине: они пытаются сохранить свое ментальное тело в чистоте и пустоте для того, чтобы точно знать, что приходит. Пришла мысль – смотришь, нужна она тебе сейчас или нет. Если нужна – заходи,

если не нужна – до свидания, придешь потом. Мыслей в голове быть не должно, пусть присутствует тот минимум, который двигает вас по жизни, а не тормозит. Если вы увидели, что пришла какая-то мысль, которая начала вас тормозить, поговорите с ней, ведь с мыслью можно общаться. Не бойтесь быть немножко «повернутым». С собой можно разговаривать, только не вслух, тогда вас ни в чем не обвинят. Как только начнете разговаривать вслух – бегом ко мне на процедуру.

«Энергетическая защита – это сохранение своих жизненных сил для того, чтобы не допустить, чтобы их кто-то забирал».

Не допустить – это опять борьба. Как только вы хотите с кем-то бороться, вы сразу же открываете свои жизненные силы для того, чтобы их задействовать. Сделайте простую вещь. Понаблюдайте, если у вас будет такая возможность, за людьми, которые достигли определенного уровня духовного развития. Понаблюдайте за ними: как они себя ведут? И вы увидите, что такие люди остаются в спокойствии, они не реагируют.

Реакция – это открытие. Когда ты реагируешь, ты открываешь себя. Попытка защитить себя – это реакция. Попытка защититься от чего-то – это реакция. Если вы будете понимать, что с вами ничего не может случиться, вы перестанете реагировать. Как только вы перестанете реагировать, вы перестанете расходовать энергию, она всегда у вас будет. Вам не нужно будет беспокоиться о том, что у вас не хватит сил. Я могу сидеть час-два – сколько хотите – спокойно, не дергая ни руками, ни ногами, без лишних движений. Почему? Потому что я не расходую энергию на пустую жестикуляцию. Каждый мой жест – это работа энергии.

Как-то раз я подошел к своему другу, который работал фрезеровщиком, каждый день с шести утра до восьми вечера, и спросил: «Вот ты пашешь целую неделю, и что, не устает?» Он мне сказал такую вещь: «Смотри, подсчитано, что ученик или человек, который не обладает профессионализмом, делает за смену десять тысяч движений. А я за смену делаю шестьсот-семьсот движений».

Поняли посыл? Человек не устает не потому, что у него силы много, а потому что он ее не расходует. Он не делает лишних движений, он не суетится, он не «пылит», он не изображает бурную деятельность.

В какой-то определенный момент я понял, что не надо бежать никуда. Не надо бежать, потому что я могу убежать и от своей жизни тоже. Тогда я перестал суетиться. Я начал смотреть на каждый свой шаг – если я его сделаю, что будет происходить? И я понял одну простую вещь: каждый последующий шаг – изначально правильный, и мне потом, ретро-активно, не надо будет решать проблемы, в которые я до этого не залез. Это и называется «сохранить свою энергию». Не надо закрываться и пытаться сохранить, потому что чем сильнее держите, тем быстрее потеряете.

Есть такая притча. Один ученик пришел к мудрецу, а у мудреца на руке сидит птичка и клюет зернышки. Ученик говорит: «Учитель, дай мне, я тоже попробую». Учитель ответил: «Бери». Ученик схватил птичку и понес с собой. На следующий день он пришел обратно: «Учитель, как только я разжал руку, она улетела. Почему?» Учитель сказал: «Потому что ты пытался ее удержать. Рука должна быть расслаблена – тогда есть энергия приветствия, и птицу ничего не держит, она сама выбирает, сидеть ей на руке или улететь. Я предоставил ей возможности. Когда ты ее держишь, ты боишься ее потерять, ты боишься, что она улетит. Эту энергию страха ты ей передаешь. Как только ты разжал руку, она улетела, потому что в страхе она жить не хочет».

«То, что вы сейчас рассказали, мне очень близко, именно этому я хочу научиться».

Это и есть обучение. У нас другого нет. Если кто-то сидит и ждет, что вот-вот у нас начнется обучение, поймите, что оно уже давно началось. Я давно хотел заострить внима-

ние на том, что в большинстве случаев люди на десятом занятии спрашивают: «А когда мы начнем заниматься?» Что значит «когда начнем заниматься»? Я уже провел десять занятий.

Если кто-то ждет чудес, прозрений или еще чего-то, то это и есть прозрение – осознать, что вся вот эта болтовня это и есть занятия. Я вам сказал две минуты назад, что передача энергии идет по двум каналам. Первый – это разговор, второй – я напрямую в ваши головы посылаю то, что каждый из вас осознает в свое время. У кого-то на это уйдет два дня, у кого-то два года, у кого-то десять лет. Когда я перестал опасаться сделать что-то не так, то увидел следующее: через определенное время люди все равно понимают и осознают. Поэтому постепенно я избавился от всех своих страхов.

«Энергетическая защита – такое мое состояние, когда ко мне ничего не может прилипнуть».

Я сейчас начну себе противоречить, но на самом деле это тоже будет правильно. Чем выше вы поднимаетесь, тем больше негативной энергии стремится к вам прилипнуть. Чем больше человек продвигается в своем духовном развитии, чем выше он поднимается, тем больше соблазнов становится. Не меньше, а больше. Эго не спит никогда. Оно только и думает, как поставить человека перед очередным экзаменом и посмотреть, выдержит он или нет. Поэтому если вы решили, что ваша жизнь станет спокойной, когда вы начнете развиваться, то вам нужно ехать в Тибет или в какую-нибудь деревню, построить там дом в лесу и спокойно жить, чтобы никого не видеть, ни с кем не общаться, никого не слышать. Деньги там будут не нужны, работа тоже, будете содержать свое хозяйство. Так получится еще один отшельник, который сбежал от цивилизации, потому что испугался ее.

«Получается, что постоянно по жизни надо будет защищаться?»

Нет. Надо будет не защищаться, а отслеживать то хорошее состояние, к которому вы пришли либо хотите прийти. Его надо будет отслеживать. Почему? Потому что есть два состояния: хорошее и плохое. Хорошее состояние, как правило, усыпляет. Оно усыпляет бдительность человека. Когда у него все хорошо, он считает, что так должно быть, и перестает над собой работать. Как только вы перестаете над собой работать, к вам приходит негативное состояние и говорит: «Что, перестал работать? На, поработай надо мной». Оно дает вам возможность не спать. Поэтому негативная энергия, которая находится в нашем мире, это тоже позитивная энергия, которая заставляет вас действовать, не дает вам возможности отсутствовать в своей жизни. Бог не создал для человека ничего плохого. Все зависит от того, как на это посмотреть. Если вы на положительные вещи смотрите положительно и на отрицательные вещи тоже смотрите положительно, тогда у вас нет никаких проблем. Тогда жизнь становится положительной постоянно. Жить становится хорошо, и при этом не важно, что происходит.

«Получается, что на то и щука, чтобы карась не дремал?»

В любой пословице есть формула. Формула бытия. Закон природы, который говорит: для того чтобы человеку не утратить бдительности и не заснуть, создана негативная часть жизни, создана проблема. Но ведь ни одна проблема не создана без ее решения. Перед тем как создать болезнь, создали лекарственные средства. Перед тем как создать жажду, создали воду. Перед тем как создать еду, создали продукты. Перед тем как поселить, создали жилье, которое можно построить или купить. Здесь важно то, что одна и та же формула работает. Перед тем как вам была дана проблема, было создано решение. Если вы знаете, что для любой проблемы есть решение, тогда проблемы у вас автоматически исчезают. Вы просто-напросто будете концентрироваться на движении, вы перестанете решать эти проблемы.

«Защита – это научиться спокойствию, не расходовать зря свою энергию».

Да, надо научиться спокойствию, потому что даже тогда, когда вы читаете книгу, можно не болтать ногами и не двигать руками. Это и есть спокойствие. Наши мысли тесно связаны с нашими мышцами. И если во время разговора у вас происходит движение, вы должны понимать, что в голове идет не тот мыслительный процесс, который должен быть, потому что реакции мышц быть не должно. Мышцы должны реагировать только тогда, когда вы собираетесь что-то сделать. Если я хочу встать и пойти, я встаю и иду, то есть мои мышцы работают. Если я не хочу никуда идти, я сижу спокойно.

Чтобы мышцы перестали реагировать, посмотрите, в чем проблема. Наша усталость, как правило, создается не оттого, что мы бегали целый день, ходили или работали, а оттого, что мы думали. Человек от своих мыслей устает гораздо больше, потому что мысль связана с мышцами. Мышцы постоянно работают, сокращаются – дергаются руки, ноги, другие части тела. Получается, что даже в тот момент, когда вы ничего не делаете, идет огромный расход энергии на запускание ваших мышц. Посидел два часа, встал и говоришь: «Ой, как я устал». Вроде бы ничего не делал, а оказывается, тяжело работал.

«Энергетическая защита – это спокойствие. Если будешь сохранять спокойствие, останешься самим собой».

Лет восемь назад была такая ситуация. Я пришел в магазин рабочей одежды, потому что купил вещи, которые мне не подошли. Что-то мне не понравилось, и я решил: сейчас я покажу, кто здесь главный. Как говорят, потребитель всегда прав. Слышали это? И вот я прихожу, кидаю на прилавок вещи и начинаю кричать. Продавец посмотрел на меня и сказал: «Да, ты прав». И занимается дальше своими делами. Я говорю: «Ты на меня хоть посмотри, давай решим этот вопрос, надо что-то сделать». Он на меня посмотрел и опять: «Да, ты прав». И продолжает заниматься своими делами. Я постоял минуты три, понял, что да, я прав. А сказать было больше нечего, потому что такой реакции я не ожидал. Я заготовил текст, пришел с готовыми выражениями, и вдруг мне говорят «да, ты прав». Я не ожидал быть правым, я хотел доказать, что я прав. Эта ситуация поставила меня в тупик, который заблокировал мое желание быть правым. И я понял, что хочу так же реагировать в своей жизни, как этот продавец.

Когда человек приходит ко мне и говорит: «Ты не понимаешь!» – я отвечаю: «Я не понимаю». – «Но ты должен понять!» – «Да, должен понять», – и смотрю на него спокойно. Через две минуты вижу, что он обмяк, энергия у него закончилась, а то, что он хотел сказать, он это сам и скушал. А ты остался при хорошем настроении, тебя не вывела из себя машина, которая медленно ехала впереди тебя.

Последний раз я ехал, а впереди – то одна, то вторая, то третья машина. А потом я подумал: куда я тороплюсь? Если меня здесь тормозят, значит, у меня есть какая-то проблема, которую мне нужно решить. При чем тут они? Они меня знать не знают, пусть едут спокойно. Какая мне разница, в каком ряду едет та женщина, какая мне разница, с какой она скоростью едет? Если она блокирует меня, значит, у меня проблема. Значит, я попал в эту ситуацию и мне ее разрешать. Почему в этот момент я должен выходить из себя?

Вы должны понять, что в большинстве случаев вы выходите из себя в тот момент, когда ваш оппонент даже не знает, что у вас поднялись такие эмоции. «Он такая сволочь, он не понимает!» А он не понимает, он даже не слышит вас. Он понятия не имеет, он живет своей жизнью. Все живут своей жизнью. Вы никому не нужны. Когда вы поймете, что вы никому не нужны, вам не будет нужна никакая защита.

Когда вы поймете, что никому не нужно сидеть и обсуждать вас, вы поймете, что вам не надо защищаться. Вас перестанут обсуждать только в тот момент, когда вы перестанете

думать, что вас кто-то обсуждает. Когда вы перестанете бояться, что о вас подумают, в этот момент о вас перестанут думать. Мало того, вы должны понять, что о вас никто не думает. Почему? Потому что вы не думаете ни о ком. Вот это одна из защит – перестать думать о ком-то вместо себя.

«Энергетическая защита – умение принимать любую энергию и обращать отрицательную энергию в положительную».

Вот вам ситуация. Представьте себе, что вы стоите на дороге и вдруг сверху вам на голову вылили помой. Как бы вы ни хотели из дерьма сделать конфетку, у вас ничего не получится. Поэтому далеко не все надо в себя принимать.

«У меня есть одна цель – излечиться от излишней требовательности к себе и перестать укорять себя за то, что я чему-то не научилась, чего-то не достигла в своей жизни».

Очень хорошо. Давайте закроем глаза, потому что у большинства людей есть такая проблема – все хотят знать всё. Но даже Бог всего не знает.

Медитация «Объять необъятное»

Представьте себе, что вы стоите на краю пропасти. Вот земля закончилась, а впереди – необъятная бесконечность, которая называется «все знание». Теперь попытайтесь осознать такую вещь: каким образом можно объять это необъятное? Поймите другую вещь, что знание, которое вы хотите обрести, нужно вам только в тот момент, когда его надо использовать. Поэтому научиться заранее ничему невозможно. Но приходит другая часть вашего «Я» и говорит: «Ты должен знать все, а вдруг тебе это пригодится».

Я вам скажу, что другая ваша часть и так знает все, потому что каждый из вас сейчас находится здесь. Вы дожили до этого момента и как-то справлялись в своей жизни с неустойками и проблемами. А если вы все равно как-то справлялись с проблемами, значит, вам не надо бояться, что будущие проблемы вы не сможете исправить или решить.

Поэтому перестаньте хотеть объять необъятное и поймите, что знание – оно не где-то там, оно здесь.

И поймите еще одну простую вещь: там, где вы стоите, – там центр Земли, там центр всего. Там, где вы сейчас находитесь, и есть центр. Вы – это центр. Почему? Потому что впереди бесконечность, позади бесконечность, слева бесконечность и справа бесконечность, вверху бесконечность и внизу бесконечность, и только вы (каждый из вас) являетесь центром своей жизни.

Когда вы поймете, что вы и так уже пришли, что вы и так центр, когда вы поймете, что любое знание достигаемо, тогда вам больше не надо будет обманывать себя. Так что спускайтесь обратно в свое тело, заходите в него и поймите, что бесконечность вокруг вас.

Комментарий

Получается, что человек стремится набрать знаний. А у меня один простой вопрос: когда вы начнете применять этот набор знаний? Как-то на одном из курсов я сказал: «Перестаньте читать, начинайте применять». И тут я слышу ответ: «Я еще не готов». У меня сразу появляется вопрос: «А когда будешь готов? Когда? Сегодня, завтра, послезавтра, через неделю, через год?» Или, например: «Вот этот курс пройду, и тогда у меня все случится».

Это называется «отложить жизнь на потом». Когда-нибудь проживем, а сейчас я не могу, потому что раз, два, три...

Перестаньте объяснять себе то, что не хотите делать. Не хотите – не делайте. У меня подход очень простой: если я чего-то не хочу, я просто этого не делаю, вот и все. А зачем мучиться? Вот я не делаю, и даже не мучаюсь совестью от этого. Я чего-то не знаю – и наплевать, значит, не надо знать. Потому что у меня в жизни есть определенный подход: если мне что-то надо будет знать, я буду это знать. Вот таким правилом я руководствуюсь. Если мне на глаза попала какая-то книжка и в этот момент я увидел фрагмент, который мне надо прочитать, значит, в этой книжке что-то есть. Открыл, прочитал, закрыл, поставил. Я не хожу и не выискиваю, что мне почитать. Я никогда не хожу в поисках, чем мне заняться.

Вот эти два дня – пятницу и субботу – я провалялся на кровати. Можно было заняться чем-нибудь, а я решил, что не хочу ничем заниматься и не буду себя в этом обвинять. И вы знаете, никто не пришел с претензиями. И даже я сам, лично, к себе с претензиями не пришел.

Это называется «заниматься своей жизнью». Кто-то может сказать, что я не занимаюсь своей жизнью. А я могу спросить: а что такое – заниматься своей жизнью? Я знаю, как это делается.

«Этот курс меня интересует с точки зрения самоочищения – как очищать свой собственный негатив, а не заниматься другими людьми».

Мы уже делали медитацию на эту тему («Наши маски»). Как проходят занятия в большинстве случаев? Мне абсолютно без разницы, о чем вы говорите. Мне интересно, что у вас в голове, поэтому я настраиваюсь на ваш ментальный процесс. Каждый из вас пришел сюда с определенными мыслями. В большинстве случаев их, грубо говоря, видно. Я их слышу. Что получается? Они мне начинают надоедать, и, чтобы их не слышать, я провожу медитацию и убираю эти мысли. Потому что они мешают мне, а не вам. На самом деле вы даже не знаете, где находится большинство вещей, о которых я говорю. Вы даже не знали, что такие вещи есть. Теперь вы начнете обращать внимание на какие-то определенные моменты.

«– По жизни часто приходится общаться с очень агрессивным человеком. Можете ли вы порекомендовать какую-то технику, как вести себя в ситуации, когда приходится иметь дело с человеком, который охвачен гневом, и нет возможности уйти?»

– Это муж?

– Партнер».

Есть три решения. Первое: берете раскаленную сковородку и всю жареную картошку бросаете в него вместе со сковородкой. Второе: вам надоедает такая жизнь, и вы говорите: «Знаешь что, меня окружают хорошие люди, и этого мне дома не надо». Встаете и идете. Третье: ничего не делаете. Терпите и говорите: «Ладно, значит это моя карма, судьба, так в моей жизни Бог меня наказал». Другими словами, вы даете возможность другому человеку управлять своей жизнью.

От самых близких людей – от родителей, от мужей, от жен – защититься невозможно ничем. Вы не можете поставить защиту, потому что они все равно найдут лазейку. Можно еще подождать: может быть, этот человек когда-нибудь изменится, когда-нибудь поймет, что он создает проблемы окружающим. В большинстве случаев этого не происходит. В большинстве случаев все вокруг виноваты, кроме него. У меня такой подход: если вам не нра-

вится какая-то ситуация, встаньте и поменяйте место, вы же не дерево. Человек может поменять свое место, это еще китайские философы сказали.

Для всех, кто решил поменять свою жизнь на медитацию и думает, что сейчас вы помолитесь и Бог за вас все сделает, хочу сказать: этого не произойдет. Если вам нужно сделать какое-то действие, ничего не произойдет, пока вы его не сделаете. На днях мне пришло письмо: «Что делать? У меня нет работы». Как можно сидеть без работы, когда вокруг столько работы? Я никогда без работы не сидел.

Иногда мне говорят: «Я не знаю, чем мне заняться». Займитесь собой. Начните с себя. Переделать нужно себя. Как только вы сможете переделать себя, вам не нужно будет переделывать никого. Те, кто вас не устраивает, исчезнут сами, те, которые вам импонируют, будут вас окружать. Если вы хотите убрать плохое полностью, тогда вам всем надо будет решить, что вы хотите это сделать.

«Энергетическая защита – это поле или энергия, в котором ты пребываешь и тебе в нем комфортно, и другим людям также».

Это называется пребывать в энергии своей жизни. Все, что я хотел вам сказать, это следующее: в большинстве случаев не существует универсальных техник, универсальных защит. Невозможно сказать «делайте так, и у вас все будет хорошо». Я с этим на сегодняшний день еще не сталкивался.

Начинайте импровизировать. Если что-то одно не работает, попробуйте поменять. Сработало – отлично. Не работает – ищите дальше, ищите свое. Как только найдете свое, придете к своей пустоте, увидите себя, очиститесь от всех наслоений, в этот момент вы поймете, что вам не нужна защита, что вам нечего бояться. Ваше никому не нужно. Как только вы поймете, что свет, проходящий через вас, излучается вовне, вы всегда будете пребывать в состоянии наполненности. Если вы будете пребывать в состоянии наполненности, успеха, радости жизни, движения, желания чем-то заниматься, то у вас никогда не будет никаких прорех и дыр в энергетике.

Медитация «Поток»

Для того чтобы закончить эту тему, закройте глаза. Это еще одна медитация на наполнение энергией, поэтому желательно, чтобы руки не перекрещивались. Положите их на бедра. Кому удобно, поднимите ладонями вверх, кому неудобно, опустите ладонями вниз. Расслабьтесь, чтобы локти свободно свисали. Представьте себе, что вы сверху донизу – труба, сквозь которую течет энергия. Вас не существует, вы просто прозрачная труба. Ощутите это движение. А теперь возьмите энергию, которая течет, и начинайте перенаправлять ее от себя в разные стороны – вверх, вниз, влево, вправо, вперед, назад. Начинайте излучать эту энергию вокруг себя, пока она не создаст вокруг вас определенный светящийся ореол. В этот момент поймите, что энергия, поступающая сверху, бесконечна, неиссякаема и закончиться не может. Постепенно заканчивайте, и с ощущением, что вы наполнились, что энергия проходит сквозь вас, можете открыть глаза.

ЗАЩИТА СВЫШЕ

Наша следующая тема – энергетическая защита свыше. Все уже слышали про зеркальные шары, про стены и т. д. Мы повторяться не будем, потому что этой информации полно. Мы узнаем, как использовать определенные силы, у которых есть возможность обеспечить нам защиту без того, чтобы мы принимали в ней участие. То есть мы научимся просить защиту сверху, но это будет дальше.

«У меня получается войти в медитацию, представить все и прочувствовать, но обратно в тело я возвращаюсь без всего, все остается на месте».

Знакомая ситуация. Так бывает, когда человек делает медитацию где-нибудь отдельно от себя. Это называется «иллюзия». Если продолжать заниматься, то со временем придет умение. Вы начнете понимать, где настоящая медитация, а где вы рисуете в воображении то, что хотите видеть. То, что нарисовано в воображении (в соответствии с желанием увидеть именно это), практически невозможно перенести на наш физический уровень. Начинать надо всегда снизу.

Медитация «Свет на дороге»

Закройте глаза. Представьте себе, что вы стоите, смотрите вверх. Наверху все чисто, красиво, светло. А теперь опустите свой взор вниз, себе под ноги. Все, что вам не нравится под ногами, все, что вам мешает идти – ямы, завалы, мусор, – начинайте разгребать, очищайте от всех отходов свое бытие. Тот свет, который идет сверху, направляйте себе под ноги, на свою дорогу до момента, пока она не начнет светиться. Тогда свет, который есть наверху, также будет и внизу, то есть излучение в вашей жизни будет идти с двух сторон: сверху и снизу. Как только сделали, ощутите, что все это происходит здесь и сейчас, именно в этой комнате. Плавно ощутите себя в своем теле, стоящем здесь. Сделайте глубокий вдох, задержите дыхание на две секунды и плавно выдохните, открыв глаза.

«Я воспользовалась энергетической защитой, когда ушла с работы, и начальница попросила одного экстрасенса вернуть меня обратно».

В большинстве случаев все так называемые сглазы и порчи – это попытка пролезть к вам в энергетику, в вашу ауру, и таким образом изменить ход событий, попытавшись навязать вам чужую волю и чужие мысли. Для чего я постоянно говорю вам, что надо, чтобы голова была чистой от мыслей? Для того чтобы вы точно знали, где *ваш* мыслительный процесс, а где тот мыслительный процесс, который вам пытаются навязать. В этом секрет, который даст вам возможность сохранить себя в целостности. Как мы уже говорили, самое важное – это не защита, а наличие у вас достаточного количества энергии, достаточного для того, чтобы в вашу энергетику невозможно было внедриться, чтобы даже иголку было некуда воткнуть.

Медитация «Склад мыслей»

Закройте глаза и представьте, что каждый из вас о чем-то думает. Неважно о чем – о жизни, о работе, о прошлом, о будущем, о хорошем, о плохом. Все это – мысли. Ненужные мысли возникают в голове, когда там беспорядок. Представьте себе свой мозг в виде большого склада. Огромный ангар, внутри которого слева и справа стоят какие-то полки, стеллажи с ячейками. Часть ячеек светится, часть ячеек затемнена, часть ячеек пуста. А между этими полками посередине свалена в кучу энергетически оборванная информация, которую

вы собирали в течение жизни (из прочитанных книг, из пройденных курсов, из дома, из повседневного общения), но так и не нашли ей применения. Вся эта информация, лежащая сейчас на полу в виде какой-то энергии, представляет собой так называемый энергетический мусор в вашей голове. Этот энергетический мусор порождает ненужный мыслительный процесс. Выкидывать его не надо никуда. Это информация, которую вы когда-то собрали, видимо, она была для чего-то нужна. Все, что нужно сделать, – это распределить ее между левыми и правыми стеллажами.

Делается это очень просто. Вы подходите к этой куче и чисто интуитивно начинаете распределять энергию – часть идет влево, заполняя там пустые ячейки, часть энергии идет в пустые ячейки справа.

Начинайте распределять, раскладывать энергию и информацию на стеллажи слева и справа. Попробуйте не анализировать, что вы делаете и для чего вам это нужно. Ваш мозг сам поймет это в какой-то определенный момент и даст этому возможность сработать. Просто продолжайте распределять и раскладывать. А теперь представьте себе синий свет. Представьте себе синий свет, который льется откуда-то сверху и заполняет все это пространство, освещает каждый угол. Представьте, как те ячейки, которые вы только что заполнили, осветились изнутри ярким светом и начали работать. Теперь ваш мозг правильно принял эту информацию. Теперь она не будет хламом в вашей жизни.

Представьте, как вы опускаетесь из своей головы обратно в тело, заполняете все его пространство. Пошевелите пальцами, удостоверьтесь, что все на месте. Сделайте глубокий вдох, и с выдохом можно открыть глаза. Эту медитацию можно делать хотя бы один раз в месяц. Она быстро распределит всю информацию в вашей голове и успокоит ваш мозг.

«Когда я стал расставлять информацию на полки, появилась девушка. Я спросил, что она тут делает, потому что это мой мозг и там не должно никого быть. Она ответила, что помогает мне».

Помогла – хорошо, пусть идет. Иногда бывает, что заглядываешь внутрь и вдруг видишь определенные вещи, которые, по логике, там быть не должны. На самом деле наше тело не кончается своими физическими границами. Наше тело немного шире, чем мы предполагаем. Если идти в глубину, то там мы так же бесконечны, как и снаружи, поэтому там мы можем обнаружить много интересных и забавных вещей, о которых никогда бы в жизни не подумали.

ГДЕ ДЕЛАТЬ МЕДИТАЦИЮ

«Где можно проводить медитации? Если находишься в людном месте, как управлять своим сознанием, чтобы тебя не сочли отреченной от жизни?»

А если сочтут, что будет? Ничего не будет. Эту тему можно закрыть.

Медитацию можно делать в любом месте, где вы хотите. Единственный нюанс – важно то, **какую** медитацию вы делаете. Если вы делаете медитацию на очищение, то лучше не делать ее там, где вы постоянно пребываете. Если вы идете спать и перед сном решили сделать медитацию на очищение, то вы разбросаете всю эту энергетику по своей спальне, а ночью намотаете ее обратно на себя. Потом встанете утром с ощущением, как будто ничего не делали. Поэтому медитацию на очищение лучше всего делать вдали от дома, либо можно выделить дома какой-то определенный угол для нее.

Есть медитации на концентрацию, когда отрабатывается устойчивость воображения. Эту медитацию можете делать где угодно – и в магазине, и на улице, и дома.

Если вы пытаетесь сделать медитацию на получение какой-то информации, то можете делать ее в любом месте. Это зависит от того, какую информацию вы хотите получить. Если вы хотите получить информацию по какому-то конкретному вопросу, то не надо ждать определенного времени, можно делать это в любом месте. Но если вы посреди супермаркета усядетесь в позу лотоса, то помните, что вызывающее поведение вызывает определенные вопросы у людей.

Есть медитации на получение общей информации, какого-то общего знания. Такая медитация более глубокая, она продолжается гораздо дольше времени. Такую медитацию лучше делать в определенном месте, где есть возможность создать тишину. Кто любит музыку, может включить ее и сконцентрироваться, чтобы хотя бы полчаса его никто не беспокоил. Тогда эта медитация принесет хорошие плоды. Предупредите своих родных, что вам нужно полчаса, чтобы никто вам не мешал, не хлопал дверями, не стучался и т. д. Со временем выработается умение не обращать внимания на все эти раздражающие звуки, и будет абсолютно неважно, что происходит вокруг вас.

Я заметил, что в метро, например, если вам долго ехать, не особенно хорошо делать медитацию, потому что она связана с открытием энергетических центров. Когда вы их открываете, вместе с нормальной информацией к вам может поступить не очень хорошая энергия, которая находится у человека рядом, если он сидит и крутит в голове негативные мысли. Медитацию всегда лучше делать в местах, которые помогают этому, где вы сможете спокойно уединиться и сконцентрироваться, – природа, лес, река, озеро. Также можно выделить себе уголок в домашней обстановке. Вот вам основные варианты.

«Я взяла за основу, что защищаться не от кого, если я полна как бутылка. Эффект очень хороший. Вопрос. Если негативное состояние, я представляю, что бутылка полна энергии, что она светится, и настроение тут же возвращается. Можно ли так делать?»

Если у вас получается, значит, можно. Вы уже знаете, что такое иллюзия. Иллюзия – это когда делаешь, но не получается.

Вроде бы в медитации все в порядке, а на деле ничего не происходит. Это называется «иллюзия» – когда вы сделали неизвестно что неизвестно где. Но если вы сели в медитацию, сделали какое-то действие и у вас, хотя бы на какое-то время, начался вдруг такой подъем, что вы можете горы свернуть, значит, действие произошло. Через какое-то время мозг при-

выкает к этому и перестает подставлять разные ситуации, которые могут вывести вас из равновесия.

БОЯТЬСЯ НЕЧЕГО

Мне очень понравилась фраза, которую один из вас сказал: «Я оглянулся вокруг – а бояться нечего». Если этот критерий будет вашим лозунгом по жизни, то вам и защищаться будет не от кого, потому что большинство негативных ситуаций мы сами к себе притягиваем с помощью энергии, которая называется «страх», или «беспокойство». Мало того, создавая разные ситуации у себя в жизни, я замечаю, что если у меня появилось тонкое-тонкое желание или мысль о том, что надо с кем-то поругаться, то я обязательно это сделаю, потому что это энергия, которая сидит внутри меня. Если она не отработана, я все равно буду искать предмет для воздействия, на котором можно будет потренироваться. И когда я увидел эту тонкую энергию, которая запускает во мне этот процесс, я, вместо того чтобы ее отработать, начал ее убирать. И я увидел, что объекты моих негативных желаний исчезли из моей жизни. Вот вам пример, откуда это все берется.

«Начали происходить разные чудеса. Я разговаривала с подругой, и та сказала, что начала учиться кататься на горных лыжах. Вечером вдруг звонит мой муж с работы и говорит: собирайся, поедem сейчас кататься на горных лыжах. Причем я не думала об этом ничего, просто пришла информация, и мы поехали в тот же день кататься на горных лыжах».

Это очень важно, когда человек зашел в течение и просто движется в потоке туда, куда жизнь направляет. Это не то же самое, что плыть по течению, куда несет. Это значит соответствовать той дороге, которая есть в вашей жизни, создавать это течение и радоваться тем плодам, которые вдруг начинают созревать. Плоды в виде горных лыж, в виде еще каких-то мелких радостей, когда вчера ты подумал и вдруг сегодня оно свершилось. Я считаю, что здесь только открывается основная часть жизни, когда можно взять контроль в свои руки и научиться управлять этим потоком.

«Мне кажется, что у меня в жизни мало радости, поэтому надо создавать ее самой».

Конечно, надо создавать самой. А кто будет ее вам создавать? Знаете, когда я понял, что моя жизнь – это **моя** жизнь, следовательно, **мне** ее и создавать, вдруг она начала создаваться. До этого я постоянно ждал, что мне сверху упадет манна небесная... Но я понял одну простую вещь: сверху мне ничего не упадет, хотя наверху и много всего. Все, что мне будет нужно делать, – это претворять посредством своего организма эту духовную энергию в физическое действие. Это значит, что мне придется делать самому. Когда я это понял, я перестал бояться действия и начал заниматься своей жизнью, что и вам предлагаю.

«Когда я ставлю энергетическую защиту, у меня идет реакция организма, которую чувствуют другие люди. Например, когда нужно сидеть и спокойно разговаривать, у меня появляется смех».

У меня тоже бывает, когда человек приходит, рассказывает серьезные вещи, а я смотрю на него и на самом деле не вижу эту энергию, не вижу эту проблему. Я вижу, что он пришел ради того, чтобы просто пообщаться, и начинает выдумывать какие-то проблемы. Я это вижу и начинаю либо просто смеяться, либо заниматься какими-то своими делами. На самом деле смех – это прекрасная защита, когда ты даже не слушаешь и ведешь свой внутренний диалог: «Да-да, рассказывайте мне. Я вижу, что вы пытаетесь мне всунуть, я все понимаю». Очень хорошая защита – это когда вы можете абстрагироваться от того потока информации, который вам пытаются навязать, то есть выйти из зоны действия этого потока.

Медитация «Разговор»

Давайте сделаем такую медитацию. Закройте глаза и представьте напротив себя собеседника, который рассказывает вам о каких-то своих проблемах, пытается обратить ваше внимание на себя и на них, чтобы вы подключились к их решению. Своим внутренним зрением представьте такую картину на заднем плане: как будто от него на вас направлен какой-то определенный поток. Если вы соглашаетесь с ним, то есть участвуете в его разговоре, то фактически вы начинаете впитывать эту энергию.

Возникает вопрос: нужно ли это вам? Сделайте такую вещь. Мысленно отойдите в сторону и представьте, как этот поток проходит мимо вас в пустоту. То есть он как бы направлен к вам, но вас в этот момент нет, вы отсутствуете, поэтому не можете ничего впитать. Отойдите в сторону и смотрите, как этот поток улетает в пустоту, сопроводите его туда. Наблюдайте, как он улетает в бесконечность и там растворяется, рассыпается или просто исчезает. После такой техники разговор заканчивается практически моментально, так как человек не видит объекта воздействия, ему не на кого переложить то, что он хотел. Вы фактически себя защитили. Как только поток прекращается, возвращайтесь обратно в свое тело и продолжайте вести беседу как ни в чем не бывало. Все, вернулись.

Комментарий

Вот такая вот медитация. Бывает иногда, я с кем-то разговариваю и не хочу слушать то, что мне пытаются сказать. Но все мы культурные, интеллигентные люди, воспитанные по определенным канонам, которые говорят, что собеседника надо слушать, что в беседе надо участвовать. Нет проблем: вы как бы продолжаете беседу, но ваша ментальная часть отходит в сторону. Если вы отошли в сторону, вся энергия пройдет мимо, и вы увидите, что через несколько секунд человеку нечего будет сказать, так как вся его энергия улетела в пустоту и от вас нет обратной реакции. В этой технике не обязательно закрывать глаза, ее можно прекрасно отработать с открытыми глазами. Потренируйтесь, если будет возможность, но не ищите повода специально, не накручивайте себе какие-то негативные ситуации. Этого делать не надо.

КОНЦЕНТРАЦИЯ И ОБРАЗЫ

«Во время медитации я отвлекаюсь. Не хватает терпения дослушать до конца и доделать».

Это значит, что вам не хватает концентрации, а не терпения. Начните делать какую-то медитацию на концентрацию. Я вам могу дать одну технику. Можно нарисовать на листе черную или синюю точку диаметром три-пять сантиметров, повесить рисунок на расстоянии полутора метров от себя и сесть на стул. Главное, чтобы точка была на уровне глаз, чтобы шея и голова не напрягались. Таким образом нужно концентрироваться на этой точке хотя бы десять – пятнадцать минут, пытаться уравновесить сознание так, чтобы, кроме точки, вы больше ничего не видели. Если мысли уводят вас в сторону, плавно возвращайте себя обратно и продолжайте смотреть. Идеальный вариант – если сумеете при этом не моргать. Первые несколько минут будет резать глаза, они будут слезиться, но потом это ощущение исчезнет и можно спокойно двигаться дальше.

Желательно делать эту медитацию каждый день хотя бы в течение одной-двух недель. Она научит ваш ум концентрироваться на любом действии в течение длительного промежутка времени. Например, если я делаю процедуру двадцать минут, то в течение этой процедуры мне нельзя отвлекаться, у меня должна быть стопроцентная концентрация на том, что я делаю. Любой уход за мыслью – это потеря той энергии, которая находится здесь и сейчас.

Я вам предлагаю не лениться и делать эту медитацию вечером перед сном или в другое время, когда есть возможность. Она очень хорошо успокаивает, выкидывает лишние мысли из головы и тренирует мозг – концентрироваться на том действии, которое вы делаете в конкретный момент. Если вы делаете медитацию и мысль убегает, это значит, что концентрация ушла, объект медитации исчез и, следовательно, она закончилась. Вы уже переключились на другое действие, которого в данный момент просто нет, оно не существует. И та мысль, которая вызвала это, была запущена только ради того, чтобы вывести вас из равновесия. Почему? Потому что каждая мысль должна существовать только в подходящий для нее момент, для соответствующего действия в жизни. Другими словами, нужно думать именно о том, что вы делаете сейчас.

«У меня не всегда получается представлять в процессе медитации те образы, которые я хочу».

Образы – это идеальные картинки, но не всегда они есть. Иногда бывает ощущение, что есть какое-то присутствие, а образа нет. Поэтому концентрироваться на образах не совсем правильно. Мы не всегда знаем, как это выглядит на самом деле, поэтому достаточно того, что вы знаете, как это должно быть в общем плане. Иногда образ формируется только тогда, когда вы уже пришли туда, куда хотели. Только тогда вы можете его увидеть, разглядеть, рассмотреть. В большинстве случаев в пути не всегда видны детали, поэтому сначала возникают отдельные моменты, которые с течением времени складываются в какой-то законченный образ. Увидеть всю картину очень тяжело, поэтому как у вас идет, так и правильно.

АНГЕЛЫ И НАСТАВНИКИ

Я обещал вам рассказать о защите свыше. Вы все знаете, что у каждого из нас есть свой ангел-хранитель. Ангел-хранитель – это энергетическая субстанция, которая призвана сопровождать вас по жизни, оберегать от каких-то негативных воздействий или явлений. Но не все об этом знают, поэтому не все этим пользуются. Наш ангел-хранитель обладает довольно-таки мощным, широким спектром действия. Он может передавать энергию свыше напрямую к вам, указывать выход из каких-то ситуаций либо просто-напросто отводить от вас негативные энергетические потоки, которые направлены в вашу сторону. Это довольно-таки мощная энергия, которая дает ощущение безопасности. Давайте сделаем медитацию и познакомимся с этой энергией, чтобы вы знали, что это такое и как с этим работать.

Медитация «Ангел-хранитель»

Сядьте ровно, закройте глаза. Желательно не опираться на спинку стула и не облокачиваться, потому что сейчас будет общение с высшей сущностью, и необходимо, чтобы спина была прямая. Ощутите какое-то присутствие немного позади и выше себя. Грубо говоря, представьте, что там стоит похожий на вас чело век, созданный из энергии и света. Его ноги находят ся на уровне вашей шеи. Это ваш ангел-хранитель.

Войдите с ним в диалог первый раз в своей жизни. Задайте ему какой-нибудь вопрос, например: «Кто ты?» Получите ответ. Имена не важны. Если он не представится, ничего страшного. Спросите, давно ли он здесь. Выясните, какая у него функция.

Определим его как постоянного партнера в вашей жизни, как ту часть вас, которая постоянно будет присутствовать рядом. У этой энергии неограниченные возможности по передаче вам информации и защите от негативных влияний. Для того чтобы не запускать свою энергию, вы можете напрямую обращаться к нему и просить сделать эту работу вместо вас. Попросите его охранять вас и избавить от неправильных действий в жизни. Попросите его послать на вас свет. Посмотрите, как это происходит в действии. Заручитесь его поддержкой, осознайте, что он никогда вас не покинет, и откройте глаза.

«Вы сказали, что ангел должен быть похож на нас. А если он совсем не похож?»

Хорошо. Значит, вы увидели то, что есть на самом деле.

«Можно ли просить защиту на время сна?»

Если вы идете спать и решили, что вам надо защититься, можете поставить своего ангела-хранителя как охранника в вашей спальне, и вы удивитесь, насколько хорошо это работает. На самом деле большинство из этих сущностей работают только по просьбе человека. Для этого человек должен уметь попросить. Так что, если у вас есть желание попросить дополнительную помощь (избавить вас от ошибок, от ненужных действий, от ненужных мыслей), можете обращаться к этой энергии, потому что она «знает» намного больше, чем все мы, вместе взятые. У нее есть все инструменты и все возможности помочь нам решить какие-то определенные задачи в жизни. Ангел-хранитель не меняется никогда, он дается один раз на всю оставшуюся жизнь, включая последующие жизни. Он совершенствуется вместе с вами. Это значит, что чем выше вы поднимаетесь в своем развитии, тем он становится мощнее, потому что может передать в вашу жизнь больше энергии. Это ваш ангел-хранитель.

У каждого из нас есть еще так называемый наставник. Наставник – это энергия, которая нас обучает каким-то определенным действиям в жизни. Наставники – это меняющиеся

энергии, которые присутствуют в какой-то определенный период жизни и дают людям возможность продвигаться, развиваться, получать конкретное знание, которым обладают сами. Наставники, как я сказал, имеют свойство меняться и таким образом приносить дополнительные знания в жизнь.

«Возможно ли, что наставник и ангел-хранитель – это одно и то же лицо?»

Скорее всего нет. Они могут быть похожи, потому что оба созданы из света. Ангел – это тот, кого вы сейчас видели. Закрепите эту картинку, и пусть она так выглядит. Наставник – это другая сущность, другая энергия, которая приходит в определенные моменты вашей жизни. Если вам надо что-то изучить, он присутствует здесь и наполняет вас знанием. Неважно, что вы в этот момент делаете – книжку читаете, гуляете или еще что-то. Разных наставников так же много, как авторов книг, и каждый отвечает за свою систему знаний.

«Я видела три сущности, а свет исходил из одной».

Видимо, один из них – это хранитель, а два – наставники. Наставников может быть больше, чем один. Есть еще просто наблюдающие, или любопытствующие, с высшего уровня. Иногда можно видеть человека, у которого рядом три-четыре-пять сущностей. Иногда за ним наблюдает целая толпа, как в цирке. Это еще не факт, что они все будут ему помогать. Они могут стоять, смеяться над ним, потешаться, подставлять какие-то невыгодные ситуации в жизни, как мы смеемся над человеком, который споткнулся и упал, так и они смеются над нами, когда мы совершаем какие-то ошибки. Есть разные сущности, и часть из них нужно просто удалить из своей энергии, чтобы не мешались.

«Когда человек достигает просветления, у него появляется свой собственный мир, который надо защищать?»

Нет. Собственный мир у человека есть всегда, еще до того, как он, как вы говорите, достигает просветления. Просто, достигнув просветления, он может увидеть, как этот мир выглядит, он может увидеть всю картину своего бытия. И в тот момент, когда человек достигает этого просветления, он понимает, что защищаться не от чего и незачем, потому что в мире все сбалансировано – и хорошее, и плохое.

Просветление – это когда человек пришел к такому пониманию: все, что есть в мире, – это хорошо. Он понимает: плохо – это хорошо и хорошо – это тоже хорошо, и занимает некую центральную позицию, которая дает ему возможность не скатываться ни в хорошее, ни в плохое. Тогда человек становится свидетелем своей жизни, а не ее участником, и сама жизнь становится более наполненной, нейтральной.

ГЛАВА 6

МИР ПОДСОЗНАНИЯ

Где-то внутри вас чистая душа, у которой нет никакого опыта, она чиста по своей сути. Поэтому негативные реакции вашего организма – это попытка вашей души выдать наружу то, что ей не свойственно и не имеет к ней никакого отношения.

ЧТО ТАКОЕ ПОДСОЗНАНИЕ

Посмотрите вокруг. Посмотрите на пол, на потолок, на стены. Что вы видите? Вы видите жизнь. Жизнь, которая была построена для вас. Жизнь, которую построили до вас и будут строить после вас. Вся эта жизнь была построена для вас, чтобы вам было комфортно, например сидеть в этом помещении, в то время как на улице холодно. Все, что вы видите вокруг, – это и есть подсознание. Все, что вы видите на себе, в себе, вокруг себя, мысли, чувства, действия, дыхание, сердечный ритм, произношение слов без размышления о том, правильно мы говорим или нет, – этим всем управляет подсознание. Подсознание – это та фабрика, которая строит нашу жизнь. Это не высшее «Я». Высшее «Я» управляет подсознанием. Оно берет какие-то разрозненные вещи, собирает их вместе и выдает в качестве результата. Высшее «Я» – это директор производства, это директор вашей фабрики подсознания. Подсознание – это фабрика, которая строит нашу жизнь.

Подсознание – это структура, которая абсолютно не разбирается, что хорошо, а что плохо. Подсознание – это структура, для которой «хорошо» – это хорошо и «плохо» – это тоже хорошо. Поэтому, когда человеку плохо, он из этого выбраться не может, так как он дает подсознанию определенный приказ. Подсознание работает на приказах, оно не работает самостоятельно. Есть автономная система, которая называется «инстинкт». Инстинкт тоже находится в подсознании. Это автономная система, которая управляет действиями тела без вмешательства человека. Но посредством мысли он может влиять и на инстинкт тоже, и так все переломать там, что тело начнет разваливаться. Либо наоборот, если тело разваливается, с помощью мысли человек может вернуть здоровье.

Вот это мое понимание того, что такое подсознание. Что значит «мое понимание»? Это не значит, что я где-то об этом прочитал. Я сел как-то в медитацию и таким образом увидел, что же это такое. Я увидел огромную структуру, которая работает автономно, без моего участия. Но когда я озвучиваю какую-то мысль или просьбу, эта просьба попадает в мое подсознание и моментально запускается в работу.

Если вы проанализируете ход ваших мыслей, вы сможете разобрать их на две составляющие: хорошие и плохие. Если вы заикнулись на какой-то мысли, то с первого раза она в подсознание не попадет, а попадет с третьего, с четвертого, с десятого раза, когда подсознание поймет, что вы этого все-таки хотите. Поэтому, если вы влезли в какую-то проблему, не обращайтесь на нее внимания, тогда она тут же исчезнет так же, как появилась. Может быть, пройдет какое-то время, но, если вы не будете участвовать в ней, она не проникнет в ваше подсознание. Бог дает проблемы только для того, чтобы вы научились в них не лезть. Таким образом человек учится жить правильно и красиво.

Если бы вы знали, как управлять подсознанием, у вас открылись бы невероятные способности. Но почему-то они до сих пор не открылись. Почему? Потому что вам этого просто-напросто не надо. Вы должны понимать: если у вас откроются способности подобного

рода, вы просто не будете знать, куда их применить. Большинство из вас использует их для своих детей, мужей (жен), родственников, знакомых, друзей. Как только у вас появятся какие-то более-менее выраженные способности, вы сразу побежите их применять – везде, только не для себя.

Есть люди, которые научились *для себя* пользоваться тем, что уже и так заложено природой. Подсознание – это не совокупность проявлений конкретной сегодняшней жизни. Подсознание – это склад, в котором это все хранится. Подсознание – это какая-то структура, в которой есть определенные ячейки, и в них складывается хорошее, плохое, болезни, радости, деньги, дети, родители, – все, что вы видите вокруг, до малейшей молекулы, заложено в вашем подсознании, иначе бы вы этим воспользоваться не могли и никогда бы с этим не встретились. В вашем подсознании нет того, чего вы не должны получить в жизни. Это может там появиться через какое-то время, если вы попросите, чтобы ваше высшее «Я», связавшись с каким-то верхним источником, загрузило это в вашу жизнь. Но вы сможете об этом узнать только тогда, когда вам кто-то об этом скажет, либо вы прочитаете в книге, либо услышите в каком-то кинофильме, либо от меня. У подсознания есть определенный набор функций, которые нужны вам для жизни и для определенных действий. Все остальное надо набирать и открывать.

Медитация «Строитель жизни»

Закройте глаза. Представьте, что вы держите в своей голове определенный набор мыслей – работа, семья, дом, машина, дети, родители, тревоги, радости, печали. У каждого свой набор. Теперь представьте, как шар энергии выходит из вашего солнечного сплетения и останавливается напротив него рядом с вами. Представьте, как вы заходите в этот шар и взмываете в небо. С высоты птичьего полета посмотрите на все, что находится внизу, – город, люди, машины, дома. Находясь в этом состоянии и наблюдая со стороны, осознайте: все это было построено, создано для чего-то. Представьте, что вы и есть тот, кто это создал. Представьте, что вы построили для себя тот дом, в котором сейчас живете. А теперь спускайтесь обратно в свою комнату на уровень солнечного сплетения и заходите в свое тело. Зайдя, втяните энергетический шар в солнечное сплетение и растворите его в своем теле. Кто вернулся, может открыть глаза.

Комментарий

Так вот, сейчас вы можете понять одну простую истину: вы – это тот, кто построил вашу жизнь. Что вы построили – в том и живете. Какой приказ вы дали своему подсознанию – в том и живете. Теперь мы сделаем другую медитацию.

Закройте глаза. Мысленно оглянитесь вокруг. Посмотрите на всю вашу жизнь и решите для себя: та ли это жизнь, которую вы себе строили? Так ли она выглядит, как вы всегда представляли и хотели? У каждого из вас есть определенные мысли по поводу того, как должна выглядеть ваша жизнь на самом деле. Так вот, подсознание вам настраивает только то, на чем вы концентрируетесь. Теперь возвращайтесь обратно.

ВЗГЛЯД СО СТОРОНЫ

Озвучьте ответ на вопрос, который только что прозвучал: живете ли вы той жизнью, о которой мечтаете или мечтали? Главное, не обманывайте себя, если вы это сделаете, вы не сможете поменять то, что должны. Поэтому предельно откровенно смотрите на себя. Чем быстрее и чем честнее вы начнете разговаривать с самим собой по душам, тем быстрее вы придете к той жизни, о которой мечтаете.

Если ваш ответ «нет», то есть вы не живете своей жизнью, то возникает вопрос: а когда же это должно наступить? Когда должно прийти то, к чему вы идете? Почему вы идете каждый день, а оно все не приходит? Почему вы об этом постоянно думаете и просите Всевышнего «дай мне», а Он все не дает? У вас уже сложился определенный стереотип, который говорит, что все хорошее должно быть «где-то там». Хорошее всегда «где-то там», а плохое почему-то всегда «где-то здесь». То, чего вы не хотите, почему-то всегда с вами, а того, что вы хотите, почему-то всегда нет. Как же так получается?

С одной стороны, подсознание это фабрика жизни, которая производит все, что ты просишь, а с другой – вы так тяжело об этом думаете, а оно никак не производится. Так вот здесь есть парадокс: жизнь делится на две части, первая – это реальность, а вторая – это иллюзия. Реальность – это то, в чем вы живете сейчас, это то болото, в котором вы плюхаетесь, те действия, которые совершаете, те полумеры и полушаги, которые вы делаете, думая, что этого достаточно. Я вам расскажу один простой секрет: жить хорошо очень тяжело. Очень тяжело. Это намного тяжелей, чем жить плохо. Поэтому, если вы не хотите жить хорошо, можете прямо сейчас закрыть эту книгу. Если вы хотите жить хорошо, можете продолжить – будем учиться.

Когда вы ищете какие-то определенные проблемы вовне, то есть ищете виноватых, ищете, на кого свалить, ищете, к кому прицепиться, чтобы вас еще немного протащили по чужой жизни, вы должны понимать: иногда нужно заглянуть вовнутрь и посмотреть, а где же вы. Почему вы постоянно сидите в стороне и ждете, что вдруг придет некто, возьмет вас за руку, потащит в эту жизнь и скажет: «Держи, вот тебе твоя жизнь, которой тебе нужно жить и радоваться». А человек говорит: «Это не моя жизнь, это ты предложил. Ты предложил, ты и живи». Я отвечаю: «Так я живу, давайте все жить». Все говорят: «Нет, ты нам скажи, где наше, и мы подумаем, пойдем мы туда или нет».

Большинство людей, которые спрашивают меня, чем им заниматься, на сто процентов знают, чем им заниматься, и всегда оставляют это на последний момент. Потому что они привыкли сначала кушать чужое, все вместе, а потом потихоньку припрятать свое, оставить себе на черный день. Каждый из них оставил свою жизнь на черный день. Они думают: вот-вот этот период закончится, и начнется настоящая жизнь.

Закройте глаза и посмотрите, когда же у вас начнется настоящая жизнь. Чего вы ждете? Попробуйте себе ответить на вопрос «чего я жду?». Первый ответ, который придет в голову, будет правильным – даже самый идиотский, самый неподходящий и самый нелогичный.

«Не хочу ничего не делать».

Конечно, зачем жить хорошо? Вы должны понять еще одну вещь: благодаря этому разделу про подсознание ваша жизнь изменится, и из «ничего не хочу» вы захотите чего-нибудь. Тут самое главное – вовремя подставить это «что-нибудь» и пойти это делать.

Вы не даете произойти тому, чего ждете, потому что вы считаете, что та самая секунда наступит когда-то потом. В один определенный момент мне сказали такую вещь: когда идет речь о какой-то сделке, всегда бывают два хороших клиента – первый и последний. Потому

что первый нам всегда дает немножко дешевле, а вот который из них последний – тут проблема.

Поэтому та следующая секунда, которая приходит, приходит, чтобы обмануть. Она говорит: «Это я, возьми меня». Ее берешь, а она не та. И опять не та, и снова не то. Потом посмотрели назад, а поле как было посохшее, так и осталось. А мы все сидим и ждем, когда же придет трактор, засеет и запашет.

А если вдруг завтра все, чего вы ждете, случится? Что вы будете делать? Единственный страх, который бывает в жизни, это страх «а что будет?». Откиньте его в сторону и заполните это время действием. Единственный вопрос, который вам позволит избавиться от страха: «А что будет, если я буду жить хорошо?» Правильный ответ: «Этот период прошел, пройдет и следующий». В нашей жизни мы преодолеваем периоды – период хороший, период плохой, период взлетов, период падений. Если у вас есть страх упасть, вы никогда не сможете взлететь. Если у вас нет страха подняться, то вы никогда не боитесь падать. А кроме того, от страхов еще никто не умирал, потому что природа придумала их только два: страх падения и страх сильного шума. Все остальные страхи надуманные, их нет. Они нужны только для того, чтобы вас затормозить. И если появляется страх, знайте, что это именно тот путь, которым вы идете. Если страх появился, значит, вас проверяют. У меня так: там, где меня проверяют, туда я и иду, потому что как раз там все ответы и находятся.

Игла со смертью Кошечки Бессмертного была спрятана в лесу, и Иван-царевич должен был преодолеть девять своих страхов, чтобы дойти до нее. И когда он добрался туда, он увидел, что никаких проблем нет – нужно просто сломать иголку, и все. Тогда последний страх исчез. Так же и здесь: страх дается только для того, чтобы вы не смогли добраться до сердцевины, до иголки – ключа к вашему подсознанию, которое скажет: «Все, теперь он готов, теперь его можно пускать туда, куда еще вчера он ходить не имел права». Страх в какой-то момент исчезает, и жизнь налаживается.

Еще я хочу вас всех предупредить: работаете вы или нет, ждете или нет, жизнь все равно проходит. Жизнь – такая штука, которая не ждет никого и никогда, она просто идет. Поэтому, очнувшись в семидесятилетнем возрасте, можно сказать: «Жизнь-то уже прошла, что же я сидел и ждал, вместо того чтобы заняться чем-нибудь?» Вы должны понять, что этот период ожидания, который у вас есть, вы можете заполнить чем-нибудь, пока не откроется ваше. Заполнить нелюбимой работой, ненужными людьми, либо наоборот – заполнить любимой работой, нужными людьми, тем количеством денег, которое вы хотите, заполнить успехом, радостью, продвижением и т. д.

Как правило, проблемы приходят только тогда, когда человек ничем не занят. Любая пустота в нашей жизни притягивает проблемы. Когда человеку заняться нечем, негативная энергия тут как тут, приходит и говорит: «Я уже здесь, хочешь со мной позаниматься?» Человек говорит: «А что ты такое?» – «А я твоя проблема с горлом, сейчас у тебя будет ангина или грипп. И так как тебе все равно делать нечего, позанимаешься мной». И на две недели ангина или грипп. Если человек не осознал, что это негативная энергия пришла к нему, проблема начинает развиваться в организме (ударяет по сердцу, по суставам, по мышцам) и называется на окружении. Поэтому, если вам хочется сидеть и ничего не делать, поймите одну простую вещь: скоро у вас найдется занятие по душе.

«Первое глупое слово, которое мне пришло в голову, – это „радость“.

Хочется радости».

Почему глупое? У нас здесь это слово далеко не глупое, потому что радость – это единственная составляющая нашей жизни. Радость – это то, чего нам не хватает. Радость – это то, чего мы ждем и, не дождавшись, скатываемся в грусть, ведь для того, чтобы сидеть в грусти, ничего не надо. Надо просто сидеть, и все. А чтобы находиться в радости, надо куда-

то бежать, чем-то заниматься, дышать свежим воздухом, общаться с людьми. И все будут на такого человека смотреть как на дурака и говорить: «Что ты улыбаешься, съешь лимон! У тебя что, все хорошо?» – «Да, все хорошо». – «А что хорошего?» – «Все хорошо. Куда ни посмотрю, везде хорошо». Даже когда взрываются бомбы и кушать не на что, это еще не отменяет мою радость жизни. Я-то живу. Вот это и есть «глупое слово „радость“».

«Я жду большого-большого отпуска».

Когда человек не занят своей жизнью, ему хочется от нее сбежать – в отпуск, к друзьям, к соседям, к родственникам, чтобы кто-то его развлекал и им занимался. Когда человек занят своей жизнью, ему некогда отдыхать. Это во-первых. А во-вторых, само слово «отдых» исчезает, потому что не от чего отдыхать. Поэтому, когда хочется в отпуск, посмотрите, от чего вы хотите сбежать. Сбежать не получится, потому что вернетесь. А так как будете знать, что вернетесь, отпуск превратится в кошмар.

Если вы едете отдыхать, забудьте про то, что есть в вашей жизни. В данный конкретный момент у вас нет даже дома, потому что вы сидите *здесь*. У вас нет родственников, у вас нет знакомых, у вас нет друзей.

Всех тех, кто присутствует в вашей жизни, сейчас здесь нет. Каждый из вас, сидя в своей комнате, находится в одиночестве. Но есть определенная проблема – вы всегда таскаете их всех с собой, поэтому вам хочется отдохнуть. Вы устаете, потому что вы заняты контролем. Вы не можете эту жизнь отпустить куда-нибудь и отдохнуть от нее. Поэтому, когда вы приедете в отпуск, вы потащите с собой, в своих мозгах, работу. А так как вы ее потащите, отпуска не будет. Поэтому я вам предлагаю научиться жить по одной простой формуле: я живу в том месте, в котором я нахожусь.

«Жду благополучия и признания».

Вы знаете, что признания можно ждать всю жизнь и так и не дожидаться? Можно ждать признания всю жизнь и делать все для этого, но оно так и не наступит, потому что оно результат вашей работы, но не результат попытки сделать так, чтобы вас признали. Признание приходит с другой стороны.

Зачем я это спросил? Чтобы понять, где вы находитесь в той картине жизни, которая у вас нарисована. Сейчас мы сделаем медитацию, которая даст возможность осознать, что картину-то рисуете вы. А поэтому вы должны понимать: чем больше вы ждете, тем дальше на этой картине будет отсутствовать рисунок того, что вы хотите. Чем дальше вы откладываете свою жизнь, тем меньше у вас шансов достичь желаемого уровня или успехов. Когда я говорю «успех», я не говорю про работу. Я говорю про жизнь. Успех – это значит быть в радости по всем параметрам.

Медитация «Картина вашей жизни»

Закройте глаза и представьте себе, что та жизнь, которая вас окружает сегодня, – это та картина, которую вы нарисовали в своем подсознании. Все, что вас окружает, – это та картина, которую вы нарисовали. Теперь со стороны посмотрите, что вы картину-то нарисовали, но не участвуете в ней. Вас там нет. Центральное место пусто. Большинство из вас хочет, чтобы картина работала сама собой, чтобы было хорошо без вашего участия. Поэтому представьте центральное место в этой картине, которое предназначено для вас, и занимайте его, как будто то хорошее, что вы ждете в своей жизни, уже сейчас происходит. Вы – центральная фигура своей жизни, никакой другой фигуры в ней нет. Занимайте центральное место.

После того как вы заняли свое место, представьте, что луч энергии опускается откуда-то сверху и наливает вас силой, желанием, действиями, энергиями, разноцветьем красок.

Проходя через вас, этот луч оживляет всю картину вокруг и окрашивает в светлые краски. Посмотрите, как на ней проявляется просвет, как она начинает двигаться и жить, жить именно в том виде, в котором вы хотите, чтобы это происходило. Каждый из вас – пуп Земли, пуп собственной жизни. Никто не может вам рассказать, как надо жить, правильно вы живете или нет, хорошо или плохо. Когда вы находитесь на своем месте, у вас все в порядке.

Сейчас придите к следующему пониманию: если вы – центр своей картины и формирующая структура, то есть тот Творец, который творит свою жизнь, и сейчас вы подключены к этому источнику, то все, что вы хотите изменить, вы можете изменить прямо сейчас, не ожидая никаких дополнительных действий со стороны.

Все, что может изменить вашу жизнь, – это ваше желание, которое находится всегда здесь и сейчас. Нет ни прошлого, ни настоящего, ни будущего, есть центральное место, и одно из двух – либо вы там находитесь, либо вас там нет. Если вы там находитесь, у вас все происходит так, как вы хотите. Если вас там нет, то вами управляют, вашим местом управляет кто-то другой. Заняли свое место, закрепились в нем, получили энергию, раздали ее всем, кому положено в вашей картине, – тем самым вы будете всегда самым хорошим.

Рисуйте и дорисовывайте в вашей картине то, что не дорисовано, – все радости, все действия. Можете нарисовать там банк с тем количеством денег, которое вам необходимо. Если вы хотите, чтобы какие-то люди пришли в вашу жизнь, можете их расставить в своей картине. Если у кого-то нет работы, можете поставить где-то работу, увидеть, что вдруг она осветилась. Рисуйте свою картину – дом, машину, все, что вам нужно в материальном мире. Подсознание построит все, что вы сможете визуализировать, увидеть.

Теперь представьте, как в то место, в котором вы находитесь, спускается ваше высшее «Я». Задайте ему один вопрос: сможет ли оно воплотить в вашу жизнь все, что вы себе здесь нарисовали? Если нет, если не все, пусть высшее «Я» покажет, что нужно выбросить, чтобы вы не строили иллюзий понапрасну. Возьмите полминуты, чтобы выполнить это действие и освободиться от иллюзий. Теперь спросите у своего подсознания, готово ли оно предоставить вам все, что осталось, в кратчайшие сроки. Если получили утвердительный ответ, дайте ему задание предоставить вам это: «Я хочу, чтобы это у меня появилось в течение короткого срока». Неделя, месяц, год – соответственно тем желаниям, которые вы визуализировали в данной картине. Бояться ничего не надо, картину можно будет дополнить, улучшить, отточить без проблем. Теперь дайте своему высшему «Я» задание запустить этот механизм. Представьте, как все заработало, и с чувством удовлетворения от проделанного, вместе со всей этой картиной, со всей этой системой, вместе с лучом энергии опускайтесь в свое тело. Как бы перенесите ту реальную картину, которую вы увидели, сюда, в наш мир, и заходите обратно в свое тело, ничего не трогая и не отключая. Как только вернулись, можно открыть глаза.

«Проблемы с визуализацией, сложно рисовать картины».

Это не важно. Бог поймет, не переживайте.

После того как вы дадите четкое указание своему высшему «Я» запустить в подсознании определенные процессы, оно тут же включится в работу. Прийти к такому тесному взаимному сотрудничеству в принципе не легко, потому что наше подсознание не очень-то идет на контакт. Для того чтобы это получилось, нужно немного поработать над собой и ничего не бояться.

Единственное – не пытайтесь влиять на какие-то процессы, которые существуют в организмах миллиарды лет. Если вы увидите в своем подсознании что-то неизвестное, ни в коем случае не нужно его трогать. Вы должны понять: все те рисунки и абстрактные вещи, которые вы нарисовали в голове, это как раз та реальность, которая потом строит весь ваш

физический мир. Поэтому чем быстрее вы начнете строить то, что хотите получить, тем быстрее оно произойдет.

Но ожидание делится на два направления. Первое ожидание – это когда я не хочу ничего делать, сижу и тяну время под видом «я не знаю, что делать». И второе – это когда я сделал что-то и теперь жду результат. Поэтому те, кто ждет, определитесь, чего именно вы ждете. Либо вы осуществили действие и теперь ждете результат, либо вы ждете и оттягиваете его как можно дальше. Если вы делаете второе, через какое-то время начнутся проблемы – в отношениях, финансовых сферах и проч. Если вы делаете первое, то продвижение не за горами, оно придет.

ВАШЕ МЕСТО В СЕМЬЕ

«Действительно, очень сложно занимать место и чувствовать, что это твое место и ты находишься не рядом, а в центре. Всегда есть сомнение, что родственники пытаются занять твое место».

Тут есть определенный парадокс. Вы должны понять, что никто ваше место занимать не собирается. Они сделают все, чтобы вы там не были, но занимать его не будут. Знаете почему? Конечно, это не всегда и не везде так, поэтому не принимайте близко к сердцу то, что я сейчас скажу.

В большинстве случаев родственники не заинтересованы в нашем продвижении. Никогда никто, даже из самых близких (жен, мужей, родителей), не заинтересован в нашем продвижении. К сожалению, это так. Потому что, если человек вдруг начинает резко, семимильными шагами, продвигаться, у родственника появляется определенный страх: «А вдруг он исчезнет из моей жизни?» И вместо того чтобы начать продвигаться вместе с этим человеком, развивая себя, они начинают втыкать ему палки в колеса и тормозить. Далеко не на всех курсах вы услышите такие вещи, потому что это та реальность, которую все пытаются затушевать и замаскировать.

Мы пытаемся замаскировать негатив хорошими отношениями. Мы пытаемся замаскировать манипуляции красивыми словами. Я считаю, что мне это не надо. Если я живу своей жизнью, зачем мне делать плохо себе и тем, кто вокруг меня?

Поэтому оглядитесь по сторонам и посмотрите, что вас окружает. Можете ли вы *себя*, а не другого изменить по отношению к той картине, которую вы видели сейчас? Если вас что-то не устраивает, попытайтесь измениться, изменить свое отношения к этим вещам – изменить цвет этой картины, дать туда немного больше света, наполнить это место энергией. Но если вы видите, что не получается – не получается год, два, три, десять, – то нужно поступить как с больным зубом – выдернуть и выбросить.

Как-то пришла ко мне женщина и говорит: «Мы с мужем жили-жили, а сейчас вышли на пенсию и развелись». Я спросил почему. «А мы, сразу как поженились, решили развестись». Понимаете, что получилось? Получилась одна простая вещь. Они потратили впустую сорок лет своей жизни, перепортили друг другу полностью нервы и здоровье, причем попытки исправить ситуацию даже не было. Сначала они жили вместе из-за детей, потом из-за внуков, а потом вроде бы уже не о ком стало беспокоиться. То есть они перестали бежать *вовне*. Они увидели, что ничего не поменялось, и сказали: «Ну все, теперь разводимся». Вы знаете, с каким радостным выражением лица она ко мне пришла? Как будто с нее сняли бетонную плиту весом три тонны...

Я не за то, чтобы разводиться, но, если ничего не получается, хотя бы не портите себе здоровье. Я люблю, когда человек живет *в гармонии*. В гармонии с самим собой, в гармонии с близкими, со своими детьми, родителями, супругой (супругом). Гармония есть тогда, когда два человека не мешают друг другу жить. Это не то, когда человек натягивает свою любовь тебе на уши и спрашивает: «Ты меня любишь или нет?» – а ты каждые две минуты должен повторять, любишь ты или нет. И не дай бог ты пропустил мимо ушей – всё, ты полное ничтожество. Так вот, должна быть определенная система в отношениях: один занимается своим делом, и второй занимается своим делом, и у них есть определенная система взаимоотношений, когда два человека занимаются чем-то вместе и у каждого есть своя часть жизни. У каждого есть свободное внутреннее пространство, которое он волен заполнять тем, чем ему хочется. Я имею в виду любимую работу, любимое занятие, какие-то другие вещи, которые ему лично приносят удовольствие. Я знаю одну простую вещь: если мне хорошо,

хорошо всем вокруг. Всегда. Потому что у меня достаточно энергии, я могу сделать процедуру, я могу дать хороший совет, я могу увидеть картину и рассказать человеку, в какие условия он себя засунул. Но если я начинаю распыляться и уходить со своего центрального места, то энергия исчезает, потому что тот энергетический луч, который меня наполнял и через который я распределяю эту энергию, куда-то провалился. Поэтому если вы подходите к кому-то с желанием помочь разобраться в жизни, дать хороший совет и видите, что человек воспринял то, что вы говорите, и попытался себя изменить, а вы в свою очередь попытались изменить себя по отношению к нему, тогда у вас будет гармония, вы придете к этому. Если вы видите, что вы себя меняете, а человек, который напротив вас, все сливает в помойное ведро, то лет через пять придете к понимаю, что это попало в помойку.

ИНФОРМАЦИЯ В ПОДСОЗНАНИИ

Итак, вы пришли к выводу, что подсознание – это определенная структура, которая обеспечивает вашу жизнь. Здесь сразу возникает вопрос: почему у меня жизнь именно такая, а не другая? Почему поведение у меня такое, а не другое? Почему черты характера именно такие и не другие? В принципе, если посмотреть на эту структуру, на всю эту фабрику жизни под названием «подсознание», то можно понять, что все заложено там – все ваши манеры, черты характера, выходки идут оттуда. Ваше подсознание управляет вами. Если посмотреть на других людей, то можно увидеть, что у одного подход один, у другого – другой, у третьего – третий. И здесь возникает такой вопрос: почему, когда всем весело, мне плохо, или наоборот?... Это значит, что где-то внутри вашего подсознания что-то срабатывает неправильно, то есть плюс заменен минусом, или имеется слишком много наслоений, которые не дают вам радоваться тогда, когда все радуются. Я это связываю с тем набранным знанием, которое есть у каждого. Каждый из вас набрал какие-то определенные знания с течением жизни до сегодняшнего момента, и все они складываются в ячейки в подсознание. Если представить себе эту структуру как какой-то склад с ящиками, то вы увидите, что есть ящики светлые, есть ящики темные, есть ящики пыльные, есть ящики чистые, есть ящики затертые, которыми очень часто пользуются, есть ящики нетронутые, которые лежат про запас.

Сейчас я хочу поговорить о том знании, которое у каждого из вас есть и вы выбираете – пользоваться им или оставить на потом, вдруг пригодится в будущем. Я тоже занимался этим в свое время, пытался накопить много знаний, пытался быть эрудированным, как сегодня говорят, то есть иметь много бесполезной информации. Так вот информация, оказывающаяся, делится на два вида: полезную и бесполезную. В этой главе я дам вам возможность посмотреть, какой информацией вы обладаете, нужна она вам по жизни или нет, двигает она вас или тормозит. Информация, делясь на эти две категории, приводит нас к совершенно разным результатам.

Первая категория приводит к стремительному движению, когда полезная информация, раскрываясь, дает возможность двигаться по жизни, а вторая, бесполезная, вроде бы тоже что-то делает, вроде мы куда-то бежим, вроде чем-то заняты, но результата нет. У меня всегда один критерий: результат. Результат есть – значит, медитация прошла успешно, результата нет – значит, я нафантазировал. Да, там была красивая картинка, но важно, что будет происходить здесь, при переходе на физический уровень. Я могу улететь в облака, отключиться от этой жизни и считать, что у меня все в порядке, но, вернувшись обратно на Землю, оглянувшись по сторонам, увидеть полную разруху. Так вот, оказывается, что хорошая жизнь не «где-то там». Она здесь и сейчас.

Вот вам игра подсознания. Недавно, возвращаясь домой, посмотрел я на свой газончик около дома и подумал: «Да, водичкой я его поливаю, но что-то он все никак не растет. Надо, чтобы хоть какой-то дождик прошел». Но мой логический мозг понимает, что в Израиле дождь бывает только с декабря по март. Все остальное время погода всегда хорошая. Это значит, что с апреля по ноябрь ни одного облака на небе не бывает. Никогда в жизни здесь не было дождя летом. И я решил дать задание своему подсознанию полить немного газон дождевой водой. Промелькнула мысль, я посмотрел и пошел дальше. На следующий день в девять часов утра я проснулся от стука дождя по крыше. Буквально за полчаса все залило. Я давно перестал удивляться, но здесь очень удивился, если честно.

Не важно, было это доказательством или нет, потому что себе я уже давно все доказал, по второму кругу не езжу. Это очень показательно для вас: когда вы сделали правильное действие, результат моментальный. Да, можно сказать, что это случайность. Я в случайности

не верю, потому что всегда можно доказать, что это было не случайно. А вот то, что это было случайно, доказать невозможно.

Вот это и называется полезной информацией, которая используется в жизни. Поэтому давайте сделаем одну простую вещь: зайдем в медитацию и посмотрим, какой же информацией наполнена ваша жизнь, чем вы заполняете свою дорогу, а самое главное – что у вас остается позади. Не сожалеете ли вы о том, что осталось, не сожалеете ли, что жизнь уходит, а результата так и нет. Поэтому закрывайте глаза.

Медитация «Ячейки информации»

Представьте перед собой чемоданчик. Сделайте его любого цвета. На этом чемоданчике написано «ваше подсознание». Прежде чем вы откроете его, я вам расскажу (чтобы вы не растерялись), что примерно вы там увидите. Вы увидите ячейки. Часть из них будет открыта, часть из них будет закрыта, часть будет темная, часть будет светлая. Дальше по обстоятельствам будем видеть, что с этим делать. Открывайте чемодан и начинайте всматриваться, что же вы там видите. Пока ничего делать не надо, ничего менять не надо. Просто определите для себя, какая часть ячеек темная, какая часть ячеек светлая, какая часть ячеек заполнена, какая часть ячеек пустая. И самое главное, что нужно будет выявить, какая часть этих ячеек работает в вашей жизни – темная или светлая, пустая или заполненная, открытая или закрытая. Думать не надо, перебирать в голове не надо, логически пытаться выяснить не надо. Надо просто задать вопрос: «Какая часть работает?» – и вдруг вы увидите, что та часть проявит себя. Закрывайте чемодан, дайте ему исчезнуть и открывайте глаза.

Комментарий

Сейчас мы побеседуем. Я объясню, что такое закрытые ячейки. Закрытые ячейки – это та информация, которую вы набираете и складываете про запас, на потом, чтобы когда-нибудь воспользоваться. Пока мы ничего с ними делать не будем, а потом начнем вскрывать, потому что эту информацию вам дали для жизни, а не для того, чтобы вы ее откладывали.

Если на фоне преобладающего черного у вас есть пятна белых ячеек, это означает проблески в жизни, которые, как островки, надо просто расширять. Это значит, что есть шанс пробиться туда, куда вы мечтаете попасть. Если у вас в жизни работают в основном пустые ячейки, значит, вы перепахиваете пустоту.

«Серебристый чемодан».

Если вы видите в медитации серебристый цвет – это означает обман. Если у вас чемодан серебристого цвета, значит, это не ваш чемодан и нужно найти свой. Так бывает: жили-жили, и оказалось, что жили чужой жизнью. Поэтому духовное развитие сводится в основном к одному – к поиску самого себя. Где я в своей жизни? Участвую ли я в ней? Кто мне ее строит? Я ее строю или мне ее родители построили, поставили на рельсы, и я поехал как-нибудь, перекатываясь, переливая из пустого в порожнее. Если у вас есть дисбаланс, если у вас нет желания чем-то заниматься, куда-то двигаться и как-то свою жизнь наполнять, значит, вы живете не своей жизнью. Я бы половину чемоданов здесь сразу повыкидывал, вместе со всеми светлыми и темными иллюзиями. Но так как вы живете не мою жизнь, а каждый свою, поэтому мы ничего выкидывать не будем, мы будем тренироваться переста-

влять фишки своей жизни и анализировать последствия этих самых перестановок. В вашей жизни вам самим себя и спасать. Никто не разберется в содержимом вашего чемодана лучше, чем вы.

«Стеклянные шарiki».

Стекло в медитации – это вообще проблема. Стекло в медитации маскирует невыявленные проблемы. Стекло ассоциируется с прозрачностью. Но в прозрачном вы можете пройти, а сквозь стекло пройти невозможно. Вы будете как муха по стеклу ползать, упираться в него и не понимать, почему же вы видите свою жизнь, но до сих пор не там. Вот это стекло. Как только видите стекло в медитации, кувалду в руки – и ломать.

«С левой стороны светлые ячейки, с правой – темные».

Правая сторона, чтобы всем было ясно, это духовное развитие, левая сторона – это логическое мышление, физический мир. Если у вас правая сторона темная, значит, духовный мир вам еще до сих пор не открылся. Если левая сторона у вас преобладает, значит, вы больше находитесь в материальном мире, чем в духовном. Если посередине идут светлые ячейки, то материальное и духовное более-менее сбалансировано, но если правая и левая стороны пустые, то вы пребываете в некоем замешательстве, в попытке выбрать, куда же склониться – вправо или влево. Поэтому ячейки должны быть заполнены и справа, и слева, и посередине. Все должно быть светлое, вся энергия от начала до конца должна быть чистой.

Как только вы видите в медитации грязные тона, какие-то блестящие вещи, какие-то нечистые смешанные краски, вы должны понимать, что в этом месте есть проблема, даже если вам очень хочется, чтобы ее там не было. Тона должны быть яркие и четкие.

Итак, чемодан мы трогать не будем, мы сделаем немного другие манипуляции в своем подсознании для того, чтобы в чемодане исправились какие-то определенные вещи, потому что он – это то, что есть в вашей жизни, и я не думаю, что нужно сейчас трогать это все в том виде, в котором оно находится. Единственное, что нужно знать: есть определенная техника, которая даст возможность автоматически сменить определенные позиции и начать радоваться тому, что есть.

Медитация «Комната ваших знаний»

Закрывайте глаза и представьте себе дверь в комнату. Вы не знаете, что за этой дверью. За ней комната, в которой лежат все ваши знания – ваши, приобретенные, чужие, – все свалено в кучу посередине комнаты – в ящиках, в коробках. Заходите в эту комнату. Прежде всего потянитесь к выключателю и включите свет в той комнате, чтобы увидеть все то безобразие, которое там находится. Теперь вам нужно привести эту комнату в порядок, сделать ее красивой.

Во-первых, займитесь дизайном этой комнаты. Сделайте так, чтобы она вам понравилась, чтобы вам было комфортно и удобно в ней. Можете немного расширить ее – например, увеличить потолки, чтобы легче было дышать. После того как расширите и увеличите потолки, начинайте вскрывать все эти коробки и доставать те знания, которые вы до сегодняшнего момента приобрели. Открывайте коробки, доставайте оттуда разные вещи. Я не знаю, что там будет, у кого что. Знания могут быть завуалированы – в виде вазы, например, или еще чего-то. Вскрывайте, открывайте, рвите упаковку, вытаскивайте знания, расставляйте их на полочки, на столы – на все, что у вас там есть. Делайте красивую, удобную, комфортную комнату.

Расставляйте (но не распахивайте!) знания везде по полочкам для того, чтобы ваш мозг и ваше тело начали ими пользоваться. Аккуратненько ставим, чтобы все было на виду. Весь хлам, который остается от коробок, бросайте в мусорное ведро. Ведро может быть любых размеров, поэтому не надо мучиться. Это вам не физический мир. Можете сделать так, чтобы ведро сразу перерабатывало этот мусор в пыль, в стружку, в опилки, которые по определенной канализационной трубе стекают к центру Земли и там сгорают.

Работаем, никто не спит. Кто хочет спать, примите неудобную позу. Работаем быстро, на интуиции, не надо думать, что куда ставить, – мозг разберется потом. Не заикливаемся ни на чем, не рассматриваем там ничего и не разглядываем. Достаем – ставим, достаем – ставим. Хватит держать свою жизнь в полиэтилене. Ваша жизнь – вам и заниматься ею. Теперь возьмите все коробки, свалите в это ведро – пусть уйдут к центру Земли и там сгорят. Возьмите метелку, подметите пол, увидите, что там лежит очень красивый паркет – гладкий, полированный. Заметите остальной мусор в ведро, бросьте туда метелку вместе с совком. Теперь бросьте в этот канализационный люк само ведро – пусть оно исчезнет из вашей жизни навсегда.

А теперь начинается самое главное – напротив той двери, в которую вы зашли, на противоположной стене есть еще одна дверь. Подойдите к ней. На этой двери написано «Выход к источнику вашей жизни».

Это та бесконечная энергия, которая, заполнив и залив эту комнату светом, даст вам возможность пребывать в радости, в здоровье, в успехе всю оставшуюся жизнь. Открывайте эту дверь, впустите источник внутрь.

Вы не выходите туда, а впускаете его в свою жизнь. Пусть эта энергия, эта мощь вольется в вашу жизнь. Пусть заполнит всю эту комнату, пусть запустит все знания в работу. Пусть они начнут работать на благо вашей жизни, светиться ярким светом. Купайтесь в своих знаниях, наполняйте себя ими, пропитывайте себя, растворяйтесь в них и растворяйте их в себе. Исчезните полностью, превратитесь в знание, в источник, в энергию, в мощь, силу, желание и действие, в успех и достижение, в радость и любовь без условий. Посмотрите, как из той комнаты, где источник, выходите вы сами – тот настоящий, который уже пришел к пониманию, тот, который уже получил все знания. Он ждал этого момента – пока вы впустите его в свою жизнь. Теперь зайдите в него и растворитесь в нем, станьте им, станьте собой. Растворяйте себя полностью без остатка, без страха в самом себе, в том идеале. Теперь, оставляя все двери открытыми, входите обратно в свою физическую оболочку, в физическое тело. Наблюдайте, как энергия, которая вошла сейчас вместе с вами, начинает его освещать изнутри, выдавливая все негативные моменты из вашей жизни, меняя полностью негатив на позитив, нежелание на желание, бездействие на действие, неуспех на успех, печаль на радость, эмоции на молчание. Дайте этому всему сработать, пока не исчезнут ощущения. Как только ощущения исчезли, дайте этой светлой комнате войти в вашу голову вместе с источником и впитаться в нее, раствориться в ней. Ощутите движение, течение энергии. Как только сделали, открывайте глаза.

Предупреждаю: пару-тройку дней может поболеть голова. Ничего страшного, это результат этой медитации. Эта медитация очень сильная.

«Комната была совершенно пустая».

Отсутствие знания – это тоже хорошо. Это лучше всего. Лучше, когда нет знаний, чем когда они есть. Лучше, когда человек открыт к восприятию.

«Можно ли пользоваться этими предметами, которые мы доставали из коробок? У кого спрашивать, как ими пользоваться?»

Конечно можно. Вы можете спрашивать у того предмета, который там лежит. Но вы должны понять, что система использования этих знаний довольно-таки своеобразна. Так как

сейчас вы загрузили эти знания себе в голову, все, что вам будет нужно, – это выбрать то знание, которое необходимо на данный момент, и просто-напросто загрузить его себе. Здесь не нужно ничего спрашивать.

Можно попросить, чтобы было активировано то знание, которое необходимо на данный момент. Таким способом можно общаться с так называемыми Высшими Сущностями. Этим можно пользоваться, предоставляя им часть своего пространства для вливания того знания, которым они обладают. Но вы должны понимать, что это чревато определенными последствиями. Вы должны быть готовы к этому знанию, потому что, если оно вам не понравится, вы должны уметь вытряхнуть его из себя, выбросить. Можно стать Иисусом Христом и ходить раздавать себя всем, а в тридцать три года покинуть этот мир. Здесь нужно быть аккуратным. В этой книге мы этого изучать не будем, и я не хочу забивать ваши головы этими вещами.

«Как вытряхнуть ненужное знание? Через ту же канализационную трубу?»

Да, если вы видите, что это вам не нужно, возьмите и выбросите в канализацию. Ее можно снабдить определенным механизмом, который, например, измельчает все, что туда поступает, либо перетирает, либо пережигает, чтобы эта информация, эта энергия не смогла вернуться в первозданном виде и опять вызвать какие-то изменения в жизни. Вы должны понимать, что все энергии, с которыми мы работаем, живые. Что значит «живые»? Эти знания обладают определенным «интеллектом», поэтому, если вы их не используете, если считаете, что они вам не нужны, избавляйтесь от них, как от груза, который будет просто захлмлять мозги и толкать вас на ошибки. Вот и все. Такой эффект это произведет. Вы же не хотите ошибаться? Никто не хочет ошибаться.

Однажды было такое, что мой ребенок постоянно падал (где-то в трехлетнем возрасте). Пал просто на ровном месте. Мой отец посмотрел на него и сказал: «А что это он падает у вас? Ребенок не должен падать». После этого он что-то сделал, и ребенок перестал падать. Он убрал из него знание падения. Падение – это тоже знание. Вы должны понимать, что знание бывает разным. Бывает положительное, которое действует хорошо, бывает отрицательное. Нашему организму, извините, абсолютно наплевать, чем пользоваться. Что в него загрузили, тем он и пользуется. Поэтому у вас должно быть достаточно силы, чтобы избавиться себя от ненужных знаний.

Теперь закрывайте глаза и посмотрите на свой чемоданчик: как же он выглядит сейчас? Представьте его, откройте и посмотрите, что в нем изменилось после всех манипуляций. Чтобы посмотреть и увидеть, нужно буквально двадцать секунд.

«Не нашла свой чемодан».

Значит, он вам не нужен. Создайте себе свой чемодан, потому что у вас забрали чужой. Попользовались чужим – теперь создавайте свой.

«Стало больше открытых ячеек и меньше света».

Хорошо. Свет распределился, и на некоторое время стало меньше света. Знаете, когда берут и выливают воду из стакана в блюдце, ее становится больше, но меньше. Объем тот же самый, но кажется, что воды меньше. Здесь то же самое – вы открыли, свет распределился, и стало немножко темнее. Ничего страшного, через какое-то время наберется опять.

Медитация «Запуск мозга в работу»

Теперь закрывайте глаза. Представьте, что вы стоите посередине своих мозгов. С левой стороны – левая часть мозга, с правой стороны – правая часть мозга. Перед вами стоит пульт

управления, на котором есть кнопка «включить мозги». Нажмите эту кнопку. Ведь когда-нибудь нужно в своей жизни включить мозг. Нажмите кнопку и посмотрите, как он осветится сиянием. В этот момент вы должны физически ощутить в своих мозгах некое движение, как будто прошла электрическая волна.

Рядом есть кнопка, которая называется «мозг начинает работать». Нажмите эту кнопку, она запускает мозг в работу, его правую и левую стороны. Третья кнопка на пульте называется «синхронизация между левой и правой сторонами». Нажмите эту кнопку и смотрите, как левая и правая сторона начинают синхронизироваться. Теперь нажмите на пульте кнопку, которая называется «кнопка исчезновения пульта». Как только вы ее нажмете, пульт должен исчезнуть. Как только пульт исчез, возвращайтесь обратно в свое тело, ощущая, что левая и правая половины начали работать. Ощущения будут, но они через несколько секунд исчезнут, потому что физическому организму нужно какое-то время для того, чтобы слиться с той энергией, которая проходит через голову.

Теперь представьте себе свой чемодан и посмотрите, что изменилось после включения мозгов. Обновите свой чемодан, пусть он станет светлым, красивым – таким, каким вы хотите его видеть. Теперь возьмите свой чемодан и вложите его себе в сердце, в энергию сердца. Душа, находящаяся в нашем сердце, с этого момента начнет использование вашего подсознания для вашего продвижения. Все, закончили.

ДУША И РЕАКЦИИ ТЕЛА

Тема подсознания настолько обширна, что «копать и копать»... Единственное если вы поймете, что предела совершенству нет, то вы придете к тому, что с какого-то определенного момента идет просто наработка. Сейчас больше идет открытие каких-то новых вещей – интересно, мы где-то возимся, что-то открываем, запускаем. А дальше идет просто наработка, то есть углубление всех этих вещей, оттачивание мастерства. Поэтому подсознание должно работать идеально и всегда в вашу пользу.

Я вам скажу такую вещь: то, что мы сейчас изучаем, – это намного выше интуиции. Интуиция – это то, что работает спонтанно. Я хочу, чтобы вы научились работать более управляемо, поэтому развитие интуиции происходит на фоне этого, на второстепенном плане. Основная моя цель – чтобы вы видели, понимали и ваше подсознание (она же интуиция) работало в соответствии с вами и предоставляло вам наиболее кратчайшие и полные ответы для жизни, мало того, ответы-действия, чтобы то, что вы «крутите» в своей голове, происходило. Поэтому все, что мы будем сейчас делать, – это пытаться понять, что же мы «крутим» в своей голове. Почему? А потому что происходит именно то, что мы крутим в голове. Большинство людей хотят, чтобы в их жизни все было хорошо. Но мало кто дал определение, что же такое для него «хорошо». Поэтому здесь в первую очередь стоит вопрос: я и мои реакции. Что такое «Я»? Что такое мои реакции? Все, что мы будем сейчас делать, – это поделим себя на две части. Первая часть – это «Я», и вторая часть – это мое тело. Мое тело – это то, у чего есть определенные реакции.

Медитация «Душа и тело»

Закройте глаза и представьте, что вы и ваше тело – это две разные сущности, которые, с одной стороны, никакого отношения друг к другу не имеют, а с другой – неразрывно связаны одно с другим на какое-то определенное время. Представьте, что вы смотрите изнутри своего тела через глаза, слышите через уши, что ваша душа, как определенная энергетическая субстанция внутри вашего тела, осознает этот мир через тело. Ей нужно тело для того, чтобы осознавать. Так вот, откуда-то изнутри себя поймите такую вещь: ваше тело захватило власть и не дает душе возможности наслаждаться тем, что происходит.

То есть ваша душа где-то что-то недополучает и пытается завладеть обратно своим телом, из-за чего на энергетическом плане происходят такие вещи, как неудовлетворение, непонимание, страхи, тревоги или еще какие-то реакции, которые появляются в вашем теле. Представьте, что внутри вашего тела есть некий пульт управления. Вы берете того, кто там сидит, отодвигаете его в сторону и сами садитесь за этот пульт, причем четко понимая, что вы на сто процентов разбираетесь в происходящем. С этого момента вы будете сами управлять своей жизнью. Куда вы себя направите, туда она вас и заведет. Как только сели за рычаги, возьмите стальные цепи, тросы и пристегните себя к этому месту, чтобы у вас не было желания сбежать. Поймите, что это и есть ваше место – управляющего своей жизнью. Как только поняли, что управление в ваших руках, возвращайтесь обратно, ощутите свое тело в полном объеме (что оно теперь управляется вами) и открывайте глаза.

Комментарий

Обратите внимание: сколько мы с вами занимаемся, и я постоянно возвращаю вас в вашу жизнь. Я уже раз двадцать вас всех вернул туда на

разных уровнях, в разных измерениях. Поэтому вы должны заметить такую вещь: в вашей жизни постоянно оказывается кто угодно, кроме вас.

Вот здесь парадокс. Наверное, пока вы начнете ощущать, что вы и есть хозяева своей жизни, пройдет какое-то время.

Так вот, оказывается, у подсознания есть определенное правило игры: если вы не занимаетесь своей жизнью, подсознание отодвигает вас в сторону, чтобы вы не мешали. Поэтому если у вас есть хоть какая-то малейшая надежда на то, что кто-то к вам придет и расскажет, как надо жить, то подсознание сразу отодвинет вас в сторону.

ЧТО ТАКОЕ ОПЫТ

По большому счету мы в своей жизни руководствуемся несколькими принципами. Я вам открою одну простую вещь, которая, может быть, станет сюрпризом для вас – очередным осознанием каких-то процессов в жизни. Это знание желательно потом самостоятельно проработать, чтобы в будущем не делать неосознанных и необдуманных шагов. Так вот у меня есть такой вопрос: что же такое опыт? Что такое жизненный опыт, каков он и где он находится? Ответьте на этот вопрос для себя.

«Мой жизненный опыт оставил только негативные моменты. И когда в жизни повторяются какие-то ситуации, которые были раньше, в животе начинают порхать бабочки».

Знаете, что я заметил? Внутренне пространство нашего организма ограничено. Живот ограничен, грудь ограничена, сердце, легкие, шея, голова – это все ограничено. Поэтому пихать туда какие-то огромные количества негативной энергии не стоит. В определенный момент эта негативная энергия забивает все (и так небольшое) пространство, которое там есть, и потом ее очень тяжело оттуда убрать. Так и получается тот самый негативный опыт, который мы набираем и из которого потом черпаем в надежде найти возможность что-то исправить. Но, как опыт показал, черпая негатив, можно создать только негатив. Мы меняем шило на мыло и поэтому не можем избавиться от каких-то проблем. Мы можем их загнать глубже – утрамбовать то ограниченное пространство, которое есть, и попытаться запихать туда еще чего-нибудь. Но через некоторое время мы осознаем, что никуда ничего не делось, все равно оно вылезает наружу в какой-то определенный момент. Человек при этом может ходить, натужно улыбаться, а потом какая-то мелкая искра все это поджигает, и вся «дурь» вываливается на окружение.

«У меня слово ассоциируется с тем плохим, что было. Вообще запоминается обычно только плохое».

Запоминается только плохое потому, что человек устроен так: когда у него все в порядке, он считает, что так это и должно быть. Поэтому, когда у вас все в порядке, вы даже не замечаете эти моменты, вы их не осознаете. Они проходят настолько быстро и скоропечно, что человек в попытке достичь какой-нибудь очередной негативной реакции, эмоционального всплеска или еще чего-нибудь сделает все для того, чтобы это произошло. Но вы должны понимать следующее. Вы видели в предыдущей медитации, что где-то внутри вас есть чистая душа, у которой нет никакого опыта. Она чиста по своей сути, а опыт ее окружает в виде человеческого тела, и негативные реакции вашего организма – это попытка души выдавить наружу то, что ей не свойственно, то есть то, что к ней не имеет никакого отношения. Поэтому есть реакции. Но вся проблема в том, что здесь идет борьба интересов. Негативная энергия не может жить без тела. Ей всегда нужно чем-то обладать. Поэтому все войны, которые происходят, происходят на почве завоеваний. Всегда надо что-то отвоевывать, а потом этим пользоваться.

Вот здесь мне интересна одна вещь. Профессиональный опыт – это нечто само собой разумеющееся. Мы не спрашиваем, мы просто идем и применяем его в своей жизни, в своей работе и пытаемся совершенствовать. Почему же хороший опыт в своей жизни мы не принимаем как должное и не пытаемся его совершенствовать?

Но мы здесь говорим не о профессиональном опыте. Мы больше подходим к этому с точки зрения отношения к самому себе, потому что большинство из вас с самим собой, родным, общий язык найти не могут. И второе – это опыт с миром, который нас окружает. Профессиональная сфера – это малая часть, всего пять-десять процентов от того, что в нашей

жизни происходит. Большинство людей в профессиональной сфере более-менее состоялись и поняли, что научиться можно очень быстро и чему угодно. Второй вопрос – это применение, куда пойти с этим. До применения мы скоро дойдем.

Прошлый опыт применить в будущей жизни невозможно. Будущая жизнь – это то, чего еще не было, а прошлое – это то, чего уже никогда не будет. Нет двух одинаковых ситуаций, и, как бы вы ни пытались перенести прошлый опыт с учетом тех ошибок, которые были сделаны, в вашу нынешнюю или будущую жизнь, вы будете всегда получать другую ситуацию, в которой никогда не будет стопроцентного совпадения тех или иных событий. Поэтому всегда человеку приходится додумывать, а потом уже делать следующий шаг.

«У меня возник вопрос. Знание – это опыт или нет?»

Давайте разбираться, что такое знание. Вот что я называю знанием: это то, что я смог применить в своей жизни и получить результат. Я делю знание на две части. Первая – это информация, то есть то, что приводит нас к знанию. И вторая часть – это само знание, когда ты применил и получил результат. Так вот знание – это и есть тот опыт, который мы прошли, то есть мы знаем – получилось или не получилось. Иногда информацию принимают за знание. Когда человек говорит «я знаю, сколько звезд на небе», то невольно встает вопрос «откуда?». Чаще всего ответ такой: в книжке прочитал. Это не знание, это обладание информацией, которую даже невозможно подтвердить. Я это знанием не называю, я называю это информацией. Ничего плохого в этом нет, но по большому счету есть огромное количество информации, с которой нечего делать в жизни. Я не могу ее применить для того, чтобы достичь чего-то на своей дороге.

ПРОШЛЫЙ ОПЫТ И БУДУЩЕЕ

Мы говорили сейчас об опыте, о прошлом, даже будущее успели захватить. Вопрос о будущем: где оно и какое? Как вы его строите – по опыту или даете ему происходить спонтанно? Это то, что я хочу у вас выяснить. Часть из вас ощущают, четко видят или знают, как выглядит будущее. Это те люди, у которых в принципе нет проблем с прошлым. Вы должны понять: если вы четко знаете, видите, ощущаете, какое будущее вас ожидает, то у вас, как правило, не будет никаких проблем с прошлым. Будущее всегда переходит в прошлое. Настоящее – это точка перехода. Настоящего на самом деле не существует, это точка перехода из будущего в прошлое. Поэтому человек и не может жить в настоящем, его ум постоянно летает из будущего в прошлое, из прошлого в будущее. Наше сознание постоянно находится в движении.

Я вас не заставляю тормозить или останавливать самих себя, потому что мы не изучаем подход, в котором нужно отрешиться от мира и уйти в монахи. У нас другой подход. Мы живем в цивилизации, нам надо научиться жить с тем, что есть, но понимать одну простую вещь. Каждый из нас – это какая-то часть замысла Божьего, его частица. То есть каждый является Богом на своем месте, в своей жизни. Не Богом над Богом, а Богом над своей жизнью. Каждый из вас является тем, что в какой-то определенный момент приняло на себя обязательства своей жизни, то есть каждый из вас эту жизнь тащит на себе. Одно из двух: либо жизнь предоставляет вам все варианты, либо вы взваливаете свою жизнь на себя и считаете, что жизнь – это какая-то тяжелая ноша, которую нужно куда-то тащить. Представьте, что вы тащите на себе мешок в надежде, что где-нибудь вы его свалите, наконец-то он упадет с ваших плеч и вы легко вздохнете и скажете: «Ну вот, наконец-то донесли». Я вам скажу, что доносят все абсолютно, еще ни один не обошел этот момент. Единственное, кто-то не выдержит еще до того, как дойдет до этого момента.

Я хочу всего лишь, чтобы вы перестали тащить это бремя своей жизни и поняли, что она предоставила вам все условия. Поэтому все, что мы сейчас в данную минуту осознаем, это то, что никакого прошлого и никакого будущего нет. Нет и быть не может. Почему? Закройте глаза и представьте себе какую-то одну позитивную или негативную ситуацию, которая была в вашей жизни. Например, вспомните, как вы качались на качелях – смех, радость, никаких забот. А теперь сделайте одну простую вещь: удерживая эту картинку, откройте глаза и продолжайте представлять, что вы качаетесь на качелях. Глаза открыты, вы продолжаете качаться. Получилось ли у вас? Так вот я вам скажу, что то прошлое, которое было давным-давно, никуда не делось и не умерло. Вот оно здесь и сейчас, с вами. Прошлое сейчас находится в настоящем. Вы его оттуда смогли перетащить сюда, то есть оно никуда не делось. Оно стоит рядом с вами немножко сбоку, либо сзади вас в виде какой-то энергии, которая всегда готова предоставить себя в ваше распоряжение. То есть тот опыт, которым вы пользуетесь, находится рядом с вами всегда, в досягаемости вашей мысли. Одно мгновение вы подумали, и вот уже есть решение. Вот вам опыт, который находится рядом с вами, – опыт вашего прошлого. Поэтому прошлого быть не может, все находится здесь и сейчас. И ваше будущее тоже.

Закройте глаза, представьте себя так, как вы хотите видеть. И теперь, удерживая эту картинку, откройте глаза и осознайте, что она никуда не делась. Вы себя видите с открытыми глазами таким, каким вы хотите быть. Так вот вы должны понимать, что будущее здесь, прошлое здесь, и вы тоже здесь. Важно лишь то, что в каждое мгновение жизни вы закручиваете в мыслях, как вы себя видите. У большинства из вас лицо обращено в прошлое, а движение идет как бы спиной вперед. У вас ничего не получается, потому что вы только и перебираете свои прошлые ошибки, пытаясь в них разобраться.

Медитация «Между прошлым и будущим»

Сейчас представьте все те прошлые и будущие энергии. Прошное определим как более темную энергию, будущее – как более светлую. Темная – это отработанная, а не плохая, а светлая энергия – это та, которая готова к работе. Представьте, что вас окружают эти энергии: примерно половина светлая и половина – темная. А теперь развернитесь лицом к свету, спиной к темноте. Вы – разделительная полоса, та часть, которая преобразует будущее в прошлое. Находясь в этом месте, распределите, решите для себя, где ваше прошлое и зачем оно вам нужно. Отправьте его в прошлое. Будущее отправьте в будущее. Наблюдайте всю эту картину со стороны. А сами спуститесь посередине в настоящее, лицом к будущему. Закрепите свое направление именно в этом положении: впереди вас идет светлая чистая энергия, в процессе жизни она перерабатывается.

Сзади остается энергия прозрачная, но более темного порядка. Ничего страшного, это отработанная энергия. Там будут позитивные моменты, будут какие-то другие моменты. Вам это не важно. Вам важно то, что вас ждет здесь и сейчас, и то, что здесь и сейчас происходит. Нет прошлого и нет будущего, и вы должны понять: все, что вы делаете в данный момент, это и есть ваша жизнь. Абсолютно не важно, чем вы заняты – стоите, прислонившись к стене, либо двигаетесь по улице, либо едете в машине, сидите дома, – это и есть ваша жизнь. Если это и есть ваша жизнь, то раздражаться нет никакого повода, ни в каком случае. Поэтому найдите внутреннего себя, еще раз извинитесь перед ним, попросите у него прощения, простите его в свою очередь. Договоритесь о том, что с этого момента он будет вашим проводником только в лучшую сторону. Попросите его очистить от огрехов ваше прошлое, но не для того, чтобы они больше не возникали, а для того, чтобы они вам не мешали. Отправьте его чистить прошлое, пусть идет. А вы, находясь на том же месте, лицом к будущему, поднимите внутренний взор вверх. Вы увидите луч, опускающийся вам на голову. Если не видите, попросите, чтобы вам на голову опустили луч. Подключитесь к нему, как к трубе, закрепитесь и попросите, чтобы вам по этому лучу спустили знание. Пусть оно идет постоянно, чтобы вы свое знание черпали не из прошлого, а из настоящего – там, где оно действительно есть. Настоящее, то есть сейчас, слово «настоящее» значит неподдельное, ненадуманное, стоящее знание. Настоящее знание вливается как луч, как энергия. Потом оно начинает обрабатываться мозгом и поступает к вам в распоряжение. Смотрите, как эта светлая чистая пелена заполняет весь ваш организм знанием. Представьте, что вам никуда не надо от своей жизни убегать, что вот она сейчас, вот оно, знание, льется, вот вы наполняетесь. И для того чтобы его получить, вам ничего не надо. Единственное, что нужно, – это перестать искать себя. Вы себя нашли.

А теперь переключитесь на другое: где-то в вашей жизни есть какая-то сокровенная мечта, где-то в глубине. Вы о чем-то мечтаете. Может быть, с самого детства, а может быть, с какого-то определенного времени у вас появилась мечта, которую вы до сих пор не воплотили. Вытащите сейчас эту мечту наружу, посмотрите, что это такое, как она выглядит. Если нашли, откройте глаза.

Комментарий

А теперь ответьте, увидели ли вы свою мечту, и если да, то почему вы до сих пор ее не претворили в жизнь? Ответ: потому что вы верите в будущее. Вы верите, что в вашем будущем это обязательно произойдет. Это называется «откладывание». Это называется «отложить свою жизнь на потом». Если вы хотите отложить свою жизнь на потом, то в какой-то момент

у вас наберется огромное количество несбывшихся желаний. Несбывшиеся мечты – это блокировки вашей жизни. Что такое мечта? Мечта – это то, что просит душа, что должно быть отработано в вашей жизни. Та душа, та внутренняя часть, которую мы уже видели, она просит, она кричит. Это может быть какая-то безделушка, но эта безделушка – та часть энергии, которая отсутствует в вашей жизни. *Энергия*. И пока она не отработана, это препятствие в вашем продвижении, на вашем пути. Мечта – это как экзамен. Помечтали – и забыли, а подсознание не забыло. Оно говорит: ты помечтал, я тебе все приготовил. Ты не помнишь? Тогда я тебе положу на дороге кирпич, об который ты будешь постоянно спотыкаться, потом он вырастет и станет стеной, в которую ты упруешься. И наконец, ты поймешь, что надо пойти и купить ту дудку, на которой ты в детстве хотел поиграть.

«У меня есть мечты, но я всегда думала, что для того, чтобы они исполнились, нужно сначала много всего проработать, сделать и чего-то достигнуть».

Я тоже так думал. Я тоже думал, что для того, чтобы реализовать какую-то мечту, мне нужно первое, второе, третье – и так без конца. А потом я понял: чем ближе я к ней подходил, тем дальше ее отодвигал, потому что это как день рождения, которого ты очень долго ждешь, а он слишком быстро проходит. Поэтому большинство тех иллюзий, которые мы строим в своей жизни, рассчитаны на то, что они никогда не реализуются. Человек всегда будет идти к своей мечте, но так и не дойдет, потому что после реализации этой мечты придется начинать сначала. Не все к этому готовы. Поэтому для того, чтобы долго не ходить и окольными путями не бродить...

Медитация «Исполнение мечты»

... закройте глаза и представьте, что вы эту мечту реализовали сначала в медитации. Когда вы ее реализуете в медитации, у вас будет все готово для того, чтобы она реализовалась в материальном мире. Отработайте в медитации, и, если увидите, что до сих пор еще есть желание физического воплощения этой мечты, тогда пойдете выполнять. Отработать – это значит совершить то действие, которое вы должны произвести с этой энергией, как бы нелепо это ни казалось. Если вдруг увидите, что она исчезла, как отработанная энергия, тогда уже ничего делать не надо. Отработали, похлопали в ладоши, чтобы физически стряхнуть энергию с рук. Можно открывать глаза.

МОЖНО ЛИ РАЗОБРАТЬСЯ В ПРОБЛЕМАХ

Давайте сейчас закроем глаза и проверим, что же такое копошение и желание копошиться. Постарайтесь определить, что это такое для вас. Я подсказывать сейчас не буду, начинайте искать ответы в своей голове. Можно не сидеть долго с умным видом, потому что для получения ответа иногда нужно пять секунд. Если ответ пришел, открывайте глаза.

Теперь давайте посмотрим такую вещь: что же такое для вас попытка разобраться? Здесь же проверьте, приносит ли попытка разобраться какие-то ощутимые результаты в вашу жизнь, и если приносит, то какие. Еще отследите, в чем вы пытаетесь разобраться – в проблемах или в продвижении. Сформулируйте свой ответ.

Так вот, для меня жизнь – это не попытки разобраться, жизнь – это движение, продвижение. Любая попытка разобраться в проблемах останавливает жизнь. Это мое личное мнение, я так это вижу. Попытка разобраться в хороших вещах – это планирование, это расстановка по местам. Попытка разобраться в плохих вещах – это уход от реальности.

«Попытка разобраться – это как расфасовка. То, что не нужно, выкидываю, а что нужно – оставляю, так как это опыт, которым можно будет пользоваться».

Вы знаете, что еще никто никогда в своей жизни не смог воспользоваться никаким опытом – ни своим, ни чужим? Я сейчас сидел и усиленно вспоминал, что же было на последнем занятии. И вы знаете, я не смог вспомнить даже то, что я делал пять минут назад. Для меня последнее занятие – это как десять лет назад. Понимаете? Для меня это было так давно, что я уже вообще забыл, о чем говорил, как это было. Для меня эта информация практически перестала существовать, потому что она отработала, прошла сквозь меня, а дальше ей в моей жизни делать нечего. Попытка «натянуть» вчерашнее обратно не привела к успеху, потому что сверху четко сказали: «Перестань ездить вперед-назад. Движение осуществляется только вперед». Поэтому с опытом нужно поступать так: вечером заходим в медитацию и стираем, чтобы каждый день – как новый, каждый день – как сюрприз, каждый день – желание жить и подниматься на следующую ступень, а не продолжать то же самое.

Случившееся – это факт, что в нем разбираться? Уже все прошло: хорошее, плохое, было или не было – какая разница, проехали, и все. Представьте, что вы идете по улице и видите впереди лужу. Сначала у вас появляется страх – а вдруг я ее не обойду? А потом вы перешагиваете через нее и даже назад не оборачиваетесь. Заметьте, как вы идете по дороге. Увидели лужу или грязь, перескочили через нее и пошли дальше. Но вы можете заметить такой момент – когда вы видите эту грязь, вы на секунду задумываетесь: «А что я буду делать?» У вас сразу появляется мысль, как решить эту проблему – перескочить, обойти или прямо по грязи прошлепать. Но когда вы перескочили через лужу, вы же идете дальше, вы не останавливаетесь, чтобы разобраться в ней – что там за лужа такая, интересно? Может, мне ее убрать с дороги? Вы же не начинаете возиться с этой лужей и копошиться в ней. Нет, в жизни вы так не делаете. Но почему же допускаете такие действия в своих мыслях? Это ведь то же самое.

Как только вам хочется в чем-то разобраться, представьте, что вы берете свои руки, погружаете в свою жижу и начинаете пытаться вытащить из этой жижи какие-то моменты, чтобы сказать: «Вот! Нашел! Только испачкался весь вдоль и поперек, но все равно я нашел то, что я хотел, и теперь измажу этим всех». Примерно так это звучит.

«Разборка – это лишний повод побольнее уколоть себя или кого-нибудь другого».

Лучше кого-то другого, зачем себя колоть? Себя всегда есть возможность оправдать – для чего мне это было надо. Это мне было надо, чтобы разобраться в другом человеке, чтобы он поменял свое отношение ко мне раз и навсегда. То есть это постоянная попытка расставить на места чужое.

Вы должны понять одну простую вещь: так называемая ясность присутствует, или есть без всякой связи с нами. Ясность есть всегда во всем. Просто у человека есть желание сначала затуманить, потому что как же так может быть – когда все ясно? Что же он тогда будет делать? Это же придется жить, придется двигаться, придется наполнять свою жизнь чем-нибудь. Поэтому мы на ясность напустим туман, после этого нам будет с чем повозиться, а после этого мы скажем: «Здорово, опять все ясно».

Отныне вы должны четко знать, где вы производите работу, которая вам потом вернется с пользой, а где вы делаете какие-то пустопорожние шаги, которые вас занимают, а к результату не приводят и привести не могут. Вы можете взять один простой день, ретроактивно проанализировать его и посмотреть, сколько времени вы потратили на жизнь, сколько на копошение, сколько на разборки, а сколько ушло в пустоту. И вы увидите, что 75 % вашего дня уходят в помойку, а на остальные эффективные 25 % остаются все ваши дела. Поэтому начинайте анализировать, где у вас пустопорожние мысли по голове бегают, а где созидательные, которые вас приведут туда, куда надо. Но есть еще один момент: когда приведут? Вот это мало кто берет в расчет. Для меня очень важен временной отрезок или дата, когда это должно прийти.

Когда меня человек спрашивает «когда должно пройти», я в 80 % случаев точно знаю, когда пройдет, – через десять минут, через двадцать, через три часа, через две недели, через год... Я точно знаю. Я всегда смотрю, когда это произойдет. Появляется энергия и говорит: «Произойдет через три дня». Очень хорошо, есть, чем три дня позаниматься. А у вас наоборот – вы смотрите по результату. А если посмотреть назад – в большинстве случаев темное пятно и маленькие просветы. Ясность – она всегда впереди. Если я живу своей жизнью, впереди всегда есть ясность.

«Для меня разборка – это понять суть, чтобы не повторять каких-то ошибок».

А почему же тогда повторяете? Значит, находитесь в иллюзии, значит, на самом деле не разбираетесь.

Значит, на самом деле плаваете по поверхности, не заглядывая внутрь.

Единственное, что вы должны понимать: на этот анализ ваш организм тратит огромное количество энергии. Я говорю про ретроактивное анализирование каких-то ситуаций, а не о планировании наперед. Вы посидели пятнадцать минут вот в этом, а потом у вас вдруг нет сил даже ходить. Вы думаете, откуда усталость берется, когда человек утром встал и уже ничего не может делать? Просто он разбирался всю ночь подсознательно в каких-то определенных ситуациях. При этом решения не нашел, действия не произвел, выводы не сделал, но уже устал. Из всего, что должно было произойти, единственное, что произошло, – это появилась усталость. А потом на нормальное планирование, на нормальное действие уже энергии нет. Побежал вроде бы чем-то заняться, а энергии-то нет.

«При слове „разборка“ я увидел картину разбора здания».

Из того, что вы увидели, можно сделать определенный вывод: разборка – это разрушение. Разрушение самого себя, своего здания. Человек – это здание. Человек – это определенная конструкция, которая призвана произвести какие-то определенные действия, шаги в жизни. Так вот разборка – это перво-наперво разрушение себя, расшатывание конструкции.

ЧТО ТАКОЕ ДУХОВНОЕ РАЗВИТИЕ

Распределив свою жизнь, можно четко ответить на один вопрос: что же такое духовное развитие? Проверьте, что это такое для вас, чем же мы тут заняты.

«Вспомнить все, занять свое место и полностью реализоваться».

Вот представьте себе, что вы вспомните, как вас двадцать жизней назад распяли на кресте или отрубили голову. Есть фильм, который вы, может быть, смотрели. Там один человек попал в тюрьму, а у него была какая-то волшебная дубинка. И вот он стоит, а сзади груды бревен. Вдруг появилась нечистая сила и предлагает: «Отдай нам свою дубинку, а мы сделаем все, что ты хочешь». И он сказал: «Хочу все забыть и оказаться на воле». Они ответили: «Нет проблем» – и скатили ему на голову одно бревно, пока он не видел. Вот так он абсолютно все забыл: кто он, что он... Потом он снова пришел к этим темным силам, и они ему ответили: «Так надо было определить, что забыть, где забыть, выборочно. Что сказал – то и получил».

Так что можно вспомнить все – а что делать с этим будете? Получите огромный поток информации, который есть возможность просто не унести.

«Духовное развитие – это освобождение».

Знаете, есть такая история, когда ученик пришел к Учителю и сказал: «Учитель, хочу быть свободным». – «Свободен! – сказал Учитель. – Следующий!»

«Мне хочется быть поближе к своей душе».

Знаете, почему я так реагирую на ваши интересные мысли? Потому что мне хочется, чтобы каждый из вас перестал мыслить неясными понятиями, чтобы вы потихоньку пришли к пониманию того, что в мире-то все очень просто. Что значит «единение с душой»? Душа и так у меня внутри, зачем мне с ней соединяться. Можно посмотреть на нее немного сверху, сказать ей «привет!» и посмотреть на ее реакцию. Если улыбнулась – все в порядке, единение есть. Если отвернулась, значит, вы уже что-то не то понаделали. Но если вы крикнули «привет!», а вам никто не ответил – вот это проблема. Здесь нужно срочно что-то делать, потому что через какое-то время этот управляющий, который сидит у нас в груди, наделает дел.

Знаете, что такое плохое настроение? Плохое настроение – это реакция на чужеродную энергию, которую наш организм определяет как негативную. Чужеродная энергия – это не обязательно значит «плохая». Просто она чужая для нашего организма, как маленькая заноза в пальце. Это чужеродное тело в ткани организма, но оно же не плохое. Когда-то этот кусочек был частью дерева. Нас же никто не просил, извините, водить рукой по доске, чтобы нахватать заноз. Никто из вас не захочет схватить кактус голыми руками. Знаете почему? Потому что много чужеродных тел в руках останется. Так вот энергия – это примерно то же самое. Мы суем свой нос туда, куда нас не звали. После этого внутри нас остаются какие-то определенные чужеродные энергии, которые организм пытается вытолкнуть. И негативное настроение – это всего лишь знак для нас, что внутри уже что-то появилось – какое-то дерьмо плавает, от которого душа пытается избавиться, из-за которого не может занять свое место. Не надо тяжело работать. Вытряхнули его из себя – и душа встала на место. Все. Разбираться не надо, осознавать не надо, анализировать не надо, ничего не надо. Все уже на месте. Как одна моя знакомая сказала: «Жизнь все равно проходит».

«Мне хочется жить без проблем и заморочек, просто жить».

Вы хотите этого, но вы этого не строите. Можно еще сто лет ждать. Ждать, что когда-нибудь вы будете жить хорошо. Кстати, у вас нет никаких проблем. Их и не было никогда. Просто вас не устраивает то, что есть, и это вы позиционируете как личную проблему. Изви-

ните, но, если вы хааете то, что у вас есть, а не радуетесь этому, вы никогда к хорошему не придете – ни к хорошему, ни к радостному, ни к тому, чего желаете, ни к тому, чего ждете. Одна из тем этого раздела – страх потерять. Он присутствует абсолютно у всех, даже у меня. Я перестал на него реагировать, потому что понял: свое потерять я не могу никогда, то свое, которое внутри меня. Я могу потерять квартиру, могу потерять машину, могу потерять друзей, родст венников, знакомых, но это все чужое, это не мое. Мое находится внутри меня, потерять его невозможно. Когда я понял, что свое потерять не могу, я с удовольствием начал раздавать знание. А до этого боялся – а вдруг я кого-то научу, и он тоже начнет лечить людей и вести курсы. А потом я подумал: «Ну и на здоро вье. Что плохого в этом? Я для этого тут и сижу. Я для этого всем этим занимаюсь – чтобы кто-то вышел и сказал „Я знаю, чем я иду заниматься“, – пошел и открыл». Это называется «ученик преуспел». Я научил, он пошел, сделал – результат налицо. Был еще страх, что он больше ко мне не придет. Ну и что, этот страх тоже прошел. Кто-нибудь когда-нибудь куда-нибудь не придет. Кто-то когда-то кого-то оставит.

Я вам дам одну формулу, с помощью которой вы поймете, что такое движение и как двигаться по своей жизни, почему не надо ничего бояться.

«Духовное развитие – это работа над собой».

Вот это, конечно, интересно. Я очень долго, можно сказать, работал над собой для того, чтобы понять, что такое работа над собой. Иногда, для того чтобы жить в доме, его надо построить, купить землю, забить сваи, выкопать яму для фундамента, а после этого потихоньку построить этот дом и в нем жить.

То же самое работа над собой, когда человек строит дом и после этого впускает себя в этот дом. Проблема в том, что большинство людей продолжают строить дом после того, как он уже построен. Продолжают работать над собой, когда уже надо просто жить и наслаждаться плодами своего строительства. Есть определенный момент, когда происходит переход, и не все это замечают, так же продолжая работать над собой. Когда работать уже не над чем, знаете, что происходит? Человек ищет проблемы, а после этого идет их решать.

Так вот, жизнь наша состоит из двух частей. Первая – это вопрос, вторая – это ответ. Как ни крути, всегда в голове есть вопрос. И радость в том, что перед тем, как прозвучал вопрос, всегда есть ответ. В большинстве вопросов уже кроется ответ. В вопросе «что делать?» есть ответ – «делать». «Что» – это второй вариант. **Что** делать, мы уже найдем. Первое – это делать или нет. Жизнь наша сложена из такой цепочки: вопрос – ответ, вопрос – ответ и т. д. Для чего это нужно? Для того чтобы двигаться по жизни. Человек задает вопрос и получает ответ, тем самым идет продвижение на несколько шагов вперед. После этого появляется новый вопрос, и появляется новый ответ.

Вы должны понимать, что те вопросы, которые вчера вы еще не могли себе задать, сегодня присутствуют у вас в жизни. Проанализируйте один маленький момент: вчерашний ваш день не создавал сегодняшних вопросов. Большинство из вас еще полгода назад вообще не знали, какие вопросы задавать-то. Мало того, задавая вопрос, нужно еще знать, как получить на него ответ. Мало того, после того как ответили, надо пойти это сделать. Потому что сам ответ – это та же энергия, которая сидит в нашем организме. Если вы получили ответ на вопрос, это еще не значит, что вы пошли и сделали это. И получается так, что ваша душа, получив ответ, но не произведя действие (тело не произвело действие), понимает, что у вашего организма внутри есть чужеродная энергия, которая не отработана. Душа ее классифицирует как негативную, и даже те хорошие мысли, которые есть у вас в голове, портят вам настроение. Парадокс: хорошие мысли портят настроение. То, что должно было произойти в моих хороших мыслях, не произошло, энергия не отработана, и она из позитивной превратилась в негативную.

РАБОТА С ПОДСОЗНАНИЕМ

Считается, что наше воплощение можно поделить в соотношении 1:9. Если все наши составляющие, включая полностью духовное и физическое, принять за 10 частей, то из них одна десятая – это наше сознание – то, чем мы мыслим.

Вокруг нас огромное количество энергии, и все наше тело пропускает эту энергию сквозь себя. То количество энергии, которое мы успеваем обработать сознанием, понять и распознать, ничтожно. Что это значит? Было посчитано, что за одну секунду наш организм пропускает через себя примерно один миллиард бит информации. Потом решили выяснить, сколько наше сознание успевает обработать за ту же самую секунду. Оказалось, что наше сознание успевает обработать только 16 бит. Если учесть это, то становится понятно, что даже один процент своего бытия мы не задействуем. Мы не задействуем даже один процент того знания, которое у нас есть на всех уровнях. Эта система меня не устраивает по той причине, что я могу понять и осознать очень мало информации. Мне нужно больше, потому что я хочу учиться быстро. Я хочу, чтобы весь организм получал всю энергию. Если каждый человек – это один процент, значит, где-то есть еще девяносто девять. И если сегодня вы обладаете какой-то определенной силой, то представьте, какой силой вы обладаете в стопроцентном воплощении? Возьмите то, что вы имеете сегодня, умножьте на девяносто девять – это и будете вы в настоящем варианте.

Для того чтобы понять, как это работает, я вам вкратце объясню, как я вижу всю эту систему, включающую в себя сознание и подсознание. А потом для того, чтобы понять, как это работает, мы сделаем медитацию и увидим все так называемые объемы подсознательного пространства. И наконец, мы научимся давать задания нашему подсознательному уму.

После этой главы вы поймете, почему в человеке негативная часть натуры преобладает и почему мы не можем справиться в полном объеме с тем, что там происходит. Эта глава расставит по местам всю вашу жизнь и даст задел на много-много лет вперед. Вы научитесь менять себя, не запуская объяснительный процесс или так называемое понимание. Что это значит? Каждый человек, пытаясь понять проблему, пытается ее осознать. Для того чтобы ее осознать, многого не надо – надо просто засунуть себя в проблему и там остаться. Все уже там, или большинство. Большинство теперь пытается себя оттуда вытащить. Подобный мазохизм – это нормальное состояние человека. Но мы попытаемся эту структуру поменять.

Представьте себе поверхность Земли, на которой стоит одноэтажный домик, у которого есть окна, дверь и где-то внизу подвал (*рис. 13*). Здание на поверхности Земли, которое построено нами, это одна десятая, это его видимая часть. Это то, что мы умеем использовать в нашей жизни, – наш организм, наше понимание, наше сознание. Это все, что мы чувствуем, понимаем, видим, осознаем. Это все, что мы можем интерпретировать или понять логически, то есть уложить в те рамки, в те знания, которые у нас сегодня присутствуют. Это – видимая часть.

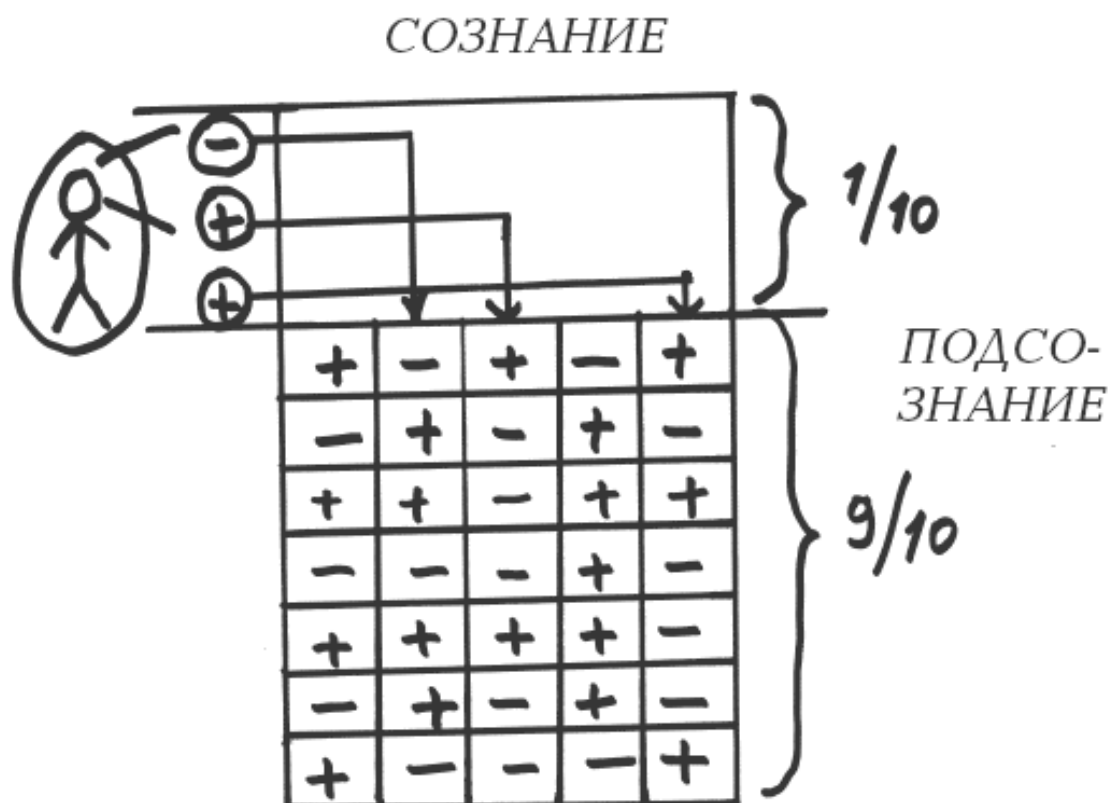


Рис. 13

Понятно, что вся видимая часть, которая наблюдает внешний мир вокруг себя, считает, что он устроен именно так, как выглядит. На меня кричат, и мне кажется, что так устроен мир. Но что же они кричат и почему? Можно найти причину, устранить ее и сделать так, чтобы мне это не мешало. Они могут продолжать кричать, но мне это больше мешать не будет никогда.

Получается, в зависимости от того, **что** я вижу каждый день вокруг себя, такие мысли у меня и возникают, но, к большому сожалению, оттого что я вижу или понимаю, я еще ничего не иду делать. Мышцы от этого не работают, они не запускаются нашим сознанием. Сознание запустить мышцы не может, потому что оно понятия не имеет, как они работают. Мышцы запускает подсознание. В подсознании заложена абсолютно вся информация о том, как мы должны выглядеть, как наш организм должен работать, что мы должны видеть вокруг себя, как этот мир устроен. Все заложено в подсознании, там есть абсолютно все ответы на все вопросы.

Если моя «наземная» часть пытается осознать что-то и у нее не получается, значит, в этой наземной части этого знания просто нет. Поэтому мы бежим читать книги. Еще раз скажу: я не против книг. Я против неправильной интерпретации того, что там написано. Получая какую-то информацию и запуская какую-то определенную мысль в своем сознании, человек, концентрируясь на этой мысли, пытается воплотить ее в жизнь. Она не воплощается до тех пор, пока не просочится внутрь, в наше подсознание. Как только она просочилась внутрь, она становится командой к действию. Это не просьба, это команда. Вы даете команду своему подсознанию. Подсознание работает на командах, как компьютер. Ввели команду – он тут же пошел работать. Он не обсуждает, не рассуждает, он не понимает, он просто берет и идет делать.

Так вот, здесь есть определенный парадокс, одна проблема, которую недопонимают. Проблема выглядит так: все, что попало в подсознание, это команда к действию, и оно тут же приступает к ее выполнению. Моментально, без раздумий начинает выполнять. То, на чем человек концентрируется, та мысль, которая туда попала, начинает проявляться во внешнем мире, то есть вы начинаете получать то, о чем думаете. Поэтому с сегодняшнего момента мы перестаем думать. Начинаем думать избирательно. Решите для себя, что вы будете думать только о том, что вам нужно, обставляя свою жизнь так, как вы хотите, потому что вам это получать.

Формула, которую я вывел в свое время, звучит так: не просите, а то получите. Поэтому если вы решили что-то попросить и вы точно знаете, что вы это получите, то просите уж то, что вам нужно. Это во-первых. Во-вторых, решите, для чего вам это нужно. Потому что человек, когда просит о решении проблем, обычно понятия не имеет, для чего это нужно, но концентрируется на этом.

Я вам могу точно сказать: то, что попадает в подсознание, неважно, с каким знаком, не обсуждается. Что попадает с плюсом – тут же начинает работать, что попадает с минусом – тут же начинает работать. Этот товарищ, который лежит там в потемках, в глубине и не видит света Божьего, он не понимает, что такое хорошо и что такое плохо. Он говорит: тебе надо минус? – пожалуйста! Тебе надо плюс? – пожалуйста!

В подсознании приставка «не» не работает. «Может быть» и «если» там тоже не проходят. Там нет промежуточных вариантов, есть либо «да», либо «нет», и то только в одном варианте – всегда «да». На все, что вы ему даете, оно говорит «хорошо» и идет делать. Это тот джинн, который все исполняет. Поэтому большинство людей не могут выбраться из проблемы: они заталкивают ее в подсознание, оно выдает эту проблему в жизни, человек ее видит и еще раз заталкивает.

Если посмотреть на пространство нашего подсознания, то вы увидите, что оно поделено на ячейки: плюс, минус, минус, плюс, минус, плюс. Если мы посмотрим внутрь, то увидим ячейки – белые, светлые, темные. Чем они заполнены – непонятно, но я знаю, что светлые – это хорошо, темные – это не очень. Пустые ячейки – это отсутствие информации. Три варианта: «да», «нет» и «отсутствие информации». Вот так выглядит наша жизнь.

Что мы будем делать? На простой технике мы научимся избавляться от негативных вещей, которые там присутствуют из нашего прошлого, включая прошлые воплощения, когда мы были на этой Земле и получили какой-то определенный опыт, который сегодня, с детства, нам начинает создавать проблемы.

Есть такой интересный вопрос: зачем мы пришли сюда, на эту Землю? Кабала отвечает на этот вопрос очень просто: мы сюда пришли для того, чтобы исправить какие-то ошибки прошлого. Что значит «исправить»? Душа, когда формирует новую жизнь, перед тем как спуститься на Землю, делает простую вещь. Ей очень удобно ничего не трогать. Она говорит: я возьму то, что было, и встану снова на этот путь, а там – исправлюсь или нет. Она просто берет и продолжает ту старую ситуацию, которая была в прошлом. Почему? Потому что на духовном уровне исправить ничего невозможно. Душа не может без тела справиться с этой ситуацией, только у тела есть право выбора. Только у физического воплощения есть право выбора, только я могу решить, что для меня хорошо, что плохо, и исправить это.

Я могу в один момент просто встать и сказать: так, я – в Тибет, а вы оставайтесь здесь. Оставайтесь и делайте что хотите. Болейте, собирайте проблемы, решайте их, берите все деньги, все машины, квартиры, паспорта, все регалии обычного мира, а я пойду в пещеру. Сел в пещере, посидел года два-три, понял смысл жизни. А вот здесь проблема: как вернуться обратно в цивилизацию? Убежать от жизни легко. Поэтому в моих медитациях убежать от жизни вам не удастся. Даже не мечтайте, что у вас вдруг все станет легко и просто.

Станет намного тяжелее, но в положительном варианте. Жить хорошо очень тяжело, сразу предупреждаю. Потому что соблазнов пожить плохо очень много.

Я считаю, что единственно действенный способ избавиться от проблем – это работать с энергией этих проблем. Единственный действенный, очень быстрый для решения способ – это работать с энергией проблемы, а не с проблемой. Не нужно пытаться разобраться в ней – как она выглядит, как она устроена, что с ней надо было делать и т. д. Подход психолога здесь не подойдет, потому что бывают такие проблемы, с которыми невозможно разобраться. Просто невозможно. Их надо либо стереть из жизни, либо перестать разбираться – одно из двух. Но перестать разбираться – это то же самое, что сбежать в пещеру. Сбежал в пещеру, а проблема-то не исчезла. Человек в какой-то момент осознает, что он сбежал, а внутренне-то не освободился. Если я освободился внутренне, то мне ничего не мешает жить и вне пещеры. Мне ничего нигде не мешает жить, поэтому я в любом месте могу найти себя. Большинство людей путают бегство от самого себя с духовным просветлением. В этом разница. Поэтому мы расставим приоритеты немного в другой позиции, в другой плоскости и будем разбираться, что же такое «Я» на самом деле, где я нахожусь, что мне здесь нужно и зачем мне вообще та жизнь, которую я сегодня веду.

Какова цель вашего сегодняшнего существования? У восьмидесяти процентов людей и цели-то нет. Вы не понимаете, зачем вы сюда пришли, вы не понимаете, что вы будете делать завтра. Вы не понимаете, что будет происходить после того, как ваша ближайшая простейшая цель будет достигнута.

ПОДГОТОВКА К ВСТРЕЧЕ С ПОДСОЗНАНИЕМ

Итак, что мы будем делать? В том виде, в котором я вам эту систему обрисовал, она непонятна. Непонятно, где это находится, что с этим делать, как туда зайти, как оттуда выйти. Зайти – не проблема, проблема – выйти. Потому что зайти в подсознание – это то же самое, как если бы вы зашли в комнату, в которой натянуто очень много тоненьких паутинок. И вы видите, что в конце, в уголке, одна паутинка порвалась и вам надо ее завязать. Вы начинаете пробираться сквозь всю эту паутину туда. Завязали, а по дороге все на вас налипло. Вышли в эту светлую жизнь, смотрите – а все обвалилось. Все, чего не было, и то исчезло. Зато одно починили.

Так работает врач. Он дает вам таблетку, вы ее принимаете – и ломается все остальное. Один орган починили, а все остальное – сломано. Потом он говорит: теперь надо принять две таблетки для того, чтобы починить следующий орган, и т. д. А в итоге приходит ко мне бабушка с мешком таблеток и говорит: а вот это как называется, а вот это от чего? А я говорю: я не знаю, я не врач, убери это отсюда, это не ко мне.

Итак, мы будем связывать ниточки. В любом таком месте есть так называемый управляющий. Есть управляющий, который точно знает, как этой системой управлять, как она работает, где та порванная ниточка, которую надо восстановить, как оттуда выйти и предоставить готовый результат. Представьте себе, что это определенный компьютер и там стоит человек, у которого в руках десять тысяч нитей в разные стороны. На конце каждой ниточки стоит еще один человек, у которого тоже десять тысяч нитей в руках. А теперь представьте, что это какой-нибудь большой город – Нью-Йорк или Москва. И все жители вот так стоят, и у каждого по десять тысяч нитей в руках. Объемная конструкция получилась, правильно?

Так вот мне со своим интеллектом там не разобраться, и никому не разобраться. Самому лучшему ученому, навесившему на себя медали и регалии, нужно еще долго-долго учиться. Поэтому мы со своим пониманием туда не полезем. Все, что мы будем делать, – выйдем на определенную структуру, которая называется «балкончик». Выйдем на балкончик, позовем того главного, который там есть, спросим, он ли тут главный. И если да, то мы скажем: вот тебе одно задание, вот тебе другое, вот тебе третье. Иди, делай. Сделаешь – предоставишь мне результат в виде понимания прямоком в голову. То есть мне нужно дать начальную установку и получить конечный результат. Какая мне разница, как он это будет делать? Мы не должны пытаться осознать, как это работает. Нам нужны начало и конец. Нам нужен результат.

Представьте себе свою голову. Там, где-то сзади, у вас есть дверь, потом узкий тоненький коридорчик, всегда светлый. Здесь есть еще одна дверь. Через эту дверь есть выход на балкончик. Все, что мы будем делать в медитации, – это пройдем сквозь эти двери, встанем на этом балкончике и будем звать, пока не придет тот, кто там самый главный (*рис. 14*). Это вход в подсознание, там где-то есть огромный цех, который работает вне зависимости от нас.

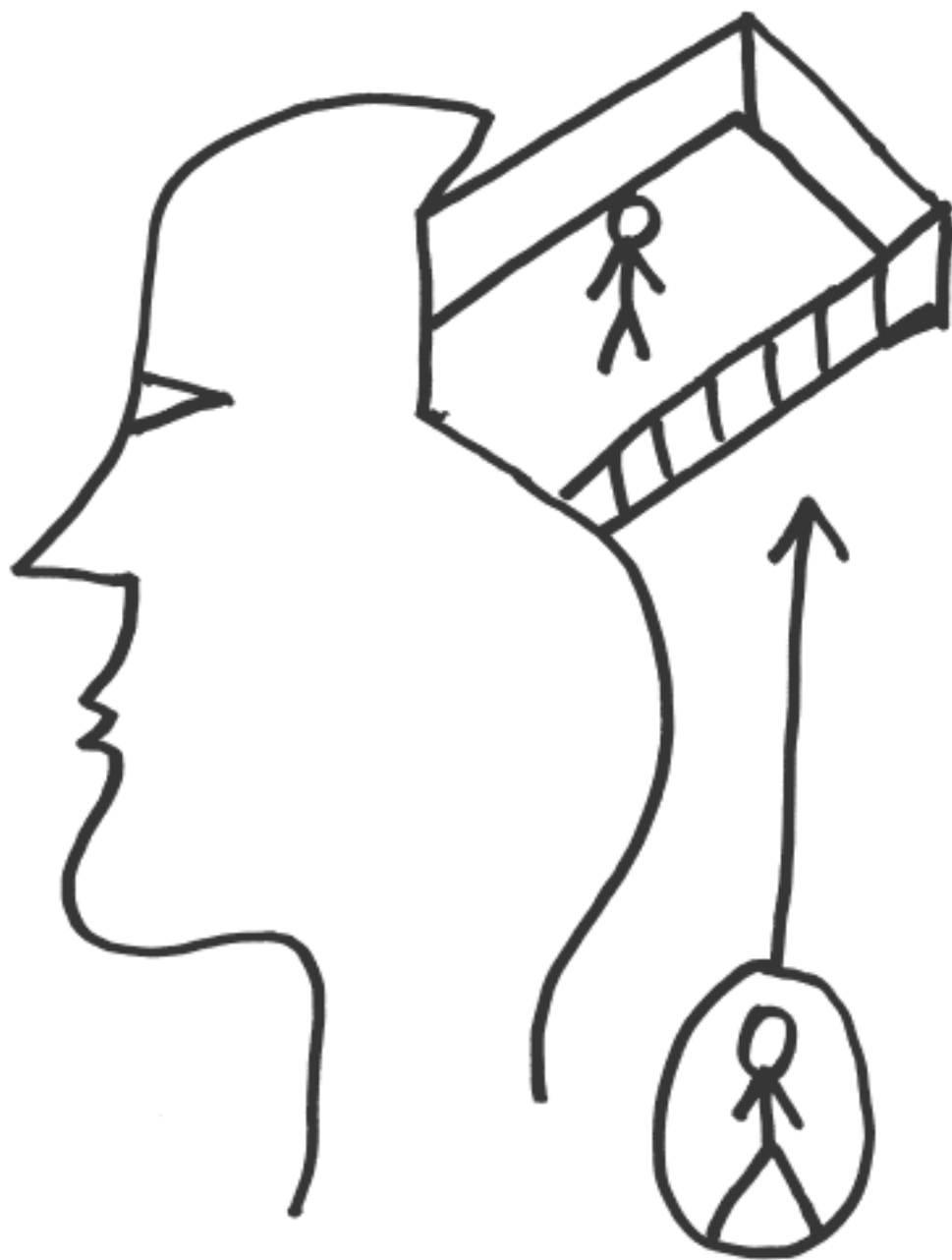


Рис. 14

Что такое подсознание? Когда сердце работает, мы же не задумываемся об этом, правильно? Мы не запускаем его сознательно, это работает в подсознании. А дыхание – мы даже внимания не обращаем, как мы дышим. Мы дышать-то не умеем, в этом проблема. Организм без воздуха не останется, он должен вдохнуть и должен выдохнуть. Это подсознание. Приняли пищу – ее надо переработать, взять и разнести по организму микроэлементы, доставить их в самые отдаленные уголки тела. Как можно доставить нужные элементы в конец кишечника? Это же большое расстояние. Но подсознание знает, как туда донести. Каждый житель моего организма в виде клетки всегда получит свою дозу, если я его голодом не заморю. Это и есть пост – заморить организм голодом. Но он-то не виноват, организм не виноват, что его морят голодом. У него такого понятия даже нет. У него есть поточная линия:

пища поступила, грузовики подъехали, взяли, повезли. И представьте, что вдруг один магазин спрашивает: «А когда мясо завезут?» Ему отвечают: «Мяса нет, хозяин постится. Через неделю заходи». – «Как? А что ж мы кушать будем?»

А все, кушать никто не будет, будете отмирать потихоньку. Поэтому большинство людей, которые начинают пост, понятия не имеют, для чего это надо. Они делают, потому что так сказали. У меня были случаи, когда я просто запрещал людям это делать. Всегда всему есть свое время и свое место. Бывает, что внутри есть такой позыв: «Сейчас ты останавливаешь все действие организма и постишься. Сейчас идет перестройка всего организма, и нам нужно какое-то время, чтобы это произошло». Тогда это правильно, тогда это мой пост. Я его себе не выдумал, мне его дали для того, чтобы перестроить мою жизнь. Когда я это делаю потому, что кто-то там сказал, – это не правильно, это ломает мне путь. А когда я для себя решил – это хорошо. Тогда хоть каждый день поститесь.

Итак, мы придем на балкон, позовем ответственного за то место, войдем с ним в контакт, познакомимся с ним и спросим: «Кто ты, что ты, что ты тут делаешь, ты ли главный?» Самое важное – выяснить, тот ли пришел. Потому что может прийти какой-нибудь помощник второго помощника и сказать, что он тут главный. Желательно, чтобы тот, кто придет, был точно похож на вас. Это вы сами, только внутри себя. Это вы сами, ваше высшее «Я». Вот оно где находится. Оно не где-то наверху, оно где-то здесь, внутри. Оно придет – может быть, немножко в свете, может быть, немножко по-другому будет выглядеть, но вы точно поймете, что это вы. Вы ему скажете: «Смотри, у меня есть проблема, надо решить. Проблема – такая, хочу, чтобы решение было такое». Либо: «Вот такая проблема, не знаю, чего хочу, выдай решение».

Вы удивитесь, как это работает. Вы удивитесь, с какой скоростью это работает. Работает моментально: через несколько секунд вас посетит мысль, как надо было это сделать правильно. Очень хорошо эту медитацию делать на ночь. Сядьте вечером, дайте список заданий, что нужно подготовить к утру, например как распределить завтрашний день, чтобы войти без проблем в колею, чтобы вы везде успели, чтобы не было ни пробок, ни задержек, никаких проблем. Вы увидите, что это очень эффективно работает. Однажды, в самый первый раз, когда я это сделал и пошел спать, ночью я уже проснулся с готовыми ответами. Ответы были готовы уже через час, и мне их выдали как на ладони. Я говорю: «Эй, ты что, идиот?» Он говорит: «А что? Ты просил – я тебе дал». – «В девять часов утра дашь. Мне сейчас не надо, я отдыхаю. Тело отдыхает». Он говорит: «Понял, я думал тебе срочно».

Вот такой диалог. Понимаете, там трудоголики, там нет лентяев. То, что вы даете, они сразу делают. Там те же самые мы, только те, которые посвящают свою жизнь служению нам. А поскольку мы их не слышим и постоянно запихиваем им туда только проблемы, то они это и выдают. Еще один момент. Как бы смешно это ни выглядело, как бы вам ни хотелось улыбаться и не верить тому, что вы видите, я вам предлагаю одну простую вещь: доверять на сто процентов этому товарищу и очень серьезно относиться к тому, что вы там будете делать, потому что это ваше подсознание. Я вам сразу говорю: что вы туда поместите, то и получите, поэтому помещайте только хорошее. И второе: обязательно после того, как вы передали задание, его нужно забыть, забыть напрочь. Тогда вы не будете ему мешать. Тогда ответ придет в лучшем виде, в кратчайший срок и с наилучшими результатами.

Как забыть? Представьте, что вы почтальон и у вас есть конверт. Вы бежите с этим конвертом, чтобы передать его. Как только передали, вы свою работу выполнили, правильно? Вот так можно забыть. Передали – все, пусть теперь он голову ломает. У него голова большая, ему хватит времени, энергии и мозгов для того, чтобы обработать ту информацию, которую вы ему дадите. Вы можете дойти до того, чтобы вместе с ним выбирать помидоры на рынке. Тогда никогда не ошибетесь.

Еще раз говорю: они не делают анализ, они не устают, им не надо спать, они ничего не кушают, у них полно энергии, у них нет ни радости, ни печали – стеклянные глаза и каменное лицо. Они принимают любое действие с высокой серьезностью, они считают, что каждая вещь, которую вы им даете, нужна вам больше всего в жизни. Вот этот помидор, который человек хочет съесть, – это последняя необходимость, без которой он просто умрет! Поэтому он скажет, какой именно помидор надо скушать. Мало того, вы никогда не отравитесь. Если хотите взять красивую упаковку в магазине, спросите его сначала. Четко получите ответ: «Положи на место». – «А вот это?» – «Вот это можешь есть, и то маленькими дозами по 200 грамм».

Попробуйте так поработать. Если вы не знаете, куда идти, скажите: вот конечный пункт, нарисуй мне, пожалуйста, дорогу. Я говорю «идти», а не «ехать», потому что он может вас повернуть туда, где дорога запрещена, потому что там короче. Здесь есть определенная проблема – как я говорил, у них нет плюсов и минусов. Если вы зашли в какой-то огромный супермаркет и не знаете, где тут магазин, который вам посоветовали, то можно попросить нарисовать вам дорогу. Затем вы начинаете прислушиваться, ноги сами ведут – повернули налево, повернули направо, и вот он. Я вам предлагаю поэкспериментировать, посмотреть, как это работает. Вы удивитесь – работает идеально.

Однажды я дал эту систему одному знакомому программисту. Он ждал случая, когда сможет это применить, так как решил, что на ерунду время тратить не будет. Однажды он сидел и пытался в программе решить какую-то задачу. В какой-то момент он вспомнил, что я дал ему эту технику, и решил дать своему подсознанию параметры для этой программы. И вдруг через 5 минут он услышал, как кто-то постучался в дверь в голове (та самая дверь в подсознание) и сказал: вот тебе ответ, сделай раз, два, три. Он сделал, и через 2 минуты компьютер выдал ему результат. Он целый день сидел, возился, не знал, что делать, а здесь дал задание и получил ответ. Так что вы видите, что железный компьютер – ничто по сравнению с тем, что стоит у нас внутри.

Йоги дошли до того, что не утруждают себя мыслительным процессом. Они берут мысль и закидывают ее в подсознание. Когда вы закидываете ее туда, у вас остается огромное количество времени для того, чтобы заняться тем, чем хотите, чтобы думать, о чем хотите. Закинул – получил, закинул – получил, закинул – получил. Это поначалу будет выглядеть как роботизация, но потом вам это понравится.

Например, если есть негативная эмоция, от которой вы не можете избавиться, попросите, чтобы подсознание изменило ее на позитив. Главное, получите от него одобрение.

Давайте возьмем за основу, что отрицательной энергии нет. Есть просто энергия. Есть энергия, вибрации которой соответствуют мне, и есть энергия, вибрации которой мне не соответствуют. Если они не соответствуют, то они становятся, скажем так, ненужными мне. Тогда я должен либо привести себя в соответствие с этой энергией, либо мне нужно от нее избавиться – одно из двух. В эти дебри мы уплывать не будем, вернемся обратно к нашей теме и пойдем знакомиться с самими собой. Все готовы? У кого-то есть страх? Вы можете увидеть себя не в том виде, в котором вам хочется, испугаться и побежать назад.

Медитация «Вход в пространство подсознания»

Сядьте, не опираясь на спинку стула. Мы идем знакомиться с собой. Спина прямая, шея ровная, голова вверх. Никто не шевелится, я вас предупреждаю: не шевелитесь, войдите в так называемый энергетический транс, когда вы перестаете ощущать тело. Если вас начинает немножко раскачивать, ничего страшного. Но если где-то начинает чесаться или еще где-то появляются ощущения покалывания или движения энергии, не обращайтесь

– в этот момент происходит выход астрального тела из физического. Дернетесь – засунете себя обратно, и эффект медитации будет слабым.

Закрывайте глаза. Книга практическая, так что будем в сонном состоянии проводить время. Я вам скажу, что энергетически работать очень тяжело. Представьте, что вы посидели пять минут. А я целый день этим занимаюсь, с утра до вечера. Десять – двенадцать человек в день, и мне с каждым надо зайти в определенное состояние, разобраться в его жизни за короткое время, потом найти подсказку к решению и еще успеть это все решить. Так что сидите спокойно, работайте.

Представьте себе дверь. На двери написано: «Выход в коридор». Узкий, светлый коридор. Толкните дверь рукой и идите по этому коридору, пока не дойдете до следующей двери, и там остановитесь. На следующей двери, возле которой вы остановились, написано: «Мозг, дверь в подсознание», и восклицательный знак опасности, что входить туда надо очень аккуратно. Перед тем как мы откроем дверь, я вам расскажу, что вы там увидите. Во-первых, сразу за дверью будет небольшой балкончик, огороженный перилами. Балкончик будет выводить в пространство, довольно-таки просторное, глубокое и высокое, в котором вы, может быть, что-то разглядите, а может, и нет. Сейчас толкните дверь и выходите на этот балкончик. Посмотрите на то пространство, которое вы видите перед собой. Может быть, оно светлое, может быть, оно темное. Если темное, значит, информация от вас закрыта, если светлое, то все в порядке. И в том, и в другом случае все в порядке. Обратите внимание куда-то вниз, увидите там ячейки, бегающих работников, которые трудятся в поте лица. Посмотрите и обратите внимание на ячейки – светлые, темные. И теперь телепатически позовите начальника всей этой структуры. Скажите: «Управляющий моего подсознания, мое высшее „Я“, пожалуйста, поднимись ко мне». Или опустись. Это уже неважно, откуда он придет. Подождите, пока перед вами предстанет какой-то образ. Как только увидели образ, выясните у него некоторые подробности: кто он, что он, чем тут занимается, какая его роль во всем этом процессе. Вы должны убедиться, что это именно тот, кто вам нужен.

Теперь можете дать ему какое-то определенное серьезное задание, как будто вы пришли в ремонтную мастерскую, вам нужно что-то отремонтировать и вы четко понимаете, что перед вами стоит суперпрофессионал, который может сделать любые вещи. Он может сделать все, что вы хотите. Передайте ему свою просьбу, желательно ее сформировать в картинку, чтобы вы четко увидели ту проблему, которую хотите ему передать. И если есть возможность, желательно увидеть результат, который вы хотите получить.

Если вы не знаете конечного результата, вы просто передаете ему эту картинку и говорите, чтобы он ее обработал и выдал в хорошей форме, чтобы вы получили ответ в виде, например, мыслей в голову, последовательно и правильно. Как только передали ему это задание, получите утвердительный кивок с его стороны, что задание получено и он идет это делать. Вы можете дать несколько заданий подряд, одно за другим. В кучу валить не стоит. Нагрузите его действиями, увидите, что от этих действий он не перепугался, что все в порядке. Затем попросите вежливо: пожалуйста, обработай мне эти задания, например, к завтрашнему утру, к такому-то часу. Как только дали ему задание, дайте ему уйти. Поверьте до глубины души, что это будет сделано в лучшем виде и что вам не нужно об этом беспокоиться. Огляните еще раз это пространство и выходите за дверь. Двигайтесь по светлому коридору к следующей двери, и через эту дверь выходите обратно, каждый в свое тело. Кто вернулся, может открыть глаза.

Комментарий

«Я увидела размытый образ, который постоянно менялся».

Может быть, вы будете похожи с этим образом, может быть, будет какое-то размытое пятно, а может быть, еще что-то. Уровень визуализации, в принципе, не настолько важен.

Теперь вы знаете, к кому обращаться, и для того, чтобы делать эту медитацию, вам больше не нужно заходить в двери. Достаточно представить себе этот образ, передать ему информацию и позволить уйти. Попробуйте так поделаться – и вы увидите ошеломляющие результаты.

«Этот образ нужно представлять сзади?»

Не обязательно. Например, я сейчас представил этот образ, сказал, что мне срочно нужны ответы на вопросы, и отправил его работать. Иногда вы можете увидеть следующее: когда я не могу быстро ответить на вопрос, я закрываю глаза на несколько секунд и как бы ухожу в себя. В этот момент я обращаюсь к своему подсознанию, и через несколько секунд приходит информация. Иногда она может быть шероховатой, быстро сформированной, а иногда это уже обработанная, более выраженная структура. Все зависит от того, как быстро вам нужен ответ. Если вам нужен срочный ответ, он может быть выдан моментально, но не всегда может быть красиво оформлен.

Вы можете запустить эту систему до такой степени, чтобы она заставила вас что-то делать. Иногда говорят: «Я все понимаю, но не могу сделать». Дайте вашему подсознанию задание, чтобы оно запустило вас в работу, и завтра вы побежите без всякой мысли о том, что вчера вам не хотелось ничего делать. Вы вдруг встанете и пойдете. Вы не будете понимать, почему вы это делаете, но потом вспомните.

Эта система не спит, не ест, не отдыхает, не требует затрат, у нее полно энергии, она всегда готова к работе. Если вы дали ей задание, она его никогда не отменит, пока вы не отмените его усилием воли. Она будет работать день, два, три, неделю, год, десять лет, сто лет, двести лет, миллион. Она будет работать постоянно. Она никогда не отменяет, никогда не забывает, у нее нет никаких проблем, она постоянно работает. Поэтому, если вы дали подсознанию какое-то задание, вы его получите. Но если вы что-то попросили, то вы должны понимать, что вы пойдете это делать. Но если вы не пойдете это делать, вас возьмут за руки и потащат туда, а ваши ноги будут волочиться сзади.

Это очень мощные техники, поэтому применяйте их аккуратно. Подсознание – вещь очень серьезная. Это ядерная бомба замедленного действия, поэтому рассчитывайте энергию аккуратно – только на то, что нужно.

«Как отменить задание?»

Точно так же. Нужно зайти и сказать: «Прекрати над этим работать, хватит». Если у кого-то что-то болит, просто скажите: «Я не хочу, чтобы болело, отменяй». Возможны любые вариации, все, что хотите. Не надо его жалеть.

Это и есть управление энергией. Подсознание – это энергия, которая пришла. Как мы управляем энергией? Управляем с помощью мысли. Я запускаю мысль и говорю энергии, что делать. Она делает вместо меня. У вас же одна проблема – вы не хотите ничего делать. Так если вы не хотите, вот вам техника. Пусть они делают.

Не бойтесь быть работодателями, товарищи работники. Это называется «подчиненные по жизни», когда люди ищут хозяина на свою голову.

«Можно ли похудеть, дав подсознанию такое задание?»

Пожалуйста, все в ваших руках, я же вас не ограничиваю. Подсознание все выполнит, но вам все равно придется бегать для того, чтобы похудеть. Почему? Потому что сначала идет мысль, потом концентрация, а потом **физическое действие**. Если вы решили, что вам надо похудеть, сконцентрируйтесь на похудении и бегите. Я вам говорил, что святая троица

– это мысль, концентрация и действие. Всегда должно быть физическое действие. Если вы заказали какую-то работу, то идите ее делать. Вы увидите, что эта работа выполнится в лучшем виде, вам понравится это действие. Вы увидите, что у вас в руках все горит, что вам не нужно прикладывать невероятные усилия для того, чтобы выполнить какое-либо действие. Таким способом вы сможете сжать время: на одну и ту же работу вместо дня вам понадобится час.

«Если заказываешь у подсознания избавление от болезней, то какое тут может быть физическое действие?»

В таком случае действие – это перестать концентрироваться на этой болезни. Это тоже физическое действие, потому что, если вы перестанете концентрироваться на своей болезни, вы пойдете работать и жить. Это и есть действие. Что такое болезнь? Болезнь – это перестать действовать, перестать воплощать действие в свою жизнь. Как только у вас появляется болезнь, вы хлопаете в ладоши и идете лежать. Болезнь – это усталость организма, она появляется, когда ваш организм устает бороться с вами. Он как бы говорит вам: «Сейчас я сделаю грипп – полежи отдохни недельку». Если вы поняли, что это просто отдых, то через пару дней вы будете здоровы, причем без всяких лекарств. Можно съесть максимум ложку меда, чтобы помочь организму быстро восстановиться. Но если вы решите, что во время болезни вам надо срочно бежать на работу, эта болезнь будет продолжаться всю жизнь, пока не перейдет в следующую фазу.

Подумайте, что выгоднее? Отдохнуть месяц и поправиться или потом всю жизнь страдать и болеть? Подумайте, что вы хотите от жизни. Вам надо научиться отдыхать, потому что отдыхать никто не умеет. Я умею отдыхать за пять минут, между процедурами, поэтому я никогда не устаю. Если я пришел домой и отключился, это не значит, что я устал, я просто пошел отдыхать. Я отключил себя от действия. Мне не нужно тащить за собой весь прошедший день. Вот он прошел, и ладно. Не важно, преуспел я или не преуспел, потому что все, что было, уже умерло, это все в прошлом, и мне этого не нужно. Если сегодня я не преуспел, то завтра, если это снова случится, я буду знать, что делать, – это и называется «учиться на своих ошибках». Не пытайтесь задним числом оправдать себя за то, что уже было сделано. Скажите: «Не получилось? Ну и ладно, пусть идет». Это и есть отпустить себя.

ВЫ И ПОДСОЗНАНИЕ

Давайте теперь все-таки попробуем понять, что такое подсознание. Суть в том, что это и есть та спонтанная жизнь, о которой все говорят. Спонтанная жизнь – это не пойти и потеряться где-нибудь в лесу. Спонтанная жизнь – это когда тебя ведут. И все, что нужно сделать, – предоставить себя для этого «регулирования вождения». Но тут сразу появляется эго и говорит: «А где же я? А где же ты? Если тобой управляют, значит, ты своей жизнью не управляешь? Надо срочно взять жизнь в свои руки и то, что идет, сломать». Все приходят к этому. Когда вдруг Бог приходит и говорит: «Верь в Меня», а ты говоришь: «Подожди, я же уже сам большой, я уже сам все знаю. Зачем ты мне нужен? Зачем я в тебя буду верить? Зачем тебе мне помогать, если я уже сам все умею делать?» Бог говорит: «А, умеешь? Ну давай», – развернулся и ушел. Вдруг у человека через две недели все перестало получаться. Почему? Потому что своя энергия кончилась, а Бог свою энергию отключил, то есть человек от Него отключился. Так что если у вас есть подключение – бережно храните, лелейте, чистите, заботьтесь. Это и есть любовь к Богу. Это и есть то, о чем все говорят. Что значит «любить»? Любить – это значит заботиться о том, что вас кормит, дает возможность понимания, осознания, знания, радости, успеха, продвижения и т. д. Это и есть любить себя. Я не имею в виду себялюбие и эгоизм. Я имею в виду полюбить то, что тебе дает возможность быть в понимании.

Но перекладывайте ответственность за свою жизнь на подсознание. Возьмите ответственность за свою жизнь на себя и перестаньте пытаться понаделать себе бед. Это и есть «взять ответственность» – перестать гробить себе жизнь. Другими словами, нужно дать подсознанию задание проконтролировать результат, предложить подсознанию действие и проконтролировать его результат. Мы с вами говорили, что подсознание работает на приказах. Просьбы там не проходят. Это та инстанция, которая готова действовать, она готова действовать в любом направлении. Она готова действовать по малейшему вашему желанию. Но намеки оно не понимает, сразу вам говорю. Перестаньте разговаривать с Всевышним намеками.

Поймите еще одну вещь. С теми инструментами, которые у вас есть на сейчас, вам не надо вообще ничего откладывать. Почему я начал этот разговор с копошения, с разборок? Как только вы почувствовали, что в голове началась суeta, не надо анализировать, откуда она пошла. Какая вам разница, откуда эта негативная энергия, которая делает вам проблемы, пришла в вашу жизнь? Возьмите эту энергию, уберите ее из своей жизни, поставьте блокировку, чтобы ваше подсознание распознавало эту энергию до того, как она к вам заходит. Это и называется «приобретенный иммунитет». Это блокировка негативных чужеродных энергий, которые вам в жизни не нужны.

У меня был один знакомый. Когда к нему кто-то подходил, чтобы о чем-то сказать, он реагировал так:

«Ты хочешь поговорить о хорошем? Давай поговорим. Ты хочешь говорить о проблемах? Я об этом не разговариваю. Будь здоров...»

Вы отвыкли говорить о хорошем. Мало того, вас не научили об этом говорить, в этом проблема. Большинство из вас живут только негативом. «На работе не так, тут не так, там не так сказали, тут не так сказали, и они все против меня». Пусть они все будут против меня, но я об этом говорить не хочу. Это же у них проблемы, не у меня. У меня-то проблем нет. Если у меня нет проблем, почему я должен говорить о плохом? Если вдруг у меня в голове всплывает без всяких видимых причин что-то негативное, значит, проблема у меня. И я, не разбираясь, взял и выкинул это. Потом поставил блокировку в виде прозрачной стенки, а это означает, что такая энергия больше сюда не зайдет никогда.

«Когда я хочу обратиться к подсознанию, то использую такую мыслеформу: я захожу в свою личную библиотеку с вопросом, беру с определенной полки книгу, и подсознание мне дает любой ответ на любой вопрос».

Сделайте простой эксперимент. Зайдите в библиотеку или в книжный магазин, где есть эзотерическая литература. Встаньте в центре этого магазина и попросите у своего подсознания, чисто на интуиции, чтобы оно показало вам ту книгу, которую вы должны взять. Подойдите и возьмите. Вы удивитесь, какие вещи вы в ней найдете. Это называется «правильно читать книги», когда не нужно просматривать всю информацию подряд в поисках одной строчки. Нужно запустить свое подсознание, подойти к книжке, вытащить, открыть на нужной странице и прочитать эту строчку сразу. После этого можете положить книгу обратно, вы ее читать больше не будете.

«Подсознание – это „я настоящая“, и мне нужно понять, как ей не мешать».

А здесь, значит, сидит не настоящая, да? Здесь сидит не настоящая, а где-то там есть настоящая. Во-первых, поменяйте их местами. А во-вторых, начинайте мешать. Что значит «не мешать»? Когда человек не мешает сам себе, это называется шизофренией – тело в одну сторону, мозги в другую, а душа в третью. Это называется «не мешать себе» – тело само чем-то занимается, душа гуляет по каким-то просторам, а мозг занят интерпретацией искаженного пространства. Поэтому давайте начнем мешать сами себе в своей жизни и выстраивать ту самую жизнь, которую хотим получить.

Последний пункт, который я оставил напоследок, – это цитата, которую я написал и хочу вам передать: **«Попытка заучить урок – это остановка. Как только вы пытаетесь что-то выучить в своей жизни, знайте: вы остановились, вы перестали двигаться».** Это значит, что ваша жизнь ушла вперед, а вы остановились на месте в попытке разобраться в ситуации, заучить, сделать выводы, разобрать ошибки.

Я вам скажу такую вещь: вчерашний день, каким бы он ни был – хорошим или плохим, – закончился вчера. Там он и остался. Сегодня – это сегодня, завтра – это завтра. Поэтому, если вчера мне было плохо, а сегодня хорошо, я не должен разбираться во «вчера» и натягивать эту энергию на «сегодня», чтобы сегодня мне тоже было плохо. Но если вчера мне было хорошо и есть предпосылки, что сегодня будет плохо, я постараюсь сделать так, чтобы вчерашний день распространился и на сегодняшней, чтобы он продолжился, чтобы «хорошо» осталось и сегодня. В какой-то момент «хорошо» встраивается в одну сплошную линию, и «плохо» просто исчезает из жизни. Это во-первых. Во-вторых, расценивайте свою жизнь как ходьбу по лестнице – как будто с каждым разом вы поднимаетесь на новую ступень. Если вы с сегодняшней своей позиции посмотрите еще на месяц назад, вы поймете, что вас там давным-давно нет. Все то знание, которое есть сегодня, на раз перекрывает все то знание, которое было в вашей жизни до этого. Так вот от этого и надо отталкиваться: сегодня мне хорошо, завтра может быть еще лучше, но я живу сегодня, и сегодня у меня все в порядке.

Как-то раз я был у своего деда в гостях. Мне тогда было лет четырнадцать, ему было лет семьдесят, и я его спросил: «Дедушка, куда завтра пойдем?» Он ответил: «Вот завтра встанем и будем знать». А ночью приехала «скорая», и его увезли в больницу. И завтрашний день не наступил. Я его провел по-своему, но дед был прав. И с четырнадцати лет мне эта мысль запала в душу. Завтра будем знать. До завтра еще дожить нужно. Поэтому, *что* будем делать завтра, будем знать завтра.

Я заметил такую вещь, что спонтанное планирование очень радует, разнообразит и раскрашивает жизнь в разные цвета. Если человек месяц назад спланировал, например, поход

в лес, весь месяц ушел в помойку. Потому что в итоге в лес он не пошел, так как пошел дождь, душа свою информацию не отработала, так эта информация и зависла в виде плохого настроения. Поэтому не планируйте. Есть глобальные вещи – там понятно, что надо распределять и раскладывать по полочкам. А есть вещи спонтанные.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Я смотрел один фильм, который назывался «Враг у ворот». Там был такой момент: блиндаж, сидит снайпер, и все танцуют, веселятся, девушки губы красят, у всех грязные лица, все в фуфайках, ушанках, рядом автоматы стоят, кто-то на гармошке играет. Человек заходит и спрашивает: «А чему они радуются? Война же все-таки». А ему говорят: «Смотри, у них каждый день как последний. Кто знает, вернутся они завтра с поля боя или нет. Так хотя бы не будут сожалеть о том, что у них было сегодня».

Так что в заключение: не сожалейте о том, чего у вас нет, и радуйтесь тому, что у вас есть, – не важно, что это и как это выглядит. Разглядите в любой вещи хорошие стороны и будьте здоровы, живите богато.

Если у вас появились вопросы, то напишите их на наш сайт www.metapower.co.il, и я с удовольствием вам отвечу и разъясню то, что вам непонятно.

Эта книга написана с единственной целью: чтобы жить стало лучше.

Всех благ,

с уважением, Сергей Ратнер