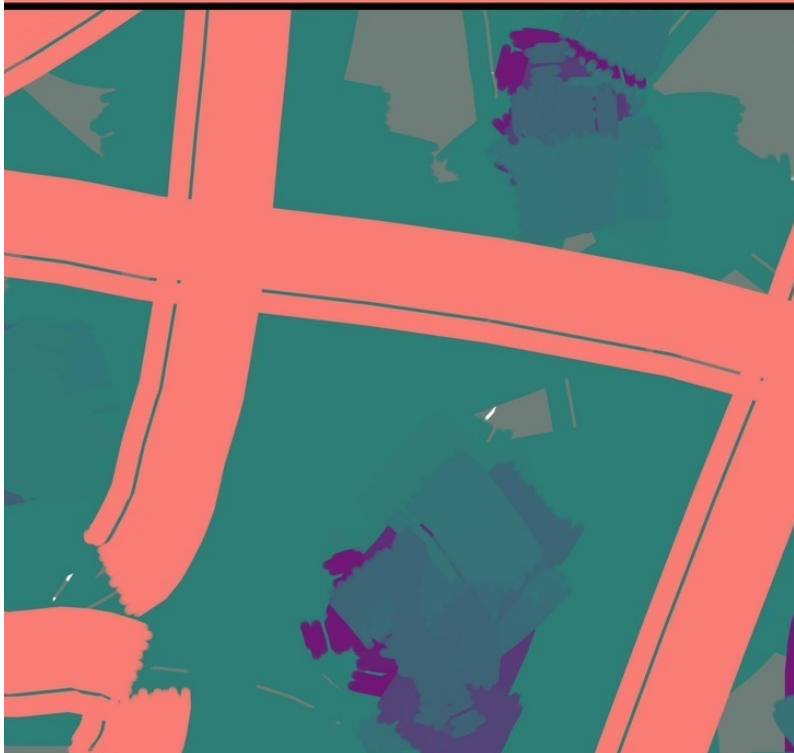


АЛЕКСАНДРА ТОЛОКОВА

---

# Что вам рассказать?



# **Александра Толокова**

## **Что вам рассказать?**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=31508935](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=31508935)*

*ISBN 9785449067319*

### **Аннотация**

Множество накопленных мыслей рвется наружу. Множество накопленных выводов жаждет быть услышанными. Как научиться осознавать каждое мгновение своей жизни. Пошли, поищем ответы вместе. Ну, или просто наблюдай за нитью этих размышлений.

# Содержание

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Что вам рассказать?               | 5  |
| 23.03.2018                        | 7  |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 14 |

# **Что вам рассказать?**

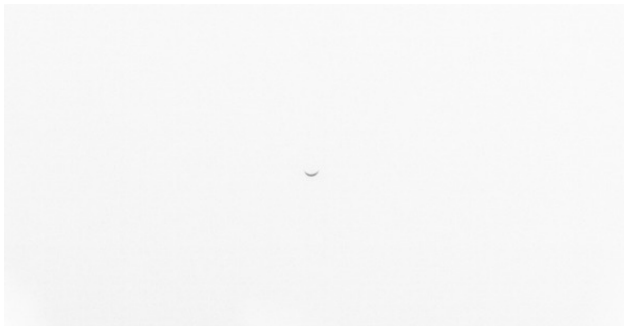
**Александра Толокова**

© Александра Толокова, 2018

ISBN 978-5-4490-6731-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Что вам рассказать?



Если вы задаетесь вопросом: Кто эта девочка? Откуда она взялась и почему мы должны ее слушать? То забейте. Это не важно. Не важно, кто я и что я, не важна моя история и то, как я пришла к этим выводам. Я просто подумала, окей? Воспринимайте это как просто информацию, обычное чтение, несколько тем и вопросов на размышление.

Мне не нужны последователи и почитатели, я не нуждаюсь в людях, поддерживающих то, что я говорю, но мне приятно ваше внимание к этой информации, потому что сейчас она не для меня, но для вас. Хотя вполне вероятно, что многое вы уже слышали или где-то читали.

Просто-напросто один человек сказал, что мне нужно написать книгу. И я прислушалась к этому. Подумала – ну а по-

чему бы да. За спрос не бьют в нос. А попытка – не пытка.  
Тем более, что мне интересно. А пока интересно – надо де-  
лать.

Так что, welcome.



**23.03.2018**

## **Что вам рассказать?**

Сижу я в башне, в доме на берегу реки, смотрю на нее и пустота в голове.

В последнее время мысли мои наполнены. И их хочется выговорить. Клавиатура, конечно, у меня та еще хрень. Ахах. Ну да ладно, это не важно. Ощущение, будто у меня печатная машинка или типа того. Я офигенный древний автор с почти что печатной машинкой. Ворд исправит все ошибки, а я просто буду писать и выписывать, что придет в голову.

Дело в том, что мне посоветовали написать книгу. Я восприняла это как знак. И вот, взялась. Это полнейший бред, так что прошу не воспринимать его всерьез. Или воспринимать – как вам удобно. Просто на будущее – это не истина в последней инстанции и если вы заметите, что чувствуете возмущение или желание со мной поспорить, вспомните, что это не важно. И это вас, надеюсь, успокоит. Все хорошо. Я не девочка, познавшая истину. Я просто так вот тут размышляю. Меня нет. Я не важна. И вообще, ничего из сказанного не важно. Можете дальше не читать. Все по доброй воле, по вашей воле. Свободной. Нет никаких границ и клетей.

Вы сами себе их придумываете. И считаете, что обязаны

теперь их с пеной у рта защищать. Если бы мы говорили в реальности с вами, и вы пытались бы что-то доказывать, скорее всего, я просто бы выслушала вас. Ведь это ваше мнение. Ведь каждое мнение имеет смысл жить и существовать. Пока оно имеет смысл существовать.

Освободите разум, очистите ум. Просто воспринимайте все как сказку. Ну не как же научный факт, доказанный и неоспоримый, в самом деле. Все мои доказательства – это ваша жизнь, ваш личный опыт, ваши личные ощущения и чувство того, что с вами происходит и когда-либо происходило.

Интересно, что чаще всего, точнее, поначалу (и может быть до сих пор так) я думала для близких, для людей, что рядом со мной. Нет, меня не бомбило от того, что происходит, меня вообще мало что трогает и задевает, я по жизни тот еще тормоз. Да. Но у меня есть такая возможность и такие условия – не играть, а размышлять и рассуждать о происходящем. Может быть, кто-то из вас скажет или подумает, что это же не интересно, сидеть на берегу и смотреть, как проплывают корабли с веселящимися на них людьми. А вы когда-нибудь это пробовали? Мало кому из людей удобно и комфортно наедине с собой. Их тянет к людям, в социум. Но даже так, размышляя – я делаю это не для себя, а для других. В этом мое служение, в этом мои возможности.

Можно сказать, что я живу как Королева, как сыр в масле катаюсь. Никто от меня ничего не требует и не ждет уже



давно (я много сделала для того, чтобы ко мне не предъявлялись претензии, но и сами условия и обстоятельства, в конце концов, сложились так, как сложились), я живу в свое удовольствие. Ем, сколько хочу, сплю, сколько хочу. Это не так важно. Каждый день для меня – как нечто новое. Как новый мир и новая жизнь. Нет, конечно, болячки остаются со мной, но в какой-то мере я чувствую их иначе – или сильнее или слабее, или же вообще мне не до них.

Жить с мыслью, что реальность важнее, ибо материальная и вот тут рядом с нами, ее можно потрогать, конечно же, удобно и может быть даже правильно. Но разве не интереснее верить в волшебство и воспринимать все вокруг как чудо? Ну или какую-то часть. Верить – это же так просто.

Так же людей судят по возможностям. Мол, если ты не свободен в плане своих перемещений – то гавно ты, а не свободен. Типа того. Но скажу вам, лень меня научила и обстоятельства, что это не имеет значения. Хоть проживи на острове ты один, никогда и никуда не выезжая – это не важно. Все, что тебе нужно – оно уже внутри тебя. И незачем ехать куда-то за каким-то просветлением. Просто обрати взор внутрь себя. Тебе даже не нужно выполнять какие-либо ритуалы каждый день/неделю/утро. Все лишь по душе и желанию. Если ты поставил задачу воспитать свой дух – то конечно, ваша воля на все. А если ищешь просветления – то сначала подумай, зачем оно тебе. Может быть, ты борешься со страхом? А может, хочешь стать богаче? В чем твоя цель?

В чем твоё намерение? Чего ты хочешь?

На самом деле все это не имеет значения, если ты закрыт, если ты спишь, если не готов открыть себя чему-то новому и непривычному. Просто раскрыть глаза.

В последнее время много размышляю о человеческих отношениях. А что самое главное и интересное обычно? Верно – взаимоотношения полов. Ахах. Да, как-то так и живем. Женщины обвиняют мужчин, мужчины – женщин. Накопилось множество обид друг на друга. И это вот надо бы разобрать. Каждому из нас. Начать хотя бы кому-то одному в паре. Есть множество разных статей, учебников и учителей о том, как познать в себе женщину, как стать настоящим мужчиной. И все такое прочее, мне сейчас не интересно об этом рассуждать, просто поищите, если вам это интересно.

Что мне интересно – так это осознанность. Пробужденность. Избавление вас от болячек, обид и напряжений. Ведь они такие мелкие, что вы их не замечаете даже. И они такие огромные, что гнетут вас постоянно до такой степени, что вы уже не знаете, куда себя деть. Как клещ или пиявка, которая не отваливается, насосавшись.

Книга, да? Что полезного можно найти в книжонке какой-то неизвестной девчонки? Кто его знает. Да и это не важно. Ведь я не для вас это делаю, не для увеличения количества последователей, то есть не ради внешнего, но ради внутреннего спокойствия. Потому что иначе не могу. Эта болтов-

ня, эти разговоры в голове – все это не оставляет меня. И даже не знаю, что они говорят, но пока что продолжают. Может чего умного скажут. Ага, одержимость. Меня уже называли. Но разве это важно? Ведь это не обо мне. Любое ваше мнение – не обо мне. Это лишь ваше мнение о себе. Лишь вопрос вашей веры, запыленное или искаженное зеркало, через которое вы пытаетесь на меня посмотреть и сделать свои выводы. Ахах. И даже прийти и вправить мне мозги.

Рыжий кот гуляет по фазенде. Большой и мордатый. Зачем я с вами разговариваю? Зачем в чем-то пытаюсь убедить?

Когда человек, скрюченный в жуткой позе и влезший в ней в клетку, пытается мне указать, что делать, как жить правильно, и что моя жизнь и мой опыт – фигня, мне нечего ему сказать. Проще как-то отпустить его с миром... но я ищу ключики. Ищу слова. Но вам кажется, вам может показаться, что я учу вас жизни. Ведь это не вы пришли ко мне спросить совета. Ведь это я ничего из себя не представляю. На ваш взгляд. Но разве внешнее проявление имеет значение? На него смотрят, руководствуясь пятью чувствами только тогда, когда не работают другие, когда человек ориентирован на такое восприятие. Но то, что внутри... как сказал один Лис – «Зорко одно лишь сердце. Главного глазами не увидеть». Так почему же вы все подсчитываете и оцени-

ваете в трех измерениях? Нет, даже в двух. Вы когда-нибудь задумывались о том, как видите мир? Что позволяет вам думать, что он объемный? Если вы не подойдете и не потрогаете стену здания своими руками – он может до последнего существовать лишь в вашем воображении (а может и чувства ваши обманывают вас). Но даже если вы и трогаете стену, во всех трех измерениях вы этого сделать никак не сможете. Все, что вам доступно – это полагаться на пять чувств, чтобы оценить наличие. Но всего дома, всего предмета, со всех сторон и изнутри – вы не сможете увидеть одновременно. Вы всегда ограничены одной точкой зрения. Большинство из вас даже и не меняли ее никогда с процессом взросления и вырастания. А помните ли вы, как смотрели на мир, будучи детьми?

Так почему же вы считаете кого-то неправым, почему же вы считаете, что ваша точка зрения самая верная? Сделайте шаг в сторону – и угол обзора изменится до неузнаваемости. Возможно, вы даже заметите что-то, что до этого скрывалось за стенами.

Эмпатия – магия или реальность. Именно она позволяет нам увидеть мир глазами собеседника, не перемещая свое тело в пространстве, не залезая в шкуру другого, но имея эту возможность понять. Это важное умение. И оно должно для каждого стать таким же естественным, как способность дышать...

Это часть нас, и оно всегда было с нами и у нас. То,

что не замечаешь глазами, но видишь сердцем. Так оно или не так, загляните в свое сердце, и может быть, вы поймете, о чем я.

Я не хочу, чтобы вы следовали за мной, но хочу, чтобы вы стали осознаны и следовали за своим сердцем, чтобы стали самостоятельными душой и независимыми от чего-либо. Ни чувств, ни людей, ни вещей, ни денег, чтобы вы могли свободно управлять своим вниманием, могли легко и по своей собственной воле переключать его, когда вам это нужно. Чтобы приходящее извне воспринималось вами осознанно и хотя бы с более, чем одной точки зрения и восприятия. Можете даже специально тренировать свой ум, гибкость его, сейчас для этого есть множество как платных, так и бесплатных уроков и практик. Расширяйте свое сознание, будьте гибче, креативнее.

Хуже всего не то, когда человек застрял в физическом смысле, как пример – живет довольно продолжительное время на одном месте или в одних отношениях, не приносящих удовольствия и не вызывающих интереса. Намного страшнее, когда человек застрял интеллектуально, сам в себя. Такие застои не прощаются природой. Рано или поздно, но в свое время она даст вам пинка. При чем физического. Если же вы не тормозите во внутреннем развитии, но со стороны кажется, будто вы уже который год сидите и курите бамбук, то ни одна тварюшка вас не тронет.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.