

ОЗОДА ТУРМУХАМЕДОВА

ФОРМУЛА ЖИЗНИ

Озода Турмухамедова

Формула жизни

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=33167072

Аннотация

Мы приходим в этот мир, чтобы выполнить свою программу, при этом совершенствовать свою душу. И у каждого свой путь. У каждого человека на каждом этапе жизни есть свои шаблоны поведения, создания для себя привычной обстановки. Каждый неоднократно повторяет какие-то пережитые события. Почему? Оказывается, человек в этом видит залог своей безопасности, свое выживание. Значит, у каждого есть своя формула жизни. Но сможет ли каждый найти именно ту свою формулу жизни и решить задачи. Решение этих задач заключается в этой формуле. Но при этом нельзя забывать об одном законе, что во Вселенной существует четкий надзор, учет наших действий. Каждый наш поступок в мире обязательно возвращается к нам. Я же, как автор этой книги, желаю всем найти свою формулу жизни и пройти свой индивидуальный путь к новому, радостному восприятию мира. *С уважением, автор.*

Содержание

Обнищание	4
Радость	9
Сила мысли	18
Опустошенность	28
Конец ознакомительного фрагмента.	30

Озода Турмухамедова

Формула жизни

(Психология здоровья)

Обнищание

Помню рассказ одной женщины. Она говорила о былой роскоши, в которой жила. У нее не было никаких хлопот и забот, дом был роскошный, богатый, мебель красивая, посуда дорогая. Родители зарабатывали хорошо, детство прошло благополучно. Она закончила ВУЗ и стала работать по своей специальности – бухгалтером. Вышла замуж, родила ребенка и развелась. Родители со временем ушли в мир иной, и она осталась в этом богатом доме с сыном. Однажды один ее близкий родственник, который зарабатывал очень много, попросил ее об одной услуге. Он оформил на нее свой дорогой автомобиль и квартиру. Он надеялся на ее порядочность, что в нужное время она все это отдаст ему. Наверное, у него были проблемы с прокуратурой, налоговой системой. Естественно, он за ее услуги заплатил. Но прошло какое-то время, и этот богатый родственник скоропостижно скончался от инфаркта. Она не ожидала такого поворота событий и промолчала обо всем. Но у этого родственника была семья и

дети. Она никому, ничего не сказала об этой сделке и посчитала, что ей повезло. Потом узнала, что у вдовы родственника и ее детей, не приспособленных к жизни, начались трудности. Она несколько раз ходила к ним, но, узнав, что они не знают о сделке, решила больше не ходить к ним, хотя могла помочь устроиться вдове на работу. Прошли месяцы, она стала плохо себя чувствовать: по ночам снились кошмары, она похудела, стала сильно раздражаться, появилась плаксивость. Что-то ее пожирало изнутри. За этот период она познакомилась с мужчиной, который сразу решил жениться на ней. Он все время возился с машиной, ремонтировал. Потом сел за руль, и не давал ей машину. Квартира умершего родственника пустовала, она пустила туда квартирантов студентов. В один из праздничных дней студенты устроили там вечеринку, поскадалили, подрались и убили одного из студентов. Начались разборки, судебные дела. Она скрывала все от прокурора, но все начало всплывать наружу. Она стала предлагать деньги, чтобы все осталось в тайне. Но юрист попался настырный, наглый. Он тянул и тянул деньги, узнав все подробности. Хотя юридически она была права, но обстоятельства начали меняться так, что ее жизнь превратилась в ад. В течение года все судебные дела прекратились, но она заметила, что обнищала. Для того, чтобы уладить судебные дела она продала все драгоценности, дорогую бытовую технику, дорогие сервизы, которые подарили родители. Потом она заболела и долго не работала, надеясь на кварти-

ру родственника. Она продала родительский дом. Ее муж, оформив на себя машину, нашел себе любовницу. Она их застала, и он настоял на разводе. Перед разводом он разбил машину, начались скандалы, драки. Короче говоря, за эти 2-3 года она осталась одна с ребенком в квартире умершего родственника, продав дом и машину, обнищав, заработав себе кучу болезней. Вот она и пришла лечить свой невроз на прием. Она удивлялась, как она быстро обнищала. И говорила, что во всем виновата она сама, что познакомилась с таким непорядочным человеком, что пустила в дом этих студентов-негодяев. Она не понимала, что должна была отдать семье родственника, то, что принадлежало им: квартиру и машину. Эти вещи не ее. Скрыв от родственников все это, она сделала ошибку, поэтому притянула такого непорядочного мужчину, который и женился из-за ее машины. И студенты тоже не случайно устроили скандал, убийство. Все, что не нами заработано нам не принадлежит, и не будет приносить нам пользу. Она все это украла из-за желания обогатиться, и поэтому обнищала.

К обнищанию приводят еще наследственные дела. Если вы отнимите что-то у своего брата или сестры, со временем вы обнищаете. В древности люди знали об этих закономерностях. Но сейчас наши современники об этом забыли. Ходят по судам, вздорят с родственниками из-за лишнего квадрата жилья и т. д. А по прошествии какого-то времени все это богатство улетучивается, принося несчастья, страдания,

болячки.

К обнищанию приводит обман. Сейчас очень многие работодатели научились обманным путем зарабатывать деньги. Берут на работу людей, обещают через месяц дать заработанную плату и не дают. Рабочие увольняются, приходят другие. Таким образом, строятся дома, ведется бизнес. Начальство может быстро обогащаться, но потом будет нищим. Те люди, которые работали и не получили заработанную плату, будут выделять негативную энергетику, и это будет накапливаться. А когда накопится определенное количество негативной энергии, оно бумерангом возвращается к хозяину, и будет разрушать все на своем пути.

К обнищанию приводит неблагодарность. Есть люди вечно ноющие, жалующиеся на свою жизнь. Таким образом, недовольные своей жизнью посылают во Вселенную негативную энергетику. Спустя годы они получают ответ. Попадают в наихудшие положения, теряют все, что имели.

Есть такая категория людей, которые любят унижать достоинство окружающих. Гордыня, надменность тоже со временем приводит к крушению планов. Если вы гордились своим богатством и презирали нищих, бедных, унижали их, то вы будете накапливать от них негативную энергию. Эта накопленная энергия поразит вас, когда наберет достаточную силу. Это тоже приводит к обнищанию.

Воровство, взяточничество, нечестные деньги тоже приносят вначале богатство, потом начинают поражать хозяина.

Сначала появляются мелкие несчастья, пожары, страдания, болезни. Со временем приводят к обнищанию. Сроки у всех разные – от года до 50-70 лет. И человек даже не догадывается о возмездии.

Зависть тоже приводит к обнищанию. Понятие «У тебя есть деньги, а у меня их нет» тоже приводит к обнищанию. Потому что такой человек свою драгоценную энергию, которой бы он заработал эти деньги, тратит на сжигание себя. Чем просить у Бога себе денег, он просит у Бога отнять эти деньги у богатого.

Владимир Жикаренцев пишет, что есть закон Передачи: «Радуясь успехам других людей, вы умножаете свои силы и процветание. Сострадав людям, их ошибкам и боли, вы умножаете свои силы и процветаете. Если вы научитесь радоваться успехам и богатству других, в вашу жизнь также войдет благополучие». Ну а самый лучший способ сохранить свое богатство и благополучие – это делать подаяние, помогать неимущим. Не оскудеет рука дающего! Даря, вы всегда получаете.

Радость

Существует такая легенда: Когда-то жил очень богатый царь. Он имел все, что может быть в этом мире, кроме одного – радости. Он боялся страдания, смерти. Однажды боги спросили его, что он еще хочет иметь. Он попросил бессмертия. Он думал что, если будет бессмертным, то не будет страха и придет радость. Боги ответили: «Хорошо, мы тебя сделаем бессмертным, если ты найдешь хотя бы одного человека, который отдаст тебе свою оставшуюся жизнь добровольно». Царь начал искать такого человека, но, увы, никто не соглашался. Однажды он подошел к бездомному бродяге, который в холодной ночи спал на улице. У него ничего не было, кроме его лохмотьев. Царь сказал ему: «Зачем тебе такая жизнь, отдай мне ее. Ты пойдешь на покой, душа твоя отмучается от такой жизни». К его удивлению бродяга ответил: «Это правда. Ночью я сегодня помучаюсь от холода. Зато завтра утром солнышко будет светить и согреет мою озябшую кожу, и наступит такое наслаждение и радость. Я все это тебе не отдам». И царь понял, чтобы испытать радость, чтобы любить эту жизнь не обязательно быть бессмертным, богатым. Немного, оказывается, надо чтобы испытать радость.

Ко мне часто обращаются люди с симптомами депрессии: общей мрачностью настроения, отсутствием радости. Часто эти люди старше 50 лет. У молодых тоже бывает депрессив-

ные синдромы. Но у взрослых встречается другой особый тип депрессии, «скрытая депрессия». Человек работает, общается с людьми и даже улыбается. Но эта улыбка не от души. Внутренней радости у него нет. Вспомните свой детский возраст, подростковый период. Какую радость вы испытывали тогда. А сейчас сравните вашу сегодняшнюю радость. Похожа она на ту радость, которую вы испытывали в детстве? Наверное, нет. Почему? В детстве мы бываем беззаботными. Наши души бывают чистыми. Дети до 5 лет, оказывается, помнят, все, что они видели в раю. У них личики сияют улыбкой беззаботной, души чистые. Их радость Великая и, обратите внимание, они от души радуются даже пустяку. И эта радость заразительна. Даже самый мрачный человек, находясь среди детей ясельного возраста, улыбается, не замечая этого сам. Затем дети растут и меняются. В первую очередь играет роль семья, родители, школа. Уже в школе дети разные – среди них есть и отличники, вундеркинды и хулиганы, преступники, и проститутки. После окончания школы каждый идет своей дорогой, но их характер сформировался именно в школьные годы. Проходят годы, мы взрослеем, спустя десятилетия, встречаясь со школьными друзьями, мы замечаем, что с некоторыми из них не о чем говорить. Некоторые из них очень отстают в своем развитии, некоторые идут вверх. И постепенно не так уж и тянет к таким встречам. Они случаются все реже и реже. На своем жизненном пути мы встречаемся с людьми близкими нам по духу, и нам интерес-

нее с ними. Таким образом, связь с людьми из прошлого теряется. Это закономерность, и мы невольно ей подчиняемся.

Итак, когда мы теряем эту свою детскую радость? У меня на приеме была женщина в возрасте 53 года. Она пришла с жалобой на уныние, безразличие, лень. В последнее время она заметила, что ее ничего не радует, как раньше, ни наряды, ни драгоценности, ни театр, ни свадьбы. Стала замечать, что мир вокруг нее тускнеет. Что делать? «Может завести любовника?» – спросила она серьезно. Я спросила, кем она работает, какие отношения с мужем, с детьми. Оказывается, муж ее очень любит и хорошо обеспечивает семью. Он целый день на работе. Она не знает ни забот, ни хлопот. Дети тоже умные, послушные учатся в институтах. Дом полная чаша. Куда же исчезла ее радость? Ее радость исчезла, потому что ее душа не развивается. Ее муж, любя ее так сильно, навредил ей. Она думает, что живя обеспеченно, ни о чем не заботясь, она будет счастлива. Но это не так. Трудности, препятствия, встречающиеся нам во время работы, при общении с людьми, при решении семейных проблем, являются катализатором душевного роста. Они закаляют нас. Нам хочется тогда достичь все больших и больших высот, наша сила растет, именно сила духа растет. А если она сидит дома без забот и хлопот, на мягкой подушке, ее душа ленива, она не хочет расти. У нее нет творческих порывов, озарения, значит, и нет радости. А любовник без любви, опустошит ее душу еще больше. Он ведь живой, а не игрушка. Она перестанет

себя уважать за свое падение. Она даже не хочет нравиться своему мужу, но он ее все равно любит. А любит ли ее муж так же, как 20 лет назад? Наверное, нет. Она об этом и не думает. Иногда, в таком возрасте, как гром среди ясного дня, обнаруживается, что муж давно имеет на стороне женщину. А почему? Понятно, муж чтобы обеспечить семью, работает, его душа растет. А его жена, которая валяется на диване, не может это дать. И он получит это на стороне. Наверное, и получает, иначе не появилась бы у нее мысль о любовнике.

Радость еще пропадает у людей, занимающихся криминальными делами. Это понятно, убивая, обкрадывая, делая людям зло, человек не может быть счастливым. У каждого человека есть совесть. И начинает эта совесть мучить. Человек не осознает свою совесть, которая его мучает. И он оправдывает разными способами свои действия. Озлобляясь, он начинает мстить. Зло, агрессия, ненависть охватывают его душу. Откуда у него появится радость? Замученная совесть приводит к неврозам, глубоким депрессиям.

Есть люди, которые ноют, недовольные своей жизнью, завистливые. Им всегда всего мало. У них тоже пропадает радость. Они не могут радоваться тому, что есть, злятся из-за того, чего нет.

Почему человек с возрастом теряет радость, как мы сказали выше? В детском возрасте мы беззаботны. Взрослея, мы сталкиваемся с трудностями, заботами. И потихоньку набираем себе ненависть, зависть, агрессию, злобу и т. д., и это за-

крывает путь к радости. Кто как решает эти жизненные проблемы? Многие из нас начинают сходить с правильного пути, заблуждаясь, выбирают легкий дьявольский путь. Бог создал этот мир, материальные благо, богатство, деньги. Все это нам нужно. Человеку хочется хорошо жить, вырастить своих детей, процветать. Это нормальное желание.

Но это желание исполняется по-разному. Путь дьявольский быстрый, без труда человек достигает всего. Это воровство, взятки, проституция, убийства, преступления и т. д. Он быстро богатеет. Но исчезает в нем Божественное – радость. Он улыбается, веселится. Но без радости. Внутри какая-то тяжесть не дает от души радоваться. Еще проще можно объяснить Дьявольский путь получения удовольствия. Это наркоман – вводя наркотик, он получает удовольствие искусственно, мгновенно. Мозг сам вырабатывает вещество – радости, удовольствия. А когда вводится это извне искусственно, мозг перестает вырабатывать все это. И у человека пропадает радость, удовольствие насовсем. А он не может ни минуты жить без всего этого. Ему надо опять вводить дозу. И так пошло и поехало. Он уже наркоман. Я работала с наркоманами. Основная жалоба у них – это депрессивное, тяжелое состояние души, до невыносимости. И они часто умирают от передозировки.

Итак, каким образом нам обрести ту Великую радость, которую испытывали в детстве? Мы же не будем впадать в детство для этого, конечно нет. Есть Божественный путь полу-

чения радости. И мы получим много радости. Есть радость от любви. Вы влюбились от чистой души. Вам доставляет огромную радость увидеть любимого человека, разговаривать, ухаживать за ним. Все это дает неопишемую радость.

Огромную радость нам дает труд. Наша любимая работа. Как радуется учитель, когда его ученики преуспевают в учебе, какую радость доставляет врачу вылечившийся его пациент. Дворник, подметая, вычистив двор, получает радость от сделанной работы. Мы получаем радость от общения с людьми. Какую энергию мы получаем от разговора с оптимистичными, просветленными людьми. Они нас вдохновляют, передают свою радостную энергию. Мы получаем радость от общения со своими детьми, родителями, родственниками, друзьями и т. д. Огромную радость дает нам творчество. Ученый, работая много лет над проблемой, вдруг решает проблему, делает открытие, какую радость он испытывает. Писатель написал свой роман, художник, наконец, закончил свой шедевр. Посмотрите в глаза этих творческих людей. Они сияют от радости. Какую радость нам несут артисты, певцы, люди шоу-бизнеса. Эти люди творческие, они сами радуются своим творческим порывам, и нам это передается.

Получаем радость от сделанного доброго дела. Помогли старушке перейти дорогу, она вас поблагодарила, вам сразу станет на душе легко. Взяли тяжелую сумку у инвалида и донесли куда надо. Он вам улыбается, вам стало опять легко.

Итак, делая добрые дела, вы замечаете, что на душе становится все легче и легче и, наконец, вы обретете свою радость.

Великий йога Шри Ауробиндо пишет: «Человек, когда полностью очистится и приблизится к Богу, он должен испытать только любовь и радость. Больше ничего – ни печали, страха, ревности, зависти, ненависти. Все это должно пропадать. Великие индийские йоги, долго медитируя, пришли к выводу, что человек может достичь этого – Великой любви и радости. Если мы хоть один раз, в одно лишь мгновение почувствуем это Солнце внутри нас, все остальное тускнеет перед этим воспоминанием».

Проще объяснить, наша душа при рождении бывает чистой, яркой. В ней есть радость, любовь, все самое светлое. Ее можно представить в виде горящей лампочки. Но со временем она тускнеет, как бы покрывается слоями марли. Слои марли – это наши низменные интересы, страсти, чувства (зависть, злость, агрессия, ненависть, ревность и т. д.), равнодушие, эгоизм, непонимание смысла жизни и сути души. Чем больше слоев марли, тем больше тускнеет свет лампочки и тем хуже живет человек. Постоянным фоном его жизни является страх и беспокойство за свою жизнь, а еще хуже трусость, подлость, распущенность, лень, смещение акцентов на сексуальную сторону жизни, смещение акцентов на приобретение вещей и т. д. Чем меньше слоев марли, чем больше мы очищаемся от всего выше перечисленного плохого, тем ярче пробивается свет лампочки. Тем больше могу-

щества и знания мы получаем от Вселенной. Это один из путей получения экстрасенсорных способностей, творческих идей, ощущения абсолютного покоя и гармонии души, уверенности в себе. Таким образом, можно достичь и высшей степени космического сознания. Его достигают немногие. Но оно доступно каждому. Тем не менее, немало великих учителей, политических деятелей, писателей и поэтов обладало этим сознанием. Это называют просветлением – впечатление как будто человек заливается ярким светом.

Просветление проявляется по-разному. У одних оно зарождается постепенно, становясь все сильнее и сильнее, и затем исчезает. Человек совершенно перерождается – испытывает Великую радость, покой на душе, уверенность в себе. Переживание просветления никогда не бывает одинаковым у двух разных людей. Но преобладающей эмоцией у всех является чувство сильной радости – гораздо сильнее того, какое когда либо ощущалось – чувство абсолютной радости, если можно так выразится. И воспоминание об этой великой радости, отражение ее света остается навсегда в душе. Тот, кто хоть однажды испытал такое просветление, как будто обладает сокровенным и тайным источником радости, из которого утоляет жажду его душа. Это чувство радости настолько сильно, что и впоследствии даже сама мысль о нем приводит в восторженное состояние и при одном воспоминании о нем кровь течет быстрее по жилам, а сердце начинает усиленно биться. Поток знания как бы вливается в ду-

шу человека. Потому что происходит и просветление ума. Душа начинает понимать – что она обладает знанием. Человек сознает, что причина и цель всего сущего сокрыты в недрах его собственной души. После такого переживания остаются высокие умственные способности и знания, радостные воспоминания о пережитом состоянии, и человек начинает понимать что «жить стоит», и жизнь прекрасна. Такого состояния достигали великие йоги, пророки. В древности многие просветленные великие учителя сами создавали трудности в своей жизни – уходили в степь, бродили, отказывались от комфорта – терпели холод, голод, телесные боли и т. д. Таким образом, они избавлялись от «слоев марли». Это злость, агрессия, ненависть, ревность, жадность и т. д. Они становились отшельниками в поисках истины или Бога. Отказавшись от соблазнов, уходили в пустыню в поисках собственной души и смысла существования. И они получали то Божественное вдохновение, просветление, которое мы описали выше. Нам не надо искать радость. Наша повседневная жизнь полна трудностей, препятствий, соблазна, искупления. Преодолевая их, живя чисто, честно, мы можем очиститься от «слоев марли», и наша душа засияет ярким светом, тогда и придет к нам наша Великая Радость.

Сила мысли

Наши мысли определяют то, чем мы живы. Мы не всегда обращаем внимание на наши мысли. А наши мысли оказывают на нас глубокое воздействие. Они не так уж эфемерны, как нам кажется. Мысли обязательно материализуются, они воплощаются в жизнь. Любая идея, любая мысль несет собою энергию, эта психическая энергия имеет огромную фантастическую силу, я в этом убеждалась много раз. Мне рассказали историю: Одна женщина, когда ругалась с мужем, кричала, что ей надоела такая жизнь, и она хочет умереть. Даже согласна, чтобы ее зарезали хулиганы, чем жить с таким мужем. Соседи часто слышали эти крики. Через несколько лет действительно нашли ее труп, она была зарезана. Она кричала на мужа и не думала, что все это может осуществиться. Может, она хотела сделать больно мужу, говоря такие слова. Тем более во время сильного раздражения, гнева выделяется огромная энергия, и мысли несут эту энергию. Они воплощаются в жизнь. Агрессивная энергия – это наша собственная драгоценная энергия, мысль, рожденная во время агрессии, быстро материализуется. Поэтому во время гнева надо быть очень осторожным на мысли, слова. Вот почему люди гневные, постоянно раздраженные впоследствии становятся несчастными, они много теряют, бедствуют, остаются одинокими. Потому что всю свою внутрен-

нюю энергию они тратят на агрессию. На гнев, раздражения уходит много энергии. Эта энергия очень сильная. Мысль, рожденная во время этой энергии, быстро материализуется, а во время гнева человек не может думать о хорошем. Он посылает окружающим отрицательную, плохую энергию и мысли. Если окружающие люди тоже гневные, не чистые душой люди, то, получая эту плохую энергию, поражаются (это болезни, проклятия, несчастья, неприятности). А если окружающие чистые люди, с добрым намерением, то эта агрессивная энергия бумерангом возвращается к своему хозяину и поражает его. К егособственному гневу возвращается удвоенная обратная агрессия и поражает его еще сильнее. Если человек раздражался на работе, боялся потерять свое кресло – то он его и потеряет. А если он боялся потерять деньги, из-за богатства раздражался, то обнищает. Все наши мысли возвращаются нам обратно. Все, что создано вокруг нас (дома, одежда, техника) – это продукт мысли. Портной, прежде чем шить одежду, мысленно представляет фасон, моделирует, а потом осуществляет все задуманное. Одни мысли материализуются сразу, другие через годы, а третьи через десятилетия. Но все равно они воплощаются в жизнь. Учитесь ждать, потому что у каждой мыслеформы свой срок реализации.

Поэтому когда вы мечтаете о хорошем, знайте, оно воплотится в жизнь. А задумались ли вы, почему не все наши мечты сбываются? Чтобы мечта сбылась, она должна быть сильной. Только сильная мысль будет материализоваться. А

как сделать свою мысль сильной? Во-первых, для этого самому надо быть сильным в духовном плане. Во-вторых, ни в коем случае нельзя использовать свою силу во зло другим. В-третьих, освободить свое мышление от балласта неверия в свои энергетические, волевые, психические способности. Внушить себе, какие огромные возможности открываются перед нами, если уметь владеть своими мыслями, и насколько важно, чтобы использование их было направлено на благо людей. Следует воспитывать в себе силу характера, волю, честность, упорство, трудолюбие, стремление к возвышенному, любовь. Надо выработать в себе спокойствие. Ум должен быть уравновешенным. А как быть психически уравновешенным, сильным человеком? Человека можно образно представить в виде электрической батареи, которая получает положительные и отрицательные психические токи. Встретились вы с двумя незнакомыми людьми. Вы их видите в первый раз, один из них вам приятен, симпатичен. А другой чем-то не понравился. Почему? Потому, что в первом преобладают положительные токи (он не злой, мысли у него добрые, приятные), а во втором отрицательные токи (у него гордыня, надменность, есть и злые мысли, агрессия). Мы все друг друга чувствуем, видим насквозь и без слов. Надо помнить, удовлетворение злых желаний приводит к накоплению отрицательных токов. Не удовлетворяйте вредные, злые желания для вас и окружающих, сдерживайте свои порывы и страсти, умеете обуздать себя, и сила, скрытая в желаниях,

порывах, страстях, будет накапливаться в вас, в вашей психике. Вы будете совершеннее, сильнее духом. Например, в транспорте вас нечаянно толкнули и оскорбили. Вы не вытерпели этого и ответили тем же, раздражаясь, с гневом. Как вы себя чувствуете? Усталым, разбитым опустошенным. На душе тяжело, все внутри горит. Попробуйте другой вариант, вас оскорбили, но вы сдержали себя. В этом случае вы себя чувствуете сильным, и ощущаете в вашей душе торжествующее чувство. Вы убедились, что умеете сдерживать себя. Научитесь сдерживать себя и в других случаях. Не думайте, что вы боитесь оскорбившего вас человека. Нет, вы сильнее его.

Индийские йоги, которые постигли истину, пришли к выводу, что раздражительность, гнев, злословие о людях, гордость, надменность, возвышение над людьми, жажда похвалы, тщеславие, зависть, ненависть, клевета и т. д. являются тоже энергией, но отрицательной. Если в вас много таких отрицательных энергий, вы будете отталкивать от себя хороших добрых людей, притягивать к себе таких же людей с отрицательной энергией. Представьте себе, встретились два человека с гневом, раздражительные. Да они сожрут друг друга из-за простого пустяка. А сколько вокруг мы слышим об убийствах, преступлениях действительно из-за пустяка. Поэтому подальше держитесь от таких людей. Они не дают себе отчет в своих действиях. Развивайте в себе добрые мысли, и ваша психическая энергия будет расти. Запал положительных, притягательных токов будет расти, вы будете вы-

зывать уважение и симпатию. К вам будут тянуться люди. Будьте скромным, не хвалитесь, не ищите лести, похвалы. Скромность облагораживает человека, делает его очень приятательным, симпатичным. Не унижайте достоинство других. Согласно, религиозным учениям, возле нас есть наши ангелы хранители. Чем добрее, чище человек, тем больше у него ангелов хранителей. Если вы унижаете человека, то его ангелы хранители ответят вам за это, вы получите ответ через определенное время. Обидев доброго человека, вы получите ответ от его многочисленных ангелов. Ваше простое слово бумерангом возвратится вам. Поэтому прежде, чем обидеть кого-то, знайте, за ним стоят невидимые силы. Эти силы есть и у вас. Если вы будете добрее, чище, ангелов хранителей будет больше. Вы будете удачливее, счастливее. Ведь они о вас заботятся. Поэтому будьте терпимее к недостаткам других. Прощайте обиды. На обиду вы тратите большую часть своей энергии. Если вы будете подавлять все эти отрицательные желания, порывы, вы будете чувствовать себя сильнее. Раз вы совершенствуетесь, ваша душа растет, Ваши ангелы хранители будут вас оберегать от всего плохого, продвигать вас вперед, и, естественно, ваши мечты будут сбываться. Сила ваших мыслей будет расти. И вы заметите перемену в отношении к вам окружающих, вами будут интересоваться, с удовольствием будут слушать ваши беседы, восхищаться вашими способностями и знаниями, в вас будут влюбляться. У вас появится симпатичность, вы будете

отличаться от других людей. Ваш любимый никогда не бросит, если он тоже чистый душой человек. А если он злой, не добрый – он уйдет из вашей жизни по разным обстоятельствам. В вашу жизнь войдут родственные по духу люди. Вы не будете одиноки.

Подавляя свои желания, порывы, страсти вы обретете внутреннюю энергию, которая привлечет к вам желаемое благо, деньги, уважение окружающих. Чтобы ваша мысль была сильной и достигала цели, кроме вышеперечисленного, вам надо воспитать, развивать, укрепить в себе 3 мысли:

Я могу, хочу и достигну, чего хочу.

Я ничего не боюсь.

Я люблю всех людей.

Эти 3 мысли поведут вас выше и выше на пути духовного развития и жизненных успехов. Когда человек думает, то от него исходит, как лучи от солнца, поток энергии, которая и влияет на окружающих. Если мы думаем слабо, вяло, нерешительно, неуверенно, то и сила наших мыслей будет такой же ничтожной. Если мы думаем решительно, энергично, твердо, то сила наших мыслей будет могущественнее, исполнит свое назначение, достигнет цели.

Как думаете вы о других, так думают о вас и другие. Как думаете вы о себе, так думают о вас и окружающие. Поэтому обратите внимание, как вы выражаетесь. Такие слова, как «дурак, мымра, чувиха, козел и т. д.» возвращаются к вам, о вас будут думать также.

Никогда не думайте: «Я не могу» – все будут думать, что вы не можете. Думайте всегда: «Я могу, хочу и достигну, чего хочу». И вы тогда действительно сможете сделать все. Все великие люди становятся великими, потому что хотели быть таковыми, вначале они были маленькими людьми. Не забывайте, что мысли влияют на вас самих, на ваш дух и тело. Каковы мысли, таков и человек. Известны случаи, что люди, совершившие преступления, очень любят читать и смотреть фильмы о насилии. Избегайте пребывания в обществе недобрых людей, ибо их мысли наполняют воздух и вредно влияют на вас. В здании, где были преступления, тюрьмы, люди чувствуют какой-то безотчетный страх, что-то гнетущее, неприятное. Приятное ощущение мы испытываем в храмах, церкви, мечетях, в квартирах добрых, прекрасных людей.

Старайтесь вращаться в среде, близкой вам по духу и одного с вами уровня. Лучше, если уровень среды будет выше, вы будете обогащаться духовно. Но не вращайтесь в среде, более низкой духовно по сравнению с вашей. Я помню рассказ одной женщины: Ее дочка устроилась на работу массажисткой в каком-то отеле. Она приносила хорошие деньги, но ее поведение резко изменилось. Она стала броско одеваться, иногда приходила пьяной, стала раздражительной, гордой, ругалась. Мать не догадалась, чем занимается ее дочь, она стала сильно беспокоиться, что дочь так резко изменилась. А потом узнала, что дочка занималась прости-

туцией. Вращалась среди проституток и сутенеров. Мужчины ее использовали и не любили. Все это низкое окружение потянуло ее на свое дно. Она вращалась в атмосфере грязи, падения, опустошения.

Чтобы ваша сила росла, научитесь радоваться успехам других. Чем больше людей, добившихся успехов, чем счастливее другие люди, тем больше света излучают они, и этот свет достанется и вам. Свет порождает свет, богатство – богатство, успех притягивает успех, любовь привлекает любовь. Если чего-то достигает другой человек, вы можете достичь большего. Радуйтесь успехам других, и вы будете прогрессировать. Если вы завидуете, ненавидите других, то вы будете страдать от своей злобы. Ненавидя другого, вы пропускаете это чувство через себя, сами уничтожая в себе все положительные токи, вы теряете силу. Кроме того, вы получите автоматически ответный удар ненависти. Вас тоже будут ненавидеть окружающие. Таким образом, ненависть, зависть, страх превращают человека в ничтожество, уничтожая в нем все положительное, сжигая его энергию, силу. Такой человек не способен на большие и серьезные дела, он становится мелким.

Японский ученый Эмото Массари сделал такой эксперимент, он исследовал структуру воды под микроскопом, замораживал ее, затем опять смотрел под микроскопом. Перед замораживанием над водой говорились разные слова, и после замораживания менялось изображение в виде различных

форм снежинок, фигурок. На слова спасибо, любовь, добро, на молитву – вода, после замораживания давала очень красивые формы, геометрические, симметричные снежинки. А на слова – Гитлер, я тебя убью, война – изображения были непонятные, некрасивые, слитные.

Ученые пришли к выводу, что не зря из древности идут такие понятия как «Святая вода, заговор на воду, на кровь, на лимфу, сперму, слюну; очищение святой водой». В ревности люди читали молитву перед едой. Вода запоминает хорошую информацию, все это вносит в организм человека и благоприятно действует на него. А человек состоит на 90 % из воды. Значит, все эти заговоры тоже могут повлиять на него.

Ученые рекомендуют, когда пьете или едите, думайте только о хорошем, о светлом, потому что эта информация идет на строение и структуру вашего организма и несет долгое время эту мысль – информацию, и очень благоприятно действует на ваше здоровье, на деление клеток, очищение и т. д.

В психотренинге йоги, есть упражнения «Укрепление сильной доброй воли с использованием воды»: надо смотреть на стакан воды и думать, чего вы хотите добиться, каким вы хотите видеть себя. Когда вы так поступаете, из вашего мозга идет, излучаясь из глаз, мысленный поток и насыщает воду. Выпивая ее, вы воспринимаете и те качества, о которых вы думали (поэтому опасайтесь дурно думать над

тем, что едите, пьете). Религия предписывает перед приемом пищи совершить молитву, в молитве всегда добрые мысли, а, следовательно, и добрые силы.

Недавно по телевизору была передача – «Живая вода» из цикла теории невероятности. В этой передаче речь шла о воде, что она живая и несет в себе информацию. Доктор биологических наук С. Зенин рассказал об удивительном свойстве воды. Вода состоит из ячеек, которые сохраняют в себе любую информацию. Почему в последние годы увеличились наводнения, ураганы, паводки? Ученый считает, что увеличилась агрессия человечества, и природа отвечает такими природными катаклизмами.

Вода, неся в себе негативную информацию, стремится к очищению. А очищается от негатива с помощью испарения, конденсации – это жаркое лето, вода испаряется, дожди, снегопады, ледники тают – наводнения.

Итак, если вы хотите чтобы ваши мечты сбылись, то энергия ваших мыслей не должна растрачиваться попусту. Не тратьте их на конфликты. Верьте в свои силы, вера в себя выполняет любые задуманные дела. Надо помнить, что человек, задумавший совершить благое дело, не одинок. С ним рядом сам Господь Бог. Ему будут помогать и Вселенские силы, если мы верим в Бога, в Высший Разум, то эти силы никогда не оставят нас.

Опустошенность

Задумывались ли вы когда-нибудь: что такое опустошенность? Стыд? Что это за чувство? Зачем оно нам дается? Каждый человек в своей жизни впадал в это состояние и не раз. Как бы не хотел человек, он иногда ощущает это чувство. А ведь это чувство является мощным тонусом для развития личности. Слабые люди впадают в отчаяние и усугубляют свое положение. А сильная личность сделает сразу вывод и постарается не попадать в эту ситуацию. Люди по-разному относятся к сложившейся нелепой ситуации в зависимости от своего развития.

Я хотела привести несколько примеров из своей практики. Одна молодая дама рассказывала о своей ошибке, которую совершила сама, не думая о последствиях. Никак не могла понять, почему она так опустилась? Воспитанная в очень строгих условиях, у строгих родителей, она допустила такую ошибку. По ее мнению, весь мир перевернулся вверх дном. Она впала в депрессию, не могла простить себе свой поступок. В принципе ее поступок был и не такой уж плохой, но ее это потрясло. Свой урок она получила быстро, и вывод сделала соответствующий. Ей понравился молодой человек. Она всю свою жизнь ждала такой встречи, интуитивно чувствовала, что обязательно встретит свою половину. Познакомившись с этим молодым человеком, она сделала вывод, что

он «тот самый». Несколько раз они виделись то у знакомой, то на работе, разговаривали, беседовали. Ей очень понравились его взгляды на жизнь, его стремления, мечты, поступки. Он тоже с ней охотно делился своими впечатлениями, восхищался ею. Она ждала от него первый шаг, но он даже не думал об этом. И она решила быть смелее, не упустить свой шанс. Ей казалось, что кто-то руководит ею, и она начала действовать против своей морали. Она сама призналась ему в своей любви и начала от него тоже требовать взаимности. Тут все и выяснилось. Он резко оттолкнул ее, начал говорить оскорбительные слова, унизил ее, сказав: «Ты многим так объясняешься, чтобы ловить себе очередную жертву». После этого он перестал ей звонить и просил, чтобы она его не беспокоила, иначе он будет принимать меры. После случившегося с этой молодой дамой произошел чуть ли не шок. Он разговаривал с ней, как с падшей женщиной. Он даже не замечал ее чувства к нему. Можно было отказаться, не оскорбляя ее. Она впала в глубокую депрессию, мир стал черным, черно в ее глазах. Все мужчины ей показались такими черствыми, жестокими, злыми. Она почувствовала пустоту, опустошилась внутренне. Ведь все ее знакомство и ее падение произошло в течение 10 дней. И она никак не могла простить себя за такое легкомыслие.

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.