



Макс Мо

ЦЕЛОСТНОСТЬ

Делай только самое важное
из всех дел в данный момент,
это и есть миссия твоей души!

Свободные души!

18+

Макс Мо

Целостность

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=38575635

SelfPub; 2018

Аннотация

Книга Макса Мо «Целостность» мягко расширит сознание и проведёт читателя из привычного мышления к высотам его Души. Эта книга сама по себе практика и медитация, которая покажет, как устроена «внутренняя» территория человека и как освободиться от препятствий, чтобы идти по пути своего Сердца, наполняя жизнь Мудростью и Любовью. Вы узнаете, как становиться Целостным и реализовать потенциал вашей Души на эту жизнь. Вы так же узнаете, что вы всегда рядом со своей целью, просто надо научиться видеть короткий путь. Доверьтесь своему Сердцу, и если оно говорит вам «Да», то эта книга для вас! (Дизайн обложки Янины Гуншпит и Алёны Сербиной)

Содержание

Посвящается	5
Вступление	8
Целостность и двойственность	12
Коллективный ум	21
Процесс объединения частей и принятие «Как есть»	33
Конец ознакомительного фрагмента.	37

ЧУВСТВУЙТЕ!

Посвящается

Мне повезло с учителями. Никто из них никогда не сказал, что он самый правильный, и никто даже не намекнул, что их Путь самый верный. Во всяком случае, я этого не слышал.

Они пробуждены, и каждый из них благословение для меня.

Эта книга посвящается моим учителям, и в равной степени всем читателям, ищущим и уже находящимся на Пути к себе, а также всем реализованным мастерам и всему человечеству.

Любимый мой учитель Зарей. «Случайная» встреча в Индии на его ретрите стала началом нашей большой дружбы и любви. Мягкость, тепло, любовь, мудрость, льющие через Зарей, навсегда изменили моё восприятие и очень повлияли на всю мою жизнь и деятельность.

Пожалуй, только Зарей так красиво и мягко, через танец, музыку и мудрые беседы, мог привести в состояние присутствия «Здесь и Сейчас» и научить чувствовать Живую Жизнь в каждом моменте. Его наставления и советы привели меня к осознанию своей истинной природы.

У Зарей почти нет видеозаписей, поэтому большой подарок, если вы повстречаете его на своём жизненном Пути.

Благодарю Марка Пальчика – Доктора физико-математических наук и Доктора психологических наук. Хотя мы не были близко знакомы, но его знания, опыт и умения стали основой для моего понимания человеческой психики, подсознания и энергетики. Его система «Бизнес как духовный Путь» стала огромным прорывом в бизнесе и одновременно стартом для дальнейшего исследования человеческой природы и духовного мира.

Благодарю Бодхи Аруна. Мастер и учитель, которому я какое-то время помогал и имел счастье у него обучаться. Каким-то чудом за очень короткое время я научился многим практикам и именно у него на ретрите «Кайдзен» пережил одно из первых продолжительных состояний самадхи.

Бодхи Арун – выдающийся учитель нашего времени.

Огромная благодарность Геше Майклу Роучу за его учение и огромный вклад в развитие человечества. Майкл Роуч – один из величайших учителей. И хотя мы не были близко знакомы, то влияние, которое он оказал на мои духовные и моральные качества, невозможно оценить. Встреча с ним – это подарок Ангелов!

Учение Майкла Роуча о кармических семенах гармонично легло в систему знаний, которые будут изложены в этой книге и которыми мы с женой Ириной делимся на наших трансформационных ретритах и семинарах.

Какой-то милостью небес моими учителями оказались доктор психологических наук, мастер дзен, человек-празд-

ник, суфий и буддийский лама, заработавший 250 миллионов на алмазах.

Гремучая смесь их учений взорвала то, что я когда-то считал собой и своей личностью!

Я так же благодарю школьных учителей. Простите, что не мог относиться к вам с уважением из-за своего невежества...

Благодарю моих учителей, которые выступали в роли моих родителей, сына Ивана, первой жены Ольги и брата Андрея. Я благодарен моей жене Ирине, которая стала лучшим другом, спутником и партнёром. Мы вместе ведём удивительные трансформационные программы.

Все мои близкие и друзья – настоящие Будды, которые продолжают учить меня мудрости, бескорыстной любви и вести меня к целостности.

А также благодарю моего вдохновителя и автора бестселлеров Ирину Рай за вдохновение и помощь в написании этой книги.

Благодарю вас всех!

Посвящаю эту книгу Тебе!

Пусть твоя воля ведёт тебя по пути твоего Сердца, а твоя жизнь будет наполнена Мудростью и Любовью!

Вступление

Никто нас не учил жить, не учил быть настоящими, живыми и естественными... Но, оказывается, быть собой в миллион раз интереснее и легче, чем быть как все.

В детстве я чувствовал себя стеснительным и зажатым ребёнком. Учиться в школе мне не очень нравилось, я всячески отлынивал от уроков и уже во втором классе прогулял целую неделю занятий. Возможно, родители об этом так и не узнали бы, но в последний день перед каникулами я объявил им, что каникулы уже начались и уехал кататься на санках к дедушке с бабушкой. Теперь представьте удивление моей мамы, когда она, идя в тот день утром на работу, встретила моего друга, который шёл в школу.

Всё раскрылось, мне здорово тогда досталось, и аж до пятого класса у меня и в мыслях не было прогуливать уроки и обманывать родителей.

Несмотря на стеснительность, я рос самостоятельным ребёнком. Родители с первых классов спокойно разрешали мне добираться на метро и на трамваях в другой конец трёхмиллионного города. Не помню точно, но уже примерно в пятом-шестом классах я сам ловил такси и возвращался от бабушки домой за сэкономленные три рубля.

К деньгам у меня с детства было странное отношение, хотя их никогда не было в избытке, я всегда знал, что они есть.

Но вот что интересно – я с самого детства чувствовал «божественное присутствие». Особенно это проявлялось в стрессовых ситуациях: у меня был какой-то внутренний голос или скорее даже ощущение, что всё происходит к лучшему.

Несмотря на то, что в советские времена у родителей не было достаточного времени для нас с братом, во всех непонятных и пугающих ситуациях я неизменно чувствовал присутствие чего-то высшего и всегда знал, что всё будет в порядке.

После школы я увлёкся семейным бизнесом, уделял ему много времени, учась параллельно в институте. Шесть лет учёбы прошли с одной целью – не пойти в армию. Мой брат служил в Афганистане, и мама всегда сожалела, что не нашла возможность оградить его от этого, она не хотела чувствовать вину ещё и из-за меня.

В общем, эти шесть лет в институте превратились в шесть лет пьянок и гулянок с перерывами на бизнес, экзаменационные сессии и сон до полудня.

Хотя в детстве я был тонким, чистым и чувствительным ребёнком, жизнь закрутила меня так, что я очнулся, только когда мне исполнилось тридцать лет. К этому времени я уже пять лет управлял семейным бизнесом, став в двадцать четыре года директором фирмы, был женат на прекрасной женщине, при этом весил сто пять килограммов, курил две пачки сигарет в день и изрядно выпивал. Очнулся, когда ста-

ло «плохо»: бизнес трещал, появились долги. Я почувствовал, что что-то идёт не так, но, находясь под глубоким гипнозом неприятностей, с трудом осознавал, что же происходит. Несмотря на то, что моя жизнь была очень насыщенной, я понял, что по-настоящему ещё и не жил!

И вот сейчас, спустя десять с лишним лет, я пишу эти строки. Во мне всё тот же чистый источник и бесконечное доверие к происходящему, но теперь уже с опытом обычной человеческой жизни, с подъёмами и падениями, предательствами и крепкой дружбой, сбывшимися мечтами и разбитыми надеждами.

Когда я потерял всё, что раньше думал и знал о себе, когда пережил опыт единства со всем сущим, когда отпали все вопросы, тогда стало ясно, что всё было не зря. Оказалось, что взлёты и падения, потери, катастрофы, конфликты, расставания, встречи и рождение новых качеств – очень крутой опыт. Я другого опыта не желаю! В жизни нет ничего лишнего. Всё имеет ценность, даже то, что сначала кажется проклятием, с опытом становится благословением.

Уяснив эти простые истины, я хочу поделиться с вами, друзья, мудростью учителей и опытом моего Пути к целостности и реализации. Надеюсь, эта книга поможет вам освободиться от некоторых иллюзий материального мира, раскроет ваш безграничный потенциал и укажет путь, как через осознание целостности можно достичь изобилия, просветления и божественного присутствия.

В этот раз обойдемся без религий и догм.

Целостность и двойственность

Иисус сказал им: «Если вы двое станете одним, и если вы превратите внутреннее во внешнее, а внешнее во внутреннее, сделав верх низом, если мужское и женское станет одним, если мужское перестанет быть мужским, а женское женским, если вы будете смотреть на мир одними глазами и оставлять на земле одни следы, то тогда вы попадете в царство Божие».

Евангелие от Фомы, лог. 22

Вначале было слово...

Вы тоже так думаете?

Для человеческого ума однозначный ответ: «Да!» – сначала было слово! С помощью слов и языка сформировались ум и интеллект такими, какими они есть сейчас. Если отождествлять себя с умом, тогда иначе быть не может – мысли появились после того, как появились слова и начал развиваться язык. Появление слова положило начало ментальному миру, в котором и сейчас живёт человечество.

Но читая, изучая дальше эту книгу, вы увидите, что слова являются лишь крошечной частью не только Вселенной, но и человеческого существа. *Вселенной не нужны слова, чтобы солнце светило, дул ветер или росло дерево. Жизнь бесконечно больше мира слов и образов.* Поэтому в целом

утверждение, что вначале было слово, не соответствует истине.

И «да», и «нет»! Как такое может быть?

Для левого полушария человеческого мозга, которое отвечает за логику, – это абсурд и парадокс. В то же время для правого полушария, отвечающего за творчество и абстракцию, границ между ними нет.

В прошлом у большинства людей доминировало левое полушарие, т. е. человечество больше использовало именно его, но тенденции показывают, что правое полушарие стремительно догоняет левое. Поэтому людям будет всё легче и легче осознать, что границ вообще не существует.

С древних времён люди знали, что в основе всех процессов во Вселенной лежит взаимодействие между двумя началами – Инь и Ян.

Инь и Ян представляют собой женский и мужской аспекты единой действительности.



Творение – это процесс деления. Живая единая действительность расширяется и развивается посредством постоянно усложняющейся разделённости на Инь и Ян.

Целое делится на Инь и Ян, и затем каждая разде-

лѐнная часть, имея свойства целого, ещё делится на Инь и Ян. Затем все эти разделѐнные части, которых уже четыре, имея свойства целого, опять делятся на Инь и Ян и так далее до бесконечности во всех измерениях, которых гораздо больше, чем три. Процесс творения бесконечен, поэтому материальная Вселенная постоянно расширяется, она растѐт изнутри. Человеческому уму, в силу своей ограниченности, тяжело это принять, тем более что ум способен с помощью воображения и органов чувств воспринимать только трёх-четырёхмерное пространство. Но Вселенная многомерна и процесс творения – постоянного деления на Инь и Ян – происходит во всех измерениях непрерывно.

Наряду с процессом деления-творения происходит и процесс интеграции частей в целое. Это означает, что Инь и Ян теряют разделѐнность, и между ними исчезает граница. Объединение Инь и Ян – это простой пример, но он наглядно показывает, как объединяются от мала до велика все части сознания и энергии. Точно также как «+» и «—» из розетки превращается в свет, объединение больших частей сознания ведѐт к просветлению.

Процессы творения и интеграции постоянно происходят во всех уголках Вселенной и нашей повседневной жизни. Это касается всего: ощущений, эмоций и мыслей, событий в политике, в природе и космосе, на видимом и не видимом

уровнях бытия.

Поэтому, если вы разовьёте способность интегрировать (объединять) части своего сознания, то для вас откроется доступ к Вселенскому Разуму, Истине и способности Творения. И это не обязательно должно выливаться во влияние на глобальные процессы в политике или сознании человечества, а в первую очередь – влиять на ваше счастье и мир вокруг вас.

Целостность – это отсутствие границ между частями. Независимо от того, на каком уровне сознания происходит процесс интеграции, – это всегда исчезновение границ. Для эффективной работы с собственным сознанием важно осознавать его строение и иерархию. *Чем более целостным будет становиться ваше сознание, тем больше вы будете удивляться своим способностям.*

В психике человека крайняя степень разделённости проявляется в полном невежестве, неосознанности, потерянности и в разделении с «Богом». «Бог», в данном случае, подразумевается как аналог понятий Вселенная, Сущее, Целое, Абсолют, Вселенский Разум, Единая Реальность, Истина, Бесконечность.

Крайнюю степень человеческой целостности являет собой существо с пробуждённым сознанием в состоянии просветления – самадхи. Но ни одно существо, даже в самых тонких измерениях, не является абсолютно целостным. Абсолютно целостным есть Абсолют, но

каждая частичка несёт в себе его свойства.

В любом случае, интегрируя части себя, вы всё больше и больше будете осознавать свою истинную природу и приближаться к сознанию Абсолюта. Притом при каждой интеграции частей, сознание переходит на качественно новый уровень бытия.

Закономерности в процессах творения и интеграции описывает закон перехода количества в качество.

В психике человека так же, как и в других замкнутых системах, «сначала» идёт процесс разделения частей, вследствие чего человек всё больше отделяется от «Бога» – это время разбрасывать камни. Но когда количество частей достигает критического объёма, система становится неустойчивой, возникает неопределённость, а затем начинается интеграция частей и переход количества в новое качество – это время собирать камни.

Если процесс перехода количества в новое качество происходит спонтанно, то он зачастую проживается психикой человека как личностный или духовный кризис. Но если вы практикуете, то для вас этот переход будет менее болезненным или, возможно, даже целенаправленным.

Состояние неопределённости, которое возникает при количественно-качественных трансформациях, крайне дискомфортно для контролирующего левого полушария. В результате чего может возникнуть конфликт между частью, которая хочет изменений, и той, которая боится неопределён-

ности. Поэтому развитое правое полушарие будет помогать процессу интеграции.

Например, в вашем окружении есть неприятный человек, который вас раздражает. А в результате интеграции частей психики он перестаёт восприниматься как неприятный, не вызывает раздражения и, возможно, даже становится вашим хорошим другом.

Целостная энергия в Даосизме называется Ци – это абсолютный потенциал, не имеющий формы. Она высвобождается в результате объединения частей.

Расщепление Ци на Инь и Ян создаёт мир форм. Формы существуют только вследствие единства и борьбы этих противоположностей.

Если вы глубоко проникнете в суть объединения внутренних частей и освоите эту внутреннюю алхимию, то увидите, как легко решаются многие вопросы, и какой огромный потенциал скрыт внутри. Ваша ложная личность начнёт растворяться, и истинная божественная суть будет творить вашими руками, говорить вашими устами и смотреть вашими глазами.

Состояние целостности и разделённости существуют одновременно. Как Ци существует одновременно с Инь и Ян, так же в квантовой физике частица и волна – две стороны одной реальности.

Когда мышление в левом и правом полушариях становится единым, открываются двери в целостное мышле-

ние. Путь в разделённость и путь к целому – две стороны одной медали. Одного нет без другого. Глубоко осознав это, вы будете готовы стереть все границы...

В некоторых традициях востока мастера, достигшие высокого уровня пробуждённости, настолько цельны, что ищут «проблемы на свою голову», чтобы ещё больше найти тёмные части и объединиться с ними.

Многие хотят сразу оказаться на вершине осознанности, минуя обычную жизнь и низкие вибрации. Не торопитесь! Проживите всё, ради чего вы пришли в эту жизнь. Если вы уйдёте в ретрит на три года, это не значит, что будете более просветлённым, чем если останетесь жить в социуме и будете по ступенькам подниматься к пробуждению.

Далее вы узнаете, как не проскакивать уровни, а наполняться опытом во всех сферах жизни. Становитесь цельным во всём, что делаете!

Практикуйте целостность!

На пути к целостности – ошибок не существует. Ты проживёшь невероятную жизнь. В ней каждый миг, каждое действие ведёт тебя к сознанию Творца.

• В Книге автор пишет «МЫ», когда описывает общечеловеческое восприятие. Обращается к тебе на «ВЫ», когда обращается к твоим частям и ведёт тебя из двойственности в ЦЕЛОЕ. И обращается к твоему истинному «Я» на «Ты», направляя твоё внимание из Целого в

разделённое.

- Слова «Я» и «Ты» в Книге абсолютно **ТОЖДЕСТВЕННЫ**.

- Слова, которые взяты в «кавычки», означают обычную оценку ума, но по Книге оценкой не являются. В Книге ничего не оценивается и не делаются сравнения.

- В то, что написано в Книге, не стоит верить, потому что вера ограничит глубину вашего восприятия – **ЧУВСТВУЙТЕ!**

- Автор не считает написанное своим личным мнением, поэтому рекомендации, данные в Книге, не являются его личными рекомендациями.

- Если вы на каком-то этапе Книги потеряете интерес или перестанете понимать информацию, попробуйте перечитать её ещё раз через некоторое время.

Коллективный ум

Позитивная философия, фактически одна из самых «дерьмовых философий».

ОШО

Всё меняется! Отпусти ты то, что думаешь о себе. Ты вообще себя не знаешь...

Человеческий ум – это превосходный инструмент. А коллективный ум вообще мегакомпьютер. Вы на своём опыте можете видеть, что на данный момент человеческое сознание в большей мере находится в уме.

Люди все свои вопросы и проблемы в основном пытаются решать в уме. Вы постоянно находитесь в потоке мыслей и образов. Но решать все жизненные вопросы в уме – малоэффективный способ, он создаёт больше вопросов, чем даёт ответов. Чем больше человек познаёт, тем больше площадь соприкосновения с непознанным.

Человек разумный (*Homo sapiens*) пока здорово преуспел в развитии ума, но развить настоящую разумность человечеству ещё предстоит. Ум очень ограничен в сравнении с разумом.

Разум многомерен и для него материальный мир весь как на ладони. Разум – это «инструмент» Души. Чтобы пользоваться этой многомерной разумностью, необ-

ходимо сделать ум целостным и использовать его так, чтобы он не мешал.

Человеческий ум – это превосходный компьютер, который используется всего на пять процентов. Когда люди разберутся, как он работает, тогда смогут высвободить огромный потенциал ума и смогут эффективно его использовать.

Во Вселенной для развития используется пара дуальностей – Инь и Ян. И в развитии индивидуального и коллективного ума происходит то же самое.

Если вы хоть слегка знакомы с программированием, то наверняка знаете, что в основе всех чудесных программ, сетевых приложений и социальных сетей лежит тоже пара дуальностей – сигнал присутствия и отсутствия (1/0).

Все программы в основе состоят из единиц и ноликов, это те же Инь и Ян. Присутствие сигнала – Ян, отсутствие – Инь.

Вы уже живёте в соцсетях, и этот мир выглядит реальным, но в их основе лежат простые Инь и Ян.

Понимая, как работает компьютер, вы сможете понять и то, как работает ваш ум и как формируется ментальный мир. Ментальный мир – это пространство ума, которое наполняется формами с помощью программ находящихся в самом же уме. Этот захватывающий воображение мир – в своей сути бесконечное пространство творчества. В нём всё со всем может соединяться и разъединяться. И вы можете это делать!

Ментальные формы, существующие в виде образов и мыс-

лей, сформированы с помощью языка программирования.

Да! Компьютеры программируются человеческим умом по своему образу и подобию. Значит, ум запрограммирован, как компьютер.

Творение создано по образу и подобию творца для многократного увеличения своих возможностей.

Наблюдая за своими творениями, вы можете разобраться в своей природе.

Итак, спустя некоторое время после выхода этой книги, фактической средой обитания людей будет пока оставаться ум, поэтому полезно хорошенько разобраться, как устроено мышление.

Разобравшись, как устроено мышление и как преодолевать его ограничения, вы очень удивитесь, на что вы на самом деле способны.

Ум – это компьютер, а мысли – поток информации. Мысли появляются в результате работы программ, заложенных в уме.

Ты – это не твои мысли! Поначалу это может показаться странным, но ты – это не твои мысли. Мысли только результат заложенных в тебя программ. В большинстве случаев ты не осознаёшь, как эти программы работают и как попали в твой ум. Это так же, как компьютер не осознаёт, что он компьютер.

Представь, что ты только родился. Просто представь. Это легко.

Что у тебя в голове?

Это очень хороший способ понять.

Представь и посмотри, что было у тебя в голове, когда ты только родился.

Ничего! Пусто! Ни единой мысли!

Ручки и ножки не слушаются!

Ты – чистое восприятие Абсолюта!

В голове тишина!

Но ты уже был!

Ты Есть, хотя в голове ни единой мысли!

Из этой тишины младенца ты даже можешь почувствовать, что ты Есть даже до того, как родился.

Ты существуешь в другом качестве до своего рождения.

И сейчас ты существуешь в этом качестве. Это никуда не делось. Ты что-то гораздо более тонкое, чем ум, с которым ты отождествляешься.

Как у тебя в голове сформировались первые мысли?

Их не было. Чистое пространство. Рядом какое-то тёплое существо... и вдруг ты что-то слышишь. Это – разговор. Спустя некоторое время твой внутренний компьютер начнёт различать слова. Твой компьютер запомнит, что это существо – Мама. А другое существо с крепкими руками и грубым голосом – Папа.

А ещё твой компьютер постоянно слышал слово, которое эти существа использовали, обращаясь к тебе. Потом он запомнит твоё имя. Затем твой ум-компьютер услышит ещё

тысячи разных слов. Их значение компьютеры мамы и папы будут передавать в твой компьютер.

И независимо от того, на каком языке передаётся информация: английском, русском, языке тела, языке жестов или любом другом, всё добросовестно будет «записано».

Твои мысли пока ещё просты: играть, кушать, пи-пи... и так далее.

Твой компьютер использует память о себе для того, чтобы формировать личность. По мере формирования личности и памяти о себе, ум разделяется на «Я» и «не Я». До какого-то момента ум был целый, а теперь уже нет. Из разделённости на «Я» и «не Я», появляется много других разделённостей: хорошо-плохо, правильно-неправильно, добро-зло и тому подобное. В коллективном уме много идей на этот счёт.

Для того чтобы твой ум-компьютер стал самостоятельным, туда устанавливаются программы обработки разделённостей: сравнивать, противостоять, оценивать, привязываться и так далее.

Когда в компьютере есть дуальности и программы обработки этих дуальностей, быть самостоятельным от мамы, папы и других становится гораздо проще.

Человеческий ум прекрасный искусственный интеллект. Искусственный интеллект, который люди хотят создать – это их собственный ум.

Было чистое пространство, но твой ум каждое мгновение запоминает, как ты реагируешь, как действуешь, что тебе

нравится, каким ты нравишься родителям, какие у тебя эмоции в разных ситуациях. Там, где ты повторяешься, – запоминает какой ты. Теперь уже более сложные программы в виде оценок, убеждений, верований и обещаний формируют твоё восприятие реальности.

Твой компьютер уже помнит, какой ты, какой мир и другие люди, и может сравнивать себя с другими.

Ты теперь способен примыкать к группам в зависимости от интересов, целей и верований. Дружить, симпатизировать, конкурировать, соревноваться, воевать и захватывать...

Ум-компьютер не способен принимать реальность «Как есть», потому что восприятие реальности обусловлено программами ума. Мы запрограммированы программами, которые тысячи лет развивались в коллективном уме. Часть программ конструктивная, часть – деструктивная. Какими бы они не были, при отождествлении с ними вы смотрите кино в своём уме и не в состоянии проснуться.

По подобному сценарию формировался и коллективный ум. Вы делите всё на хорошо и плохо. Верите, что для счастья вам необходимо много чего достичь и приобрести, вам надо купить машину, квартиру, создать семью и вырастить ребёнка.

Вы делаете так, ведь все так делают, и незаметно исчезает то детское состояние счастья, для достижения которого ни-

чего не надо было делать.

Зарей говорит: «Нам надо учиться у детей быть счастливыми. Дети счастливы просто так. Люди долго учатся быть несчастными – в школе, институте, подражая друг другу, тем самым отдаляясь от своей истинной природы».

Потом твой компьютер учится планировать и выстраивать стратегии. Ведь так проще. Проще жить в иллюзии, что всё под контролем и всё понятно. Хотя ничто не под контролем! Ум не может контролировать жизнь!

Жизнь случается ещё до того, как этот ум-компьютер начал существовать. Дыхание само происходит, сердце бьётся. Жизнь обо всём «позаботилась», задолго до того, как ум стал обо всём беспокоиться.

Многие так и живут всю жизнь, глядя в монитор своего ума, пока он в какой-то момент не перестанет существовать. Компьютер и не поймёт, что его больше нет – просто отключилось питание. Он жил в иллюзии и страхе потерять себя, а когда теряет, то исчезает, не понимая этого.

И ты, в надежде прожить по-настоящему наполненную жизнь, рождаешься вновь...

Кто ты? Как вернуться к целому? Как разотождествиться с личностью и начать жить по-настоящему?

Для началапусти в свой ум осознание того, что ты не разделён с миром. Ты единое целое с ним. Никогда не было границ между тобой и миром. Вся эта разделённость всего лишь кино в твоём уме. Ты всегда одно с ду-

хом и духовным миром. Ты одно с Отцом и Матерью.

Хотя в этом опыте разделённости нет ничего негативного. Переход из духа в материю и обратно – естественный процесс.

Ты тысячи лет слышал, что путь к Богу правильный и что рождён ты в грехе. Но это не так. Делить на лучше и хуже – приобретённая программа ума. Путь к целому (Богу) не лучше пути в разделённость (от Бога). Без пути вниз нет пути вверх.

Коллективный ум, так же как и вы, развивается с чистого пространства на протяжении уже многих тысяч лет.

Все коллективные программы в виде правил, законов, норм, стереотипов, догм – всё это не что иное, как временная форма, застывшая мысль. Все эти правила и законы временная иллюзия, не отражающая истинную суть.

Истинная суть человечества гораздо глубже и интереснее банальных правил и стереотипов.

Человечество и вся природа целостны по своей сути и самоорганизуются по законам природы. Человечество только сейчас начинает взрослеть. Только-только заканчивается период юношества.

Посмотрите на детей и сравните с формированием человеческой цивилизации.

Сначала всё было одно, затем младенчество и формирование языка коммуникаций от примитивного до очень раз-

витого. Детство – эмоциональный уровень и формирование границ между особями. Начало осмысления и деление всего на хорошо-плохо, добро-зло. Деление ощущений на комфортные и дискомфортные, эмоций – на позитивные и негативные.

Подростковый возраст – формирование системного мышления, религий, законов, этических норм, формирование государственности, стремительное развитие интеллекта и технологий.

Похоже?

Следующие сто лет человечество кардинально изменит мировосприятие.

Это квантовый скачок перехода к зрелости с глобальной трансформацией ценностей.

Переход к зрелости принесёт освобождение от стереотипов, догм, многих законов, норм, правил, религий и освободит сознание.

Будьте внимательны, читая эти строки!

Это может казаться банальным и понятным, но, даже осознавая это, вы всё равно можете продолжать думать, что ум – это Ты. Потому что пока ты отождествляешься с умом, ты не знаешь ничего, кроме того, чем заполнен твой «компьютер». Твой ум присвоил себе объекты: маму, папу, игрушки, а во взрослом возрасте – машины, бизнес, квартиры, работу, планы, мечты, детей, жену и так далее.

Ложное Эго при этом стало таким огромным, что его уже

не просто отпустить. Используйте современные и эффективные способы освобождения от Эго, снимая программы слой за слоем, как листы с луковицы.

Мир сейчас меняется изнутри. Многие изменения на поверхности не сразу видны. Изнутри идут процессы, которые делают бессмысленными старые бюрократические системы. Системы будут создавать сопротивления переменам. И даже вы можете оказаться частью этого сопротивления. Инерция есть, но этот процесс не остановить. Человечество выросло!

До сих пор люди жили в ментальной среде и чувствовали себя там, как рыба в воде. Но теперь среда обитания изменяется.

Будешь ли ты чувствовать себя, как рыба в воде, в новой среде ещё в этой жизни?

Это зависит от того, сможешь ли ты разотождествиться с умом (своим компьютером) и удалить старые программы.

Это зависит от того, сможешь ли ты освободиться от всех этих догм, правил, норм и веры в то, что всё делится на «негатив» и «позитив» и от того, что мир делится на «Я» и «не Я». Как только это произойдёт, ты обнаружишь себя в новой среде обитания – событийной.

Скорости событийного измерения в десятки раз быстрее ментального. Тебе придётся использовать тот же ум, но намного эффективнее тех пяти процентов, на которые он сей-

час работает.

Что должно измениться, чтобы с тем же самым компьютером войти в новую реальность?

Для того чтобы скорость восприятия выросла в десятки раз, надо очистить, отформатировать и поставить новую операционную систему, которая будет простой, целостной и не будет тормозить.

Это значит, что ты перестанешь верить в воображаемый мир ментальных форм и отождествляться с ними. *Однажды ты перестанешь делить на «Я» и «не Я», плохо-хорошо, сравнивать, оценивать, сопротивляться, привязываться, ожидать и, как следствие, освободишься от ненависти, обиды, вины, недовольства, раздражения, депрессии и прочего, не вытесняя их, а проживая и вырастая из них.*

Самое интересное: для того, что ранее требовалось практиковать множество жизней, становится доступным почти каждому – жить в состоянии присутствия **Здесь и Сейчас**.

Это не идеализация, так уже происходит. Истина, знания и единая действительность сейчас открываются многим, хотя ранее передавались в основном по линиям передач от учителей к ученикам.

Ваша Душа хочет свободы и жить на полную!

Перестаньте верить в то, что ум – это Ты и что программы и мысли – это тоже Ты. Освободитесь от оценок, сравнений, сопротивления, привязанностей,

ожиданий, очарований! Освобождайтесь от убеждений, верований и других программ. Если тотально будете это делать, то обнаружите себя живущими в единой действительности, не убегая для этого в Гималаи.

Для ума освобождение от ограничений – это как выход в открытый космос. Чтобы не потеряться и сориентироваться в безграничном пространстве, читайте дальше. Для твоего компьютера там будут ориентиры.

Что вам поможет:

- *Не ставьте уму задачи, которые он не в состоянии выполнить!*

Ум не в состоянии постоянно всё контролировать и не может гарантировать будущее. Если вы будете продолжать ставить ему задачу беспокоиться о будущем, то он, как исправный компьютер, будет пытаться её выполнить, но не сможет и будет перегружаться и закликиваться.

- *Идите навстречу своей тени!*

Попытки убежать от своих частей ничего не дадут. Тысячи лет люди бегают от своих теней. Это трагикомическая картина постоянного бегства от демонов в своём воображении. Пора встретиться и объединить части. Постоянно объединяйтесь с теньвыми частями, пока не наступит полная ясность!

Процесс объединения частей и принятие «Как есть»

Когда мы говорим, что человек исцелился, подразумеваем, что он стал цельным, совершенным. Лечение (путь к исцелению) есть приближение к состоянию здорового человека, к цельности его сознания, которое называется просветлением. Лечение состоит в присоединении того, чего человеку не хватает, оно невозможно без расширения сознания.

Рудигер Дальке, Торвальд Детлефсен «От болезни тела к исцелению Души»

Перестань стремиться к балансу! Да, именно так! То, что тысячелетиями считалось целью практик, уводит тебя от целостности. **Баланс и целостность** так же отличаются друг от друга, как состояние **уравновешенности** от **умиротворения**.

В **балансе** и **уравновешенности** всегда есть глубинное напряжение. В них всегда часть энергии направляется на поддержание баланса и сохранение границы.

Вы можете сами почувствовать, что **умиротворение** и **целостность** качественно другое состояние. В отличие от баланса, в них нет внутренних границ, и энергия течёт легко и беспрепятственно. В **умиротворении** ты находишься

в глубоком покое.

У-Мир-о-Творение – ты наблюдаешь, как мир творится у тебя на глазах.

Но полностью отказываться от умения создавать баланс не стоит, это талант, он пригодится тебе для творчества.

Обретение целостности и безграничности – это новый ценный навык. И он никогда не устареет, потому что Вселенная бесконечна и у тебя нет пределов для роста!

Любой глубинный процесс исцеления – это объединение обособленных частей сознания и энергии в одно. Когда я говорю об исцелении, то речь идёт далеко не только о физическом здоровье, хотя и о здоровье, конечно, тоже. Когда я говорю об исцелении, то имею в виду все уровни сознания: эмоциональный, личностный, событийный, ценностный, а также уровни Души и Духа.

Процесс объединения частей требует твоего внимания и опыта, он сродни ядерному синтезу. Сознание переходит в новое качество, при котором высвобождается огромный энергетический потенциал.

Необходимым условием для эффективной трансформации и соединения частей внутреннего пространства является естественная способность живых существ принимать происходящее «Как есть».

Способность принимать «Как есть» лежит за границами Эго, которое оценивает, сравнивает, привязывается и отвер-

гает реальность такой, какова она есть.

Принять «Как есть» означает позволить чему-то или кому-то быть таким, как они есть.

А это значит «**9 Не**»:

- не сопротивляться (не бороться);
- не избегать;
- не терпеть;
- не подавлять;
- не сравнивать (не оценивать);
- не игнорировать;
- не обесценивать;
- не изменять;
- не удерживать.

Если вы из практик НЛП знаете, что нельзя использовать частицу «Не», то это не тот случай. Здесь, чтобы вам не говорили, именно так её и нужно применять.

Ум с помощью этих девяти «Не» сможет отпустить контроль и границы.

В процессе самостоятельного соединения своих внутренних частей принятие «Как есть» и «9 Не» являются одним из ключевых условий и навыков.

Принять «Как есть» подразумевает внимательность и осознанность в отношении объекта принятия. Это могут быть ситуации, события или ментальные позиции других людей. Если вы не можете что-то из вышеперечисленного принять «Как есть», тогда вам следует принять «Как есть» своё

неприятие этого – дискомфорт, эмоции и мысли. Например, если ситуация вас пугает, примите «Как есть» свой страх, и он быстро начнёт исчезать.

Важно начать практиковаться принимать «Как есть», тогда эта способность начнёт развиваться.

Травмирующий опыт в прошлом, который обуславливает поведение в настоящем, а также многие родовые кармические программы являются следствием неприятия «Как есть» событий прошлого. Другими словами то, что вы не смогли принять «Как есть» в детстве или во взрослом возрасте, – причина ваших проблем. Соответственно события, принятые «Как есть» в настоящем, не будут повторяться в будущем.

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.