



МАРИНА ЛЯХОВА

#НАЛЕГКЕ

КАК ПОДРУЖИТЬСЯ С СОБОЙ И С ЖИЗНЬЮ

Марина Ляхова
#НАЛЕГКЕ. Как подружиться
с собой и с жизнью

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=51689400
ISBN 9785449844026

Аннотация

Если после долгих усилий облегчить свою жизнь проблемы не торопятся вас покидать, а поводов для переживаний не становится меньше – значит, вы все еще позволяете историям в вашей голове рулить вашей жизнью. Как долго еще вы готовы с этим мириться? Без них любые ограничители станут выглядеть нелепо. А жизнь станет совсем не тем, что вы о ней думали до этого. Эта книга о том, как расстаться с ними просто – без копания в себе и прошлом, использования позитивного мышления или эзотерики.

Содержание

Кому стоит это прочитать	5
Честно о книге	8
Предисловие. Почему появилась эта книга	12
Часть первая	15
Глава 1. Кто же Я?	15
Глава 2. Выход из лабиринта	24
Глава 3. Игры с реальностью	35
Глава 4. Приплыли...	45
Глава 5. И чё?	59
Конец ознакомительного фрагмента.	66

#НАЛЕГКЕ

Как подружиться с собой и с жизнью

Марина Ляхова

Посвящается внуку Денису,

*за независимость мышления и стойкость жить
по своим правилам.*

*Искренняя благодарность школе
#FreePublicitySchool, обучение в которой сделало
возможным появление этой книги.*

*За профессионализм, компетентность,
вдохновение и влюбленность в свое дело.*

Дизайнер обложки Fruttoleto

© Марина Ляхова, 2020

© Fruttoleto, дизайн обложки, 2020

ISBN 978-5-4498-4402-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Кому стоит это прочитать

Вы часто чувствуете себя «не в своей тарелке»?

Вам бесконечно скучны условия и представления внешнего мира?

Вы устали от бесплодных попыток приспособиться к нему?

Вы много раз задавались вопросом, почему в жизни все так тяжело, грубо и сложно?

И любые достижения и полученные результаты дают только временное облегчение?

Вы часто думаете, что с вами что-то не так?

Вы занимались духовным и личностным ростом, изучали эзотерику, но они не сделали вашу жизнь проще и понятнее?

Как долго еще вы готовы с этим мириться?

Вы точно знаете глубоко внутри себя, что есть что-то намного большее. Что может сделать все в вашей жизни простым, ясным и легким.

Остановитесь!

Очнитесь от влияния гипноза под названием «реальная жизнь».

И отпустите себя, наконец, на свободу...

Если вы открыли эту книгу, вы попали туда, куда держали путь. Вы наконец-то поймете, что с вами все в порядке. И привычная сложность внешнего мира – не для вас. Вам больше не надо к нему приспособливаться. Вы сможете построить мост между вашим внутренним и внешним миром, по которому энергия будет легко скользить туда и обратно.

В этой книге не будет ни сладкоголосой духовности, ни гуру, ни правил поведения или думания, ни шагания шагов для достижения счастья. Не будет единой истины или авторитетных мнений. Я передала в ней то, что позволило мне найти свою свободу в этой жизни, и постаралась сделать это подробно, смешно и не занудно.

Как стало смешно мне, когда я увидела, на что покупалась раньше.

И если вы воспользуетесь рекомендациями из этой книги для освобождения себя от прошлых трафаретов мышления, ваше дальнейшее путешествие по жизни придет в полное соответствие с вашими внутренними чаяниями. Вы сможете реализовать свою свободу в повседневной жизни, не изменяя ничего, кроме представления о себе.

Это – возможно для каждого, что подтверждено мной и моими читателями.

Простые и понятные способы для этого вы найдете в самом повествовании. Как и целый ряд отдельных рецептов, приведенных в книге по принципу «шведского стола» – можно брать любой, применять прямо сейчас и видеть результат. А потом приходиться за следующим.

Такие же люди, как вы, только прочитавшие книгу чуть раньше,

– навсегда избавились от комплекса своей не – драгоценности,

– распрощались с проблемой выбора, а заодно со всеми остальными,

– закончили поиски «я-смог-и-ты-сможешь-экспертов»,

– научились исполнять свои желания без магических практик и позитивного мышления,

– научились позволять лучшее из возможного – вместо предсказуемого и запланированного,

– узнали, как появляется «всё из ничего».

И просто получили удовольствие от совпадения энергий, а также простоты, легкости и юмора изложения.

Честно о книге

Очень хочется иметь эту книгу под рукой, чтобы, когда заиграешься, в нее заглянуть.

(Алла Илюшечкина, Россия)

Книга для тех, кто ищет ориентиры в «эпоху перемен». И кому надоело.

Испытав на себе уйму тренингов и книг, наигравшись в ученика и учителя, могу сказать:

– Это самая легкая, понятная и веселая книга о том, как устроена жизнь.

И ОНО работает!

Хочется везде наклеить магнитиков – напоминалок с фразой Марины: «Создаешь представление, а потом смотришь **ПРЕДСТАВЛЕНИЕ!**»

(«Сама себе режиссер» – Валентина Сарафанова, Украина)

Книга стала спасением, палочкой вырубалочкой. Ответом на вопрос – как осознанно направить свою энергию на то, что ты действительно хочешь.

Все прочитанное проверяла и применяла к своей жизни. Несмотря на неосознанное сопротивление и неверие, что можно что-то поменять. Одна часть меня хотела изменений, другая часть говорила, что не все так уж и плохо.

Очень ценно то, что всё написанное – работает. Оказа-

лось, управлять энергией и иметь то, что хочешь, действительно очень легко и просто. И легко объяснить даже ребёнку пятилетнему.

Дети перестали капризничать. Муж стал прислушиваться к моим желаниям и по возможности выполнять мои хотелки. Это действительно оказалось суперrrrr – просто. Мой внутренний контролер стал плавно переходить в режим доверия. И это облегчило течение внутренней энергии и исполнение мною задуманного.

(Ольга Рожкова, Россия)

Марин, ты даже представить себе не можешь, какой ДАР ты принесла на странички своей «исповеди». Как же ВСЕ просто, когда читаешь на своем родном языке (во всех смыслах), таком понятном и всепроникающем.

(Елена Филлипович, Канада)

Три слова могу сказать: «Гениальный снос башки». Кому читать? Да всем! Бошки поносить – сейчас самое полезное для человечества...

Понравилось – ВСЕ. И трудно вырвать из текста что-то одно. Точно – это не жвачка для мозгов.

Лично для меня это было просто огромное наслаждение – читать эту книгу.

(Ирина Сочнева, Беларусь)

Имеющий уши да услышит! Сама недавно, переживая свои аспекты, осознала, что это программное обеспечение,

заложенное в меня с рождения мамушками, бабушками, тетушками, учителями, умными книжками (плохого-то не напишут). И вот уже четвертый раз мама, говорю себе, что такая я, блин, осознанная, а как только ребенок начинает быть неудобным для меня, так вылетают программные реакции. И только потом начинаю осмысливать, что дите-то свое напирала тем, чем и меня напивывали. Вот она – бессмертная матрица. Только разотождествление и осознание своей истинной сути даст выход на свободу! Туда и двигаюсь. Благодарю!

(Татьяна Талызина, Россия)

Прочла с большим удовольствием, улыбкой и вниманием. Так все ясно и просто, так близко. А нынче и особо своевременно, а то что-то загнала себя в тяжесть, а тут рука помощи и голос: «Эй! Есть, кто ты есть?»

(Елена Матяш, Россия)

Книга – как катализатор, ускоритель процессов для меня. Иду в том же направлении, все резонансно, синхронично. Но у меня все события складываются, видимо, на уровне интуиции, как-то спонтанно. А читая ее, осознание включается по-полной.

(Валентина Малькова, Беларусь)

ДА, одёжек надето много на нас... программы, в которые мы слепо уверовали, согласились и отождествились – целый процесс, и затем мы надевали одёжки на своих детей также...

бесконечность... Важно остановить этот бег по кругу, открыть себя, свою вибрацию, источник, каждый назовёт, как ему будет созвучно. Время раскрыть себя. Марина, благодарю за книгу, актуальна в нашем времени как никогда ранее...

(Наталья Хватова, Россия)

Предисловие. Почему появилась эта книга

– Да задолбало меня уже вот это вот все!!!!

– Да пропади все оно пропадом!!!!

– Ведь только вчера подумала, что все, наконец-то, наладилось... Уже целый месяц все тихо и более менее спокойно... Только хотела выдохнуть... подумала – наконец-то заживем по-человечески... Может, даже отдохнуть получится, съездить куда-нибудь... отоспаться...

А то голова прям раскалывается в последнее время, желудок уже несколько дней прямо в трубочку сворачивает... да и разные другие болячки все время голову поднимают... Как гидра многоголовая внутри сидит, и в разных местах своими головами кусает...

А тут – на тебе! Опять неприятность... да какая!!!!

И опять – все деньги туда уйдут, и еще в долги залезать опять придется... Какой уж тут отдых...

Ну нет больше моих сил!!! Ни здоровья!!! Ни желания все это разгрести!!!

Я уже к зеркалу подходить боюсь... тетка унылая... и теснота эта уже достала... ни выспаться, ни в тишине посидеть...

И вообще... как мне надоела такая жизнь...

Тут в голове стало медленно светлеть, картинка стала съезживаться, эмоции утихать, и я медленно вернулась в свою нынешнюю жизнь, окончательно сбросив с себя лохмотья сна...

Сна о своей прошлой жизни...

Странно, откуда это он взялся? Чего это на меня нашло? Я уж и забыла, что так бывает...

И тут я с удивлением подумала: «А ведь БЫЛО! И было именно ТАК! И совсем не „в прошлой жизни“, а всего лишь несколько лет назад!»

И ведь кто-то до сих пор так живет! Да, чуть по-легче... Да, чуть по-веселее... Да, чуть по-спокойнее... Но все равно ТАК! Решая бесконечные проблемы... падая по вечерам без сил, после ежедневной борьбы с внешним миром за ресурсы... каждый день идя на работу «по обязанности», забывая об отдыхе... или просто откровенно скучая от атрибутов успешной жизни, которые зажигали еще совсем недавно... и самое главное – мечтая о ДРУГОЙ жизни!

И я знаю, что она есть! И как можно в нее попасть!

Эти мысли все утро чирикали над головой стайкой разволнованных воробьев. Пока я неспешно и с удовольствием молола и варила себе кофе, привезенный из Доминиканы...

Вышла в сад с ароматной красивой чашкой, купленной в Праге, и потрепала тычущегося мордой в колени собаке-

на...

Жмурилась на ласковом солнышке и подставляла лицо теплomu ветерку, напомнившему мне недавнюю поездку в Барселону...

Поднялась на второй этаж, прошла в только что отремонтированную спальню и оглядела стены, прикидывая, какие из фотографий улиц Вены развесить в ней по стенам...

Улыбнулась смешным фотографиям младшего внука, присланным старшей дочерью...

Получила несколько СМС на телефон о поступлении денег на счет...

Полистала фотографии на интерьерном портале, выбирая, какую кухню мне заказать...

Прогулялась по лесу с собакой и нарвала лесных трав для вечернего чая с мужем...

Прочитала письмо участницы моего проекта, вместе с ней порадовалась ее радости, ответила на пару вопросов...

Записала несколько пришедших идей для реализации...

И села писать книгу о том, почему я рассказываю людям о том, как освободить их Сознание, чтобы оно потом освободило их Бытие.

Именно в такой последовательности, а не наоборот.

Часть первая

Мои встречи с Николой Тесла

Глава 1. Кто же Я?

– Вот тебе офис, здесь уже есть все необходимое, приходи и работай! – стройный мужчина с темными кудрявыми волосами делает приглашающий жест рукой.

– Ой, так здесь даже шторы уже висят! Ничего даже покупать не надо! Класс! И сколько же мне платить надо будет?

– Ничего не надо платить... Бесплатно.

– Бесплатно?! А....

Пока я пытаюсь осмыслить услышанное, Внутренний наблюдатель пихает меня локтем в бок и шепчет: «Хоть спасибо скажи! Неприлично же...»

Я делаю шаг вперед и готовлюсь сказать нечто изысканное... Губы еле слышно выговаривают что-то вроде: «Ни фига себе...». Внутренний наблюдатель удовлетворенно ставит

напротив пункта «Поблагодарила» жирную галочку и мгновенно скрывается за одной из шторок, осматривая новые владения. Но, странное дело, никакого чувства неловкости я не испытываю, да и дядька, похоже, нисколько не обижается. В его глазах я вижу такое же удовлетворение и уверенность в правильности происходящего. Это придает мне смелости, и я задаю ему неожиданный вопрос: «А Вы, вообще-то, кто?»

– Никола Тесла, – говорит он, и... в этот момент я просыпаюсь.

Два чувства одновременно просыпаются вместе со мной: разочарование от того, что это только сон, и этого офиса еще нет в моей сегодняшней реальности, и радость от того, что он все-таки появится. Ну, в самом деле, не мог же такой сон присниться просто так!

Так, втроем, мы вместе с чувствами и отправляемся к книжному шкафу с намерением отыскать сведения о Николе Тесле. Кто же сделал мне столь царский и долгожданный подарок?

В голове звучит только одно смутное воспоминание – «физика». Но поскольку, за какой класс искать учебники я понятия не имею, да и есть-то он в доме только один, по которому сейчас учится дочка, я начинаю сразу со «Справочника

школьника», гордясь своей сообразительностью. Но в справочнике о Тесле не нахожу НИЧЕГО. Беру энциклопедию – НИЧЕГО. Не значится даже в алфавитных указателях. Пересмотрев таким образом все книги, имеющие к физике хоть какое-нибудь отношение, и не найдя даже упоминаний о нем, я вздыхаю: «Ладно, придется искать в Интернете. Конечно, откуда в моем доме взяться профессиональной литературе?».

А Внутренний Наблюдатель, стоя за кафедрой в строгом костюме и круглых очках, голосом строгого профессора вопрошает: «А позвольте узнать, уважаемая, откуда Вы можете знать это имя (это же Ваш сон?), если в школе о нем не рассказывают, а после школы ваши дороги с физикой разошлись в прямо противоположные стороны и никогда больше не пересекались?» И, поскольку я растерянно молчу, таким же строгим тоном резюмирует: «Двойка Вам, уважаемая. Придете в следующий раз».

– Приду, приду, куда я денусь, – отмахиваюсь я и нажимаю «Найти».

«Урааааа!» – вопит в следующую секунду Внутренний наблюдатель. «Смотри, как много всего!»

– Ну вот, я же говорила! – облегченно перевожу дух и вдохновенно погружаюсь в чтение...

Так... «Американский изобретатель... родился... закончил... внёс величайший вклад в науку ...изобрел генератор двухфазного переменного тока... разработал несколько конструкций многофазных генераторов, электродвигателей и трансформаторов... системы передачи и распределения многофазных токов... Только на стыке столетий, – в наши дни, имея результаты статистического набора данных, включая термодинамику кинетики во всём многообразии фазовых переходов жидких, твёрдых и газообразных сред, при учёте анализа эффективности полного замкнутого контура энергообмена, в сопряженных нелинейных структурах, от производства заряда до его распространения и преобразования в полезную работу, идеи Тесла начали находить своё признание. Построен ряд квантово-релятивистских версий комплексного (замкнутого) рассмотрения эффективности цикла...»

Я честно пытаюсь понять читаемые слова. Больше всего в этот миг я похожа на исследователя, расшифровывающего тайные письма. Вот сейчас, в эту самую секунду, на этом самом слове, инсайт озарит своим светом все мое существо, и мне станет предельно ясно, откуда и когда появится мой бесплатный офис!

Ну ладно... Не прямо в эту секунду, и не именно в словах «термодинамика кинетики», но в следующих – «контур энергообмена» – это точно! Разгадка уже совсем ря-

дом!

Предвкушение успеха позорно отступает перед ломотой в висках. Врожденный инстинкт самосохранения заставляет быстренько отказаться от бесплодных усилий и поискать в текстах более знакомые слова. И я их нахожу!

«Почти всё, что делал Тесла, выходило за пределы понимания современников».

Так, это уже радует. Действительно, какой здравомыслящий современник подарит мне за просто так готовое помещение, да еще со всем необходимым массажным оборудованием? Мои двухмесячные поиски и хождения по кабинетам – лучшее тому подтверждение.

Читаем дальше...

«Друживший с ним Марк Твен называл Николу „повелителем молний“, а великий Резерфорд нарёк его „вдохновенным пророком электричества“. Жюль Верн под впечатлением личности Тесла создал образ капитана Немо».

Впечатляет, конечно, но только с моими заботами не просматривается никакой связи, кроме электричества, от которого работает оборудование. Не собираюсь же я открывать

массажный салон под водой...

В общем, прочитанного и узнанного мною было еще много. И про жонглирование шаровыми молниями, и про автомобиль, едущий без двигателя. И про открытия, совершенные Теслой задолго до их официального «открытия» другими авторами. Даже версию о том, что явление Тунгусского метеорита в действительности было результатом его эксперимента по передаче энергии на расстоянии, который даже для него самого стал шоком. Но больше всего поразили те его изобретения, объяснить и повторить которые до сих пор не может ни один современный ученый, располагая самыми современными приборами и знаниями. Потому что еще никто не смог ответить на вопрос: «Как? Как он это делал?» А свои дневники и рукописи, как считают некоторые биографы, Никола сжег сам в начале Второй мировой войны, убедившись, что знания эти слишком опасны для неразумного человечества...

Гениальность этого человека просто поражала воображение. И, хотя понятнее мой сон для меня не стал, я все-таки была рада, что теперь я знаю, кто такой Никола Тесла и какими невероятными способностями он обладал. Мне стало очень приятно, что помочь мне захотел такой выдающийся человек. Значит, и мы не лыком шиты! Небось, кому попало не разбежался бы... На этом я и успокоилась, предоставив событиям право идти своим чередом. И перестала о нем ду-

мать.

Ровно на два дня...

Сидя вечером на диванчике с книжкой под бубнящий телевизор, вдруг краем сознания цепляюсь за голос диктора, произносящий: «...Никола Тесла». Внутренний наблюдатель тут же красноречиво крутит пальцем у виска: «М-да... Совсем свихнулась...» Поднимаю голову от книги, смотрю на экран, и понимаю, что там рассказывают о завтрашних передачах. Вихрем срываюсь с дивана, хватаю программку, начинаю лихорадочно ее читать. И что я вижу? Документальный фильм «Властелин мира. Никола Тесла»!

Честно скажу, в первый момент мне стало как-то не по себе. «Так не бывает...» – было первой моей мыслью. Но Внутренний наблюдатель быстренько нацепил армейскую фуражку на лоб и бодро мне скомандовал: «Чего это ты глазками захлопала? Как это не бывает? В жизни еще и не так бывает! Раз не поняла ничего с первого раза, тебе, бестолковой, кино решили показать! Может, тогда до тебя дойдет, зачем он в наш колхоз приехал...»

«Чего-чего?»

«Ну тогда, где соседская такса зарыта...»

«Да ну тебя!»

Еле дождавшись указанного времени, я уселась перед телевизором с ручкой и листком бумаги. Раз уж пошла такая мистика, мозгами ее не осилить, в этом деле они плохие помощники. Да и убедиться в этом я имела возможность совсем недавно. Не понимают они указаний свыше.

Поэтому мозги я решила предусмотрительно отключить и целиком положиться на интуицию. Пусть рука сама записывает те фразы, за которые зацепится мое внимание, а там посмотрим, что из этого выйдет. Так вот я решила. Я тебя слепила из того, что было...

С первых же кадров стало ясно, что во сне у меня гостил настоящий Никола Тесла. Потому что в телевизоре был тоже он. Те же черты лица, темные кудри, фигура...

Так и хотелось сказать с легким поклоном: «Здрас-с-сьте...»

Фильм был просмотрен на одном дыхании. Мое восхищение и удивление росли с каждой минутой. Даже Внутренний Наблюдатель молчал, округлив глаза и задумчиво почесывая затылок. Посмотрев на два исписанных листа бумаги, я была безмерно удивлена, поскольку, когда и что я записывала, в моем сознании явно не запечатлелось. Но когда эти отдельные фразы, собранные в одно целое, были прочитаны, я с трудом могла вспомнить, ради чего был затеян весь этот сыр-бор. Какой кабинет?... Какие шторы?... Пе-

редо мной стояла непередаваемой величественности и грандиозности картина Мироздания, а в сознании билась только одна мысль: Кто мы?! Откуда мы пришли на эту планету? И зачем?..

Следующей ночью передо мной снова стоял Никола Тесла. Внимательно посмотрел на меня, произнес: «Это все, что я хотел тебе сказать...» и растаял...

Глава 2. Выход из лабиринта

Проснувшись утром, я едва удержалась от возгласа: «Стойте! Куда же Вы? Как – всё?! А где план-конспект будущей работы? Где пошаговая инструкция – куда мне теперь идти, что делать, чем заниматься? Кто мне ответит на все вопросы?!!»

А Внутренний Наблюдатель в это время уже с готовностью нажал кнопку на пульте, оживил телевизор, в котором заиграла заставка новостей, и перед моими глазами предстал первый их сюжет: я стою посреди широкого проспекта, мимо меня в обе стороны оживленно движется людской поток. Я, хватая за рукава каждого проходящего, заискивающе и с надеждой заглядываю ему в глаза и вопрошаю: «Скажите, пожалуйста, что из себя в действительности представляет Человек?» «Извините за беспокойство, вы не подскажете, в чем состоит мое Предназначение?» «Не будете ли вы так любезны, сообщить мне главную загадку Мироздания?»

И ведь хоть бы кто-нибудь остановился и с готовностью откликнулся: «Конечно! Вы знаете, это очень просто! Сейчас я вам все объясню...»

Зато потом появилось изображение дикторши, которая хорошо поставленным голосом подробно рассказала, кто, куда и с какой целью доставил меня с этого проспекта...

Не могу сказать, что такая перспектива меня вдохновила, поскольку с моими планами она никак не согласовывалась. Поэтому метод соц. опроса я решила предусмотрительно исключить из своего перечня.

Но ощущение важности случившегося не давало просто так забыть эту историю, легкомысленно улыбнувшись: «Надо же, как интересно! Чего только в жизни не бывает!»

Для меня было абсолютно ясно, что это не простое совпадение и не игра случая. Я полностью отдавала себе отчет, что таким образом мне было указано направление, в котором должна последовать моя жизнь. И желание расшифровать символический язык Вселенной не давало покоя. Тем более, что я, сколько себя помню, жила с глубоким ощущением того, что настоящая жизнь в общепринятые правила и законы далеко не вписывается... И что есть за этим видимым, внешним существованием этого мира что-то еще, какой-то другой, высший смысл... Просто не может не быть! И не вчера я начала его искать. А сейчас получила такую мощную поддержку своим догадкам, что казалось, что вот – протяни только руку...

Но сколько я ее ни протягивала в разные стороны – раз буквами на бумажке не написали, по пунктикам не разложили – то мои тогдашние мозги, сколько ни скрипели, ни крутили шестеренки, такой задачки осилить не могли.

Вопрос о моих дальнейших действиях оставался откры-

ТЫМ...

Не могу сказать, что это стало навязчивой идеей, но в мозгу эта заноза сидела очень крепко, периодически о себе напоминая. И я превратилась в исследователя...

Чего я только за это время ни делала... Читала все о Тесле, что попадалось на глаза, «просматривала» информацию об его изобретениях, приборах и экспериментах, его дневники и статьи... уже привычно вздрагивая на всех «осцилляторах» и «явлениях импеданса».

Только вот – где тут я? Какие из этих слов обо мне и моей будущей деятельности?

«А, может, импеданс – это самое то, что надо? Может, это и есть твое призвание?» – ехидно улыбаясь, вопрошал Внутренний Наблюдатель. «Ты подумай хорошенько, прежде чем отмахиваться!»

«Вряд ли...» – неуверенно отвечала я. Зеланд сказал, что при мыслях о своем призвании душа должна петь... А ты можешь себе представить такую песню? По-моему, у петуха на заборе и то мелодичнее получится...

Я пересмотрела фильм множество раз. Мне казалось, что я знаю его наизусть.

«Ну, какой же вы тупой!» – в каждый новый год укорял

меня с экрана герой Андрея Мягкова.

«Ну что ж поделаешь... Не всем же быть гениальными учеными» – вздыхала я.

Наряду с исследованием трудов Теслы, вопрос о природе и возможностях человека продолжал живо меня интересовать. И мои интересы все больше и больше уходили в область метафизики...

А вместе с ними – и я... Куда-то все уходила и уходила... Все больше погружаясь в густой туман иллюзий «духовного роста»... И нельзя сказать, что дорога эта была прямой и ровной. Это был тот еще серпантин, виляющий из стороны в сторону, с разбросанными по всей дороге булыжниками, ямами и завалами...

«От кармы никуда не спрячешься» – заставлял обреченно вздыхать Сергей Лазарев.

«Подсознание может все!» – обнадеживал Джон Кехо.

«Избавьтесь от желаний» – рекомендовал Ошо.

«Вы можете иметь все, что захотите» – утверждали авторы фильма «Секрет».

«Не думай, как человек!» – призывал Крайон.

«Верни здоровье и молодость» – советовал Норбеков.

«Когда будет конец света?» – строили свои предположения многочисленные предсказатели.

Через 27!» – уверенно отвечал Симорон.

И не было этому потоку учений, практик и теорий ни конца, ни края. С появлением очередной новой книжки каждый раз казалось, что вот сейчас-то мне все окончательно объяснят и растолкуют, и моим поискам придет конец! Но чем дальше я заходила в поисках истины, тем сильнее раскачивались качели моего внутреннего состояния – от взлетов на волне радостной эйфории до падения в яму разочарований и депрессии. От совершенного благополучия и ясности до абсолютного безразличия, включая весь спектр, что лежит между этими крайностями.

Внутренний Наблюдатель иногда пытался неуклюже утешать: «Да полюби себя такой, какая ты есть!» – крутил он ручку радиоприемника. Но быстро съеживался под моим укоризненным взглядом. «Какой полюби? Вот такой? Сам подумай – карма не почищена, предки до 85 колена с обеих сторон светом не затоплены, прошлые жизни до первобытно-общинного строя не вспомнены и не излечены... А кто ж его знает, что я тогда творила – делала?!

А вот поэтому сейчас что? Академия лидерства, Мастерская успеха и 25 курсов пройдены, а толку? Что, повернулась моя жизнь на 180 градусов, как было обещано? Лучше не буду говорить, куда она повернулась... Вот, говорят, скоро Психология победителя начинается, надо бы заглянуть... Может, в ней все дело?»

– Ну, как успехи? – в очередной раз участливо спрашивал Внутренний Наблюдатель.

– Отстань! – рычала я.

Внутренний Наблюдатель, тут же усевшись на скамейку в парке, устремлял мечтательный взгляд за горизонт, и бормотал:

– А я что? Я – ничего... Я так, воздухом дышу... Это просто ветерок мои губы колышет...

«Что может спасти смертельно раненного кота? Только хороший глоток бензина...» – тем временем вспоминала я фразы из любимого произведения...

И однажды путь моих поисков привел меня к знаниям, буквально перевернувшим мою жизнь. Я узнала, прожила и увидела на себе и своей жизни все, что я так долго искала до этого момента.

Я поняла, что смотря в прошлое, ты оказываешься спиной, и что немаловажно – всеми близлежащими частями тела, к своему будущему. И понятно, что ты тогда там можешь увидеть и тем более построить.

Что карму нельзя очистить, на это не хватит не только всей этой жизни, но и пары сотен следующих. Из кармы можно только выйти – раз и навсегда. И что немаловажно – для этого достаточно только твоего осознанного намерения.

И тогда свою сегодняшнюю жизнь можно строить такой, какой тебе всегда хотелось ее видеть. Потому что в ней больше не будет тех блоков, страхов, долгов, чужих мнений и границ, принятых на себя в прошлом. Они растворятся дружной толпой, причем, по собственной воле – с песнями, плясками и гармошками, потому что устали ждать, когда же ты отпустишь их на свободу.

Что твой единственный Бог, Учитель, Наставник и Рукой Водитель – это ты сам. Причем всегда, в любую минуту, находящийся на связи и готовый дать любой совет, оказать помощь и указать направление. И нет никого за пределами тебя. И все молитвы, просьбы и мольбы ты обращал всегда не к кому-то там, на небе, а только к самому себе. Кстати, и отвечал на них тоже сам. Так что если захочется претензии предъявить – в зеркало, пожалуйста. Больше некуда.

Да, если тебе приятней чувствовать себя под крылом и патронажем кого-то более умного и сильного, будут у тебя и учителя и советчики наверху и внизу, которые посоветуют и направят. Но это опять же твое собственное сознание, принимающее облик любого авторитета. Оно такое – безотказное, кого хочешь изобразишь и нарисует, лишь бы ты доволен был. И даже в этом случае задача этих учителей далека от того, чтобы диктовать тебе свои условия, давать тебе задания или грозить тебе пальчиком за твои ошибки. Которых, как

мне стало известно, вообще не было, нет и не может быть. И только ты сам можешь решить, что сделает тебя счастливым! Только ты можешь захотеть что-то в своем будущем – ты и никто другой. А их роль – помочь тебе увидеть более полную картину тебя самого, и только.

Что собственные несовершенства и ограничения – это миф, созданный тобой самим. А жизнь в постоянной радости и процветании – наоборот, самая что ни на есть реальная и очень приятная штука.

Что каждый человек приносит в свое воплощение ВСЕ свои способности, но, как правило, о них даже не вспоминает, втянувшись в «реалии жизни». И настоящая цель его пребывания на Земле как раз и состоит в том, чтобы, выйдя из игры трехмерного мира, разрешить им проявиться в твоей жизни, стать видимыми для тебя и реализовать.

А совсем не удачно выйти замуж, спасти человечество или заработать на 27 миллионов больше, чем у соседа (кому что ближе)

И что Человек – это далеко не только брэнное тело, которое неизвестно зачем тут оказалось. Похоже, для того, чтобы доставлять тебе кучу неприятностей, есть что ни попадя, никак не худея, скрипеть и брэнчать в самые неподходящие моменты. И уж совсем не для того, чтобы родить дом, вырастить дерево и построить сына.

Человек, в основе своей – это чистое Сознание. И задача

у него единственная – управлять энергией, чтобы было ей где развернуться, погулять, да поразвлекаться. Направлять ее в свои мечты, дела, идеи, проекты, в эти самые свои наивысшие потенциалы. А дело энергии – их проявить. И она здесь, на Земле, находится в неслыханном количестве и стоит за плечом у каждого, ожидая только одного – указаний от человека. И нет для нее большей радости, чтобы без сна и отдыха, без перерывов на обед и выходные, радостно и вдохновенно воплощать желаемое человеком в действительное для него же. Надо только научиться ее правильно направлять. А иначе – понравится ли воплощенное, никто не сможет предсказать до самого момента получения.

И самое главное мое открытие состояло в том, что все инструменты для взаимодействия с этой энергией – невероятно просты, приятны в использовании и невероятно могущественны. Совершенно не требуют чтения многостраничных инструкций, многочасовых визуализаций, бесконечных консультаций, совместных медитаций... и всего остального имущества.

И вот... однажды... после использования полученных знаний, я получила инсайт, который ждала несколько лет!

Все произошло по накатанной, отработанной и зарекомендовавшей себя схеме. За несколько секунд до пробуждения я вдруг ясно-ясно,

как наяву, увидела экран телевизора, а в нем эпизод фильма «Властелин мира – Никола Тесла», который НИКОГДА до этого момента не привлекал моего внимания и не оставался в памяти! Я услышала голос диктора, который читал слова Теслы:

«Наш мир погружен в огромный океан энергии. Мы летим в бесконечном пространстве с непостижимой скоростью. Все вокруг вращается, движется. Все есть энергия. Перед нами стоит грандиозная задача – научиться найти способы добычи этой энергии. И тогда, извлекая ее из этого неисчерпаемого источника, человечество будет продвигаться вперед гигантскими шагами!»

Вот это было пробуждение, доложу я вам! Я взлетела с кровати, как ракета, буквально завопив Внутреннему Наблюдателю прямо в ошалевшую физиономию: «Так вот он, этот недостающий и самый главный пазл! Вот какую задачу поставил передо мной Никола Тесла! Научиться энергию добывать и направлять в свою жизнь! Решив которую, я буду иметь все, что мне нужно, легко и просто! Вот куда он меня послал – к реализации этих знаний!!!»

– Отправил, – пробурчал Внутренний Наблюдатель, потирая заспанные глаза.

И теперь недостающий пазл моей жизни встал на свое место, и они сложились в эту невероятно красивую картину – моего истинного предназначения на этой планете!

Жизнь моя изменилась неузнаваемо. Ой, я уже это, кажется, говорила. Ну ладно, пусть будет. Тем более что это правда. Причем, в данном случае «неузнаваемо» надо понимать буквально. До не узнавания. Я буквально не узнавала события и ситуации в своей жизни. А иногда и людей, бывших в ней же с самого ее основания.

Ой, появления...

Или зарождения?

Ну ладно, это не столь важно.

И от всей души, с выражением искренней благодарности, я громко говорю, смотря на СЕБЯ в зеркальном отражении:

– Спасибо товарищу Тесла за мою счастливую жизнь!

Глава 3. Игры с реальностью

– А что, интересно, было, когда еще не было ни нас, ни других людей... и даже Земли не было? И когда даже света белого не было еще? Весь день об этом думаю... – спросил меня 8-летний внук.

– Белый свет был всегда. А мы тогда были просто Сознанием. А потом придумали этот мир и стали людьми, чтобы в нем жить, – единственное «понятное» объяснение смогла сформулировать я.

– Хорошо, что я в будущем родился, – резюмировал Денис. – А то раньше бы скучно было, когда ничего не было...

И мне стало очень весело. Не только от его ответа, но и от великого облегчения от понимания, наконец, как устроен этот мир, и какую роль, собственно, я здесь играю.

И как же теперь ПРОСТО мне стало жить, осознавая себя равноправным участником, а не жертвой этой самой своей жизни! Причем, не прочитав это у очередного авторитетного гуру, а точно зная и, самое главное, видя в действии все механизмы этого участия. И всегда имея возможность изменить созданную тобой же, но не устроившую тебя по каким-то причинам, одну проживаемую картинку на другую. И все быстрее, легче и проще стала «подчиняться» мне моя реальность.

Из тех времен запомнилась одна уж очень показательная история. Особенно, в сравнении ее с моими приключениями при открытии массажного салона несколько лет назад, в которых так непринужденно принял участие сам Никола Тесла. И, кроме того, эта история служит отличной иллюстрацией понимания, что масштаб и весомость игроков в моей игре – это иллюзия не большая, чем любая другая.

Был мне однажды предъявлен долг большой и авторитетно-незыблемой госструктурой, в размере несколько десятков тысяч рублей, заплатить которые эта структура хотела обязать меня в течении 10 дней. И мало того, было прислано письмо из суда, где значилась дата судебного разбирательства по рассмотрению их иска. Вот такие они были грозные, что уже и в суд на меня подали. И, наверное, уже руки потирали от планов на получение моих денег, поляну накрывать собирались...

Это я так пошутила...

Свои первоначальные эмоции по этому поводу я описывать не буду. Потому как были они проявлением автоматического реагирования, вмонтированного в каждого с самого рождения. И называется он: «Дайте мне „хорошо“ – я буду радоваться, а дадите мне „плохо“ – я буду ругать тех, кто мне это дал (возможны варианты – или плакать и сокрушаться,

признавая себя жертвой сильных мира сего... и т.д». Во всех этих случаях я бы признала ЭТУ «существующую» реальность, как единственно возможную.

Но можно было пойти другим путем. Что я и сделала.

Отследив в себе этот автоматизм, я сначала успокоилась, потом забрала энергию из этой ситуации и возможностей ее продолжения... потом наполнила энергией ту версию реальности, в которой никаких долгов у меня нет... я абсолютно свободна... а все работники этой структуры, и суда заодно, – милейшие и приятнейшие люди, которые только и думают, что о моем благополучии... ну, и конечно, что законы в моей стране – только для моей защиты и предназначены... и почувствовала себя именно в этой реальности. И стала в ней жить. Не парясь больше по этому поводу. Не заморачиваясь ни вопросами, ни визитами, ни хождениями в суд...

А чего париться, если ничего этого и нет?

Через неделю письмо с решением суда гласило следующее:

«Рассмотрев материалы дела, суд постановил.....

Требования заявителя удовлетворению не подлежат, исходя из следующего....тут перечислялись документы...

Оснований для привлечения заинтересованного лица к ответственности у суда не имеется...

Суд решил: в удовлетворении заявленных требований отказать»!

Вот вам и поляна... Не в этот раз, ребята... И не со мной!

И так стали проживаться мной большинство ситуаций. И началась у меня полоса развлечений. Ух, и развернулась же я, получив в свое распоряжение такой простой, но мощняцкий приборчик для управления энергией! Кнопка — то всего ничего, освоить — раз плюнуть... Раз кнопка — забрала энергию из ситуаций, что были построены самой когда-то, но как-то кривенько и не позитивненько. Ну правда, строитель-то из меня до сих пор криворукий был, никто ж не объяснял до сих пор, как правильно надо было, вот и ляпала как умела... тят-ляп — и семейная жизнь далека от идеала... тят-ляп и у дочек вечные неприятности... тят-ляп — и уши закладывает от громко распеваемых финансами романсов... ой, даже вспоминать сейчас не хочу...

А тут — энергию из них забираешь, они и рассыпаются прямо на глазах... А потом раз — и другую кнопку тычешь, объявляя, чего твоей душеньке угодно видеть вместо этого. И тут эта же самая энергия радостно устремляется по указанному адресу, рисуя твоим глазам прямо назначенную ей картинку.

Покой и взаимопонимание в семье? Пожалуйста! Причем, с теми же самыми действующими лицами, что и раньше...

Свободное место в квартире? Да раз плюнуть...

Путешествия? Куда изволите! Кстати, знаете, куда я полетела сначала? Прямоком на Канары! А чего мелочиться-то...

Ну, и далее по списку... в соответствии с общепринятыми списками намерений, картами желаний и планами достижений, которые есть у большинства живущего человечества. Деньги, драгоценности, машины, айфоны... Яхты, правда, не появилось – ну не плавают они по Уральским горам. А переезду под пальмы насовсем желания хоть и возникли, но быстро возвращались туда, откуда пришли.

И вот, бывало, проснусь я утром, встряхнусь, оглянусь, глаза протру – и пошла себе энергией командовать!

Внутренний Наблюдатель иногда просто дара речи лишился от моей наглости. Смотря на меня округлившимися глазами, он ехидно вопрошал:

– Слушайте, девушка, а вы не офигели, случаем? Ведь всем же известно, что так не бывает... Есть же какие-то правила приличия... здравый смысл, в конце концов...

– Ну-ка, ну-ка... и кому это известно? Огласите весь список, пожалуйста! – парировала я.

– Кому, кому... да всем! Выйди вон на улицу и спроси любого! – Внутренний Наблюдатель мгновенно превратился

в бесполое существо с бородавкой на щеке, в больших роговых очках на переносице, в длинном балахоне болотно-зеленого цвета и пучком волос на затылке, сидящим за столом на высокой сцене... и бегло застучал по клавишам старой пишущей машинки:

«З-А-К-О-Н-О-Д-И-Н-Д-Л-Я-В-С-Е-Х»...

«Ч-Т-О-Б-О-Г-Д-А-Л, Т-О-Г-О-Н-Е-И-З-М-Е-Н-И-Ш-Ь»...

«В-С-Е-Д-О-С-Т-А-Е-Т-С-Я-Т-Я-Ж-Е-Л-Ы-М-Т-Р-У-Д-О-М»...

«П-Р-О-С-Т-О-Т-А-К-Н-И-Ч-Е-Г-О-Н-Е-Б-Ы-В-А-Е-Т»...

«М-И-Р-С-У-Щ-Е-С-Т-В-У-Е-Т-Н-Е-З-А-В-И-С-И-М-О-О-Т-Т-Е-Б-Я»

«Э-Т-О-Н-Е-В-О-З-М-О-Ж-Н-О»...

И, напечатав каждую сентенцию, широким размашистым жестом вытаскивал листочек из машинки и бросал его на меня сверху, тут же продолжая печатать на новом...

– И, вот еще, из перлов современности:

Ч-Т-О-Б-Ы-Ч-Т-О-Т-О-П-О-Л-У-Ч-И-Т-Ь-Н-А-Д-О-Ч-Т-О-Т-О-О-Т-Д-А-Т-Ь»...

«П-О-З-И-Т-И-В-Н-О-Е-М-Ы-Ш-Л-Е-Н-И-Е-О-С-Н-О-В-А-В-С-Е-М-У»...

«С-П-А-С-А-Т-Ь-М-И-Р-Н-А-Ш-А-Г-Л-А-В-Н-А-Я-З-А-Д-А-Ч-А»...

«Н-А-Д-О-П-О-С-Ы-Л-А-Т-Ь-В-С-Е-М-У-С-В-Е-Т-И-Л-Ю-Б-О-В-Ь»

По комнате поплыл удушающий запах нафталина, а я скоро оказалась почти по макушку засыпана этими листочками, на каждом из которых значилась мудрость веков, житейский опыт, законы физики и моральный кодекс строителей комму... ой, чего это я... Работников Света. Хотя, и этих самых строителей коммунизма – тоже не зря вспомнила.

– Ой-е-ей... убирай свою шарманку! – взмахнула я руками, от чего все эти листочки разлетелись в разные стороны и стайкой белых птичек вылетели в окно. А стол с печатающим монстром растворился в мгновение ока вместе с нафталиновым флером.

– А мне фиолетово... а мне фиолетово... а мне фиолетово... – закружилась я по комнате, припевая. – Пусть себе кто хочет, верит во всю эту галиматью... Считает себя жертвой... исправляет мир... или подчиняется ему...

Ведь они уверены в том, что жизнь дана именно для этого!

– Вот пойдй сейчас туда же, куда меня отправлял, да спроси любого: «А чем вы будете заполнять свою жизнь, если все ваши проблемы решатся в момент, взмахом волшебной палочки? И улучшать станет некого и незачем, и осуждать станет некого, и спасти никого не надо будет, и преодолевать ничего не понадобится больше?»

– Я знаю, знаю! – завопил Внутренний Наблюдатель, мечтательно закатив глаза. – Я буду сидеть под пальмой на берегу моря, потягивая коктейль из трубочки, и смотреть на вол-

ны...

– И долго ты так просидишь?

– Конечно! Всю жизнь! Это же жизнь моей мечты!

– А еще подумать? День сидишь, два сидишь... неделю сидишь...

– Ну, это ты загнула... Да я через неделю уже на эту пальму полезу от скуки!

– Ага, а я о чем? Давай, думай дальше!

– Ладно, я путешествовать поеду... Страны там разные, города, моря-океаны...

– Хорошо... Ну вот путешествуешь ты неделю, месяц, год... Все посмотрел, все увидел... снова скучно стало... По второму кругу поедешь? И сегодня у тебя все хорошо... и завтра... и послезавтра... И даже попереживать не о чем... А дальше что?

– Ммммм... ну не знаю, надо подумать... может, учить других начну, опыт передавать, курсы там какие проводить... или – во! Школу открою!

– А кого учить-то будешь? У всех же тоже все хорошо! И даже поругать злодеев или поцокать языком от жалости к их жертвам повода не будет... Люди-то все вокруг такие благостные, радостные, прям светятся все... Всех все устраивает, исправлять ничего никто не хочет, да и из штанов выпрыгивать по пути к каким-то мифическим вершинам тоже... Никто не хочет ни худеть, ни поправляться, ни разбогатеть, ни прославится... Каждый и так живет так, как он хо-

чет...

– Не... Не может такого быть...

– Вот и напиши это еще на одном своем листочке! Которому поверят все те, кто верит и во все остальные... А скажи им, что жизнь проста? Что проблемы не надо решать, а можно их просто не создавать? И для этого не нужно ни борьбы за праведное дело, ни секретных методик исполнения желаний, ни контроля за мыслями, ни принадлежности к особо посвященным, – отмахнутся и мимо пройдут, в поисках очередных сверхсложных и сверхсекретных откровений. Нельзя же верить в две противоположности сразу.

– Подожди, а тогда все учителя успешного успеха, они что, врут?

– Да почему врут? Они честно соответствуют запросам тех, кто уверен в необходимости решения проблем и сложности этих решений. И пока есть те, кто в этом уверен, будут те, кто будет этому учить. У каждого свои развлечения на этой планете.

– А ты? Так и будешь молчать?

– Чего ж молчать – то? Ну, конечно, бегать и за рукава хватать, убеждая в собственной правоте, никого не буду. Да и кричать с трибуны в матюгальник... ой, как он там правильно называется... не помню... ну да ладно... тоже никто меня не заставит... если бы было кому заставлять...

– И что тогда делать собираешься?

– Да вот ты сам это и сказал – просто делать! И не собираюсь, а давно уже делаю. И даже не делаю, а просто так живу. И кому станет интересна такая жизнь, те придут ко мне и спросят, ну вот как ты сейчас:

– А разве так можно? Вот так все легко и просто? И я так хочу!

Вот тому я все и расскажу.

Так я и стала жить. Сама удивляясь тому, сколько вещей и столько времени казались мне железобетонно неразрешимыми, никогда не нереализуемыми и абсолютно невозможными.

Но тогда я еще не знала, что это был еще не конечный пункт. А только промежуточный этап.

И что самое интересное меня ждало впереди.

Глава 4. Приплыли...

Наигравшись вдоволь в собственную «крутизну», я постепенно начала ощущать дуновение скуки и легкую недоговоренность в ощущении собственного «могущества». Которое со временем, как я ни ждала, совсем не стремилось договорить мне о себе все. Наоборот, хрустальный купол просветленности над головой становился все более тусклым, как запотевшее от дыхания стекло. Как будто самый главный секрет, «веками скрывавшийся от человечества» и сейчас отданный во всеобщее пользование, был открыт опять только наполовину...

Внутренний Наблюдатель периодически крутил пальцем у виска, с тяжелым вздохом глядя на меня полными укоризны глазами.

– Ну чего тебе еще-то надо, горе ты мое? Ты посмотри на свою жизнь! Сколько лет ты обо всем этом мечтала?

– А я по-твоему куда смотрю? Мне чужая жизнь теперь без надобности... смотреть еще на нее... Только я вот все думаю... и вот это вот – ВСЁ?

– Ну ты ващееееее...

– Да подожди ты! Не об этом я... Вот эти вот «исполнения желаний» – это все, что называется ВСЕМОГУЩЕСТВОМ? И ради этого вот вся моя жизнь придумана? Махать волшеб-

ной палкой и получать то, что захотелось?

– Ну...

– Деревья гну... лись! Перед таким всемогуществом, ага! Ладно, из хомячьих забегов по кручению колес я уже сумела выбраться. Больше пыхтеть над ними не надо. Теперь зато надо пыхтеть над другим. Над проявлением желаемого в имеющееся.

И спроси вот сейчас меня, чего я напыхтела за это время?

– Ну... ой, это мы уже слышали... Нет, просто, без «ну» – и чего же?

– А вот для того, чтобы тебе ответить, я сейчас начну загибать пальцы... Вот это, вот это, вот это... и еще вот это... да, вот это не забыть бы... Тебе еще не скучно?

– Да не... не обращай внимания, это я случайно... – прикрыв зевающий рот рукой, промычал Внутренний Наблюдатель.

– Во! А я о чем? Ну скучно же – инвентаризация какая-то получается!

А в результате – я понимаю, что это то же самое сидение в стеклянной банке, как и раньше. Но раньше я только жаловалась на то, что затекли руки, ноги и спина, а сейчас я ими научилась шевелить и находить для них более удобное положение. Но ведь банка-то никуда не делась!

Это как спросить у хомяка: «Куда ты добежал сегодня за весь день кручения своего колеса?» И что он тебе ответит, как думаешь? Вот и я... Только, конечно, в других декораци-

ях.. более просторных и посыпанных золотыми блестками... Осталось только лить сахарный сироп на курсах «Как обрести женское счастье и стать самой женской женщиной»... А что, все внешние атрибуты для этого имеются! Я научу вас, как переключать руки с места на место и поворачиваться с боку на бок в вашей банке!

– И чего ты сейчас-то хочешь? Научиться дематериализовать все обратно?

– Не, это ты загнул, конечно – рассмеялась я. – Энергии пусть подчиняются и желания исполняются... Но это – не главное, пойми, и не конечная цель! Я чувствую! Это – не свидетельство человеческой грандиозности, как многие заявляют, это врожденная способность каждого... Было бы желание об этом вспомнить, а там – легко и просто сможет любой. А я хочу настоящей свободы! И выйти из банки совсем...

И однажды увиделось мне нечто важное, не то про себя, не то про весь мир. Не формулируемое никакими известными мне на тот момент словами родного языка. Да и всех не родных тоже. Если быть уж совсем точной, то сам факт существования человеческой речи был мною тогда почти забыт полностью.

Настолько это знание было глобальным, всеохватным и вместе с тем естественным и простым, что любое слово, мнящее себя просветляющим и претендующим на истину,

казалось рядом с ним тесной коробочкой, мечтающей впихнуть в себя порыв штормового ветра. И сохранить его на полочке в кухонном шкафу.

Поэтому это знание можно было только молчать. А слова любого языка использовать только по назначению – для упихивания необъятной правды в тесную коробочку. Потому что подходящих слов для нее все равно не было.

Случилось так, что я оказалась на месте своего Внутреннего Наблюдателя.

И стала смотреть на себя – человека со стороны. И мир других людей тоже.

Как в кино...

Состояние, надо сказать, чрезвычайно приятное, но не слишком подходящее для нахождения среди людей. То есть, как меня зовут, я еще худо-бедно помнила, но вот куда и зачем – с этим возникли значительные трудности... участие в существующих «веселых стартах» окружающего человечества вызывало легкое недоуменное чувство, типа «все это, конечно, очень мило, но при чем здесь я?»

В этом мире люди все время спорили... кто правильной – верные жены или бессовестные любовницы... вечные достигаторы или равнодушные домохозяйки... воинствен-

ные победители или неудачливые лузеры... богатые или бедные... успешные или не очень...

Важно учили других, как быть правильной женщиной, матерью, дочерью.. и соответственно, наоборот... мужчиной, сыном, отцом... Хотя, надо сказать, что мужчинам с этим повезло гораздо больше. С количеством поучений. То есть, с их отсутствием.

И всех учили зарабатывать деньги.

Еще человеки очень любили сравнивать и оценивать... читать новости, написанные для них другими такими же человеками... возмущаться теми или другими... хвалить других или тех...

Старались, бежали, догоняли, воевали, горевали, добивались, страдали, вздыхали...

Боялись, дрожали, давились валидолом... верили рекламе или телевизору... ругали рекламу и телевизоры... или с распущенными хвостами клевали окружающих, считая себя хозяевами жизни...

И мечтали только об одном – оказаться на месте другого.

Так всегда и говорили: вот я бы на твоём (его, её, их) месте...

В общем, развлекались, кто как мог... И все это с серьезными лицами и полной самоотдачей.

Такая вот была у них разновидность счастья. Которая называлась «жизнью».

Но за красочным транспарантом с крупно написанным словом «ЖИЗНЬ» пряталась невзрачное и до предела примитивное явление с именем «реакция».

Вернее, парочка явлений с именами «стимул – реакция».

А если еще вернее – целая бесконечная шеренга таких парочек.

И строй их был ровен до идеальности... И шаг их был совпадающим до миллиметра... И взаимодействие их было отточено до автоматизма...

Стимул – Реакция...

Стимул – Реакция...

Стимул – Реакция...

Стимул – Реакция...

Стимул – Реакция...

Стимул – Реакция...

...

Как у Павлова... собаки...

Обидели – обиделся... Обрадовали – обрадовался... Заболело – испугался... Перестало – успокоился... Похвалили – улыбнулся... Поругали – огорчился... Хорошее – похвалил... Плохое – поругал... Правильное – одобрил... Не правильное – раскритиковал...

И не было у этой шеренги ни видимого конца, ни даже

примерно угадываемого края...

И цвета у нее было только два: черный и белый.

Все «плохие» стимулы были одеты в черное, а «хорошие», как водится, в белое.

И вся «жизнь» человека была посвящена тому, чтобы метаться внутри этой шеренги, пытаясь ухватить для себя побольше разнообразных стимулов. Вслух мечтая, конечно, о белых. Но это они так лукавили. Потому что черные выглядели гораздо важнее, импозантнее и внушительнее, благородно блестя глазами. И опять же, реакции на них выдавались также более драматически, а значит были более интересны. Поэтому и выбирали они гораздо чаще черные...

Ну, или кому как повезет...

И среди человечества даже целая армия разнообразно называемых учителей появилась, обучающих успешной ловле бло... ой... белых стимулов, конечно. Разумеется, для получения большего количества «хороших» реакций. И кому удавалось поймать их побольше, про него так и говорили – **УСПЕШНЫЙ ЧЕЛОВЕК.**

От слова – **УСПЕТЬ.**

Вот и старались – спешили в беготне за стимулами, и имена им разные давали, чтобы интереснее играть было – и информацией называли, и политикой, и событиями, и покупками, и отношениями ...миллионы названий... Конечно, чем больше, тем лучше, тем жить интереснее... это ж сколько раз отреагировать придется! И не сосчитать! Но самые интерес-

ные и желанные называли – словами и действиями других людей... И не только тех, кто рядом, но и тех, кого ни разу не видели, а только слышали про них по телевизору, да в интернете прочитали...

Ну, а деньги вообще вне конкуренции были...

И вся эта суета щедро удобрялась жалобами человек на усталость и потерю сил. Еще бы, пойдика так побегай, полови... Только желающих по собственной воле выйти из этой шеренги на простор и свободу можно было пересчитать по пальцам.

Почему?

Да потому как без постоянного получения стимулов извне для переживания своих разнообразных реакций, человеку становилось просто СКУЧНО! Чем тогда еще заниматься-то?

Вот и посчастливилось гулять на свободе, за пределами этой шеренги, в основном только детям малым, недавно родившимся. Да и то только до возраста 3—4 лет...

Для которых мир был – един, и не делился еще на белое и черное... И вообще, он просто БЫЛ... ТАКОЙ, КАК ЕСТЬ...

Которые не научились еще ставить оценки ни плохому, ни хорошему...

Ощущали только две эмоции – комфорт и дискомфорт...
Были идеальными для самих себя, не ожидая условий
и мнений со стороны...

С восторгом и интересом пробовали ВСЕ, что попадало
в поле их зрения...

Знали только один способ выбора явлений и предметов –
свой интерес к нему...

Точно ЗНАЛИ о своем праве быть в этом мире...

Делать все ТОЛЬКО по внутреннему импульсу...

Иметь все, что захочется...

И жить им еще было интересно.

Но при этом они искренне верили взрослым, которые старательно им объясняли общепринятое мира – разделение...
Обозначали словами каждый стимул и давали ему оценку...
И обязательно показывали, как надо на каждый стимул реагировать. Это – тебя обидели... это – тебе больно... этот мальчик – плохой... эта девочка – хорошая... это – просить нельзя... тетя заругает... мама любить не будет...

И пошло – поехало... миллион раз в сутки...

Все разложено, расставлено, подписано, учтено и запомнено...

И за несколько годов его жизни, успешно справившись с поставленной задачей, буквально за руку втягивали обученное азам реагирования дитяtko в общую шеренгу... Радуюсь, что все получилось так УСПЕШНО...

А дальше – обучение дитятки происходило уже внутри процессии... Медленного надевания на Бога смирительной рубашки программ, установок, ограничений, называемых одним словом – Человек.

И тут я вспомнила сказку Андерсена про рубашки, связанные из крапивы... которые превращали братьев из лебедей обратно в «нормальных» человекoв...

Давно понял товарищ, оказывается...

— —

И очень многое еще увиделось мне в этом мире человекoв... Скорее, почувствовалось... Или осозналось – просто появилось внутри как ЗНАНИЕ...

Но для него еще слов не придумалось... Не мной, а вообще...

И еще какое-то время это знание лежало неопознанным где-то в Марианской впадине моего сознания. И все усилия ума светить туда фонариками, чтобы вытащить его на поверхность и привести в удобный для понимания и описания вид, были тщетными. Не высвечивалось оно никакими прожекторами. Лежало себе уютно под камушком на самой глубине... Спало спокойно, наверное...

И я оставила его в покое. Решила прекратить спасательную операцию и переложить спасение утопающего на его собственные руки. Не зря же столько лет нас этому учили. Понадеялась, что когда-нибудь ему надоест там спать, и то-

гда оно само для себя найдет самые подходящие слова, нарядится в них и предстанет передо мной во всем своем величии...

А пока – мне было достаточно мысли о том, что оно там просто есть. Тем более, что увиденное и уже понятое рассеяли значительную часть окружающего мою жизнь тумана, и очертания настоящей свободы уже забрезжили передо мной...

Став Внутренним Наблюдателем, я не перестала быть от этого человеком. Как-то они стали уживаться вместе в одной мне. И я даже догадываюсь, как бы это назвали знакомые психиатры, расскажи я им об этом. А что, все ж подписано, диагнозами названо, чего тут думать, догадки строить... Поэтому я предусмотрительно решила обойтись без их помощи...

Я у нас была молодец.

Сажусь, пять.

Мне стало ясно, что все увиденное мной об этом мире ко мне тоже имело самое непосредственное значение. Да, с видимой физической реальностью я как-то научилась управляться. Но это совсем не значило, что я вышла из этого строя и гуляю себе на зеленой травке...

Нет, прям корова какая-то получается...

Еще раз...

Но это совсем не значило, что я вышла из этого строя и парю в небесах, глядя на всех остальных с высоты...

Птичьего полета? Уже лучше... Но можно еще, конечно, постараться...

Ладно, к сути перейду, пусть остается как есть...

Мне стало совершенно ясно, что набившее уже оскомину «исполнение желаний», непомерные усилия по сбыче мечт и улучшения физической жизни, как и все внешние атрибуты этого – это, конечно, хорошо. И никто с этим спорить не будет. Если они не существуют как основной смысл и цель.

Любое придуманное желание – это все то же ограничение.

И если раньше это казалось признаком независимости от системы, матрицы или любых других устрашающих слов, и я гордо размахивала флагом с надписью «Свобода», то сейчас мне пришлось выбросить этот флаг...

Нет, не выбросить... свернуть в трубочку и поставить в дальний угол... Еще пригодится!

Потому как жонглирование любыми вещами, деньгами, событиями и отношениями – это все та же ловля стимулов. Внешних. Для внутреннего реагирования на них.

Чем больше стимулов – тем больше реакций.

Просто сачок для их ловли становится вместительнее и удобнее. И «хороших» реакций становится больше.

Но суть от этого не меняется.

Тем более, что «плохих» парочек хоть и стало ощутимо меньше, но совсем в небытие они откровенно не спешили. И реагировать на них я продолжала с завидным постоянством.

Все та же жизнь в режиме автоматического реагирования.

Хорошо – плохо.

Плохо – хорошо.

Все внутри шеренги.

Приплыли.

Кому-то, может, на этом берегу и было уютно и тепло, но только в мои планы здесь оставаться вовсе не входило. Да и, по большому счету, назад мне дороги просто не было. А маленький счет кому интересен? Уж точно – не мне.

Теперь у меня было ясное понимание всего процесса. И понимание, почему так НЕ ИНТЕРЕСНЫ стали мне общепринятые «развлечения» человечества. Зачем же играть в то, что больше не вызывает интереса?

И пока сушились весла для продолжения плавания к заветному берегу, на котором бы я могла развернуть свой при-

прятанный флаг, я взялась за дело.

Выход из режима обусловленного реагирования стал моей главной целью.

Глава 5. И чё?

...Ну, с приятным происходящим было все более-менее понятно. Знай себе радуйся, чего тут говорить.

Только вот акцент я сместила на собственные чувства, отказавшись рассматривать любое событие или вещь как достижение, которое можно предъявить, рассказать, похвалиться.

Тот мой образовавшийся участок сознания, не принимающий участия в общей игре, стал четко и ясно мне показывать – есть ли тут моя чистая радость? Или это просто эпизод из сказки об общепринятом представлении о полноценном счастье?

Вот с негативными реакциями пришлось повозиться.

Много лет увлечения человеческой игрой научили меня думать, что стать хозяйкой своих реакций на любую ситуацию, конфликт, отношение, слова – это подвластно только кому-то там, на горе, в белых одеждах и нимбом над головой. Куда уж мне-то, в этой земной жизни! Знали бы, с кем и с чем тут дело иметь приходится! Какая уж тут хозяйка... В конфликтах-то всегда две стороны, даже если я сейчас злиться перестану, другого-то этим не остановишь... и обстоятельства тем более не изменишь...

А когда разные претенденты на нимб уверяли, что только позитивное мышление и приклеенная улыбка на лице – это

признак просветленности и главное условие хорошей жизни, то тут-то главные американские горки эмоциональных штормов и начались... Ходишь такая, улыбаешься, улыбаешься, улыбаешься, улыбаешься... сначала искренне, потом механически, потом через скрип зубов... а потом кааааааааакак взорвешься... тушите свет, сливайте воду... кто не спрятался – я не виноват...

Но стоило только увидеть, что все это – и любые ситуации, обстоятельства, отношения, наличие или отсутствие – а вместе с ними и правила поведения – только искусственное разделение на «хорошо» и «плохо», а в действительности это не больше, чем игра ума... то сразу стало понятно, что ее можно принять и участвовать в ней, а можно, насвистывая, просто отойти в сторонку. И там уже, на свежем воздухе и тишине ума самому решить, нравится тебе это, не нравится, или вовсе мимо пусть пробегает, стуча копытами...

И пара-тройка простых вопросов самой себе мгновенно сводило на нет все попытки ситуации нарядиться в черные одежды и убедить меня в своем неотвратимом трагизме:

– Это действительно так плохо, как кажется?

– Чем?

– Это реальные причины/последствия или придуманные?

И оказалось, что основная часть страшилок были только бумажками с написанным текстом, которые ум лихорадочно хватал со своих бесчисленных полочек и коробочек, разложенных там за долгие годы и бросался ими в меня, надеясь

произвести впечатление... И ничего общего с реальной жизнью они не имеют...

Летают себе вокруг меня, как самолетик. А когда я боялась бумажных самолетиков? Даже не припомню...

А постепенно я сократила и количество вопросов до одного-единственного. Повторяющегося нужное количество раз, если сразу не заходило:

– И ЧЁ?

О который разбивались все его доказательства.

Кстати, я даже стала подумывать о том, чтобы запатентовать новый эффективный способ для психологического и коучингового консультирования, да руки не дошли...

И наличие моего свободного выбора стало вдруг таким очевидным! Эврика! У меня есть выбор как реагировать, у меня есть выбор как к этому относиться! И к моему удивлению, это стало получаться само собой, как если бы я делала это всю жизнь.

Хочу – радуюсь! Но от души... просто так... не сверяясь, есть ли у меня для этого повод...

Хочу – злюсь, если вдруг захотелось! Но тоже – просто ради удовольствия... Зачем себе в нем отказывать?

Вернее, себе – человеку, личности. Потому что удовольствие в эти минуты получал только он. А Наблюдатель сидел в кресле, закинув ногу на ногу, в состоянии вселенского спокойствия, и с улыбкой смотрел на спектакль.

Зная, что «НА САМОМ ДЕЛЕ, ВСЁ УЖЕ ХОРОШО».

А вскоре и вопросы никакие не понадобились... Из кресла Внутреннего Наблюдателя все истории выглядели совсем по-другому...

В моменты моего «праведного» гнева он шептал: «Смотри, смотри... как ты потешно морщишь лоб... и губы в ниточку... а глаза-то, глаза-то как сверкают! Одно удовольствие на тебя смотреть! Давай, давай еще! Это ж кайф какой!»

И моему «гневу» хватало ровно несколько мгновений, чтобы поменять свое название на «кайф» и «удовольствие». Как волшебным образом меняются ценники в магазинах, чесслово... Только отвернулся – а они уже другие...

Но иногда он смотрел бездонными мудрыми глазами и шелестел:

– Да, сейчас ты такая... И это ПРОСТО ЕСТЬ...

– И плевать, откуда взялась эта грусть... правда... это не важно... совсем...

– Это не наказание, не недостаток, и не повод поставить себе оценку в дневник... Это просто энергия... и ты ее чувствуешь, осознаешь, проживаешь...

– Тебе пришла пора просто ее отпустить... прожить энергию, не погружаясь в информацию о ней – откуда, зачем и что с этим надо срочно сделать...

– На самом деле она хочет уйти, не оставив от себя даже и следа, поэтому так сильно проявляется. Она ждет твоего

разрешения, чтобы уйти.

– Свободно прожитая и отпущенная, ничего плохого она тебе не сделает... Она просто освободит место для другой...

– А вот подавленная, замеченная под ковер натянутой улыбки, притоптанная ботинком показной безупречности, останется еще надолго...

А уж если меня совсем «заносило» ненароком, он подмигивал и спрашивал: «Забыла?» И напоминал мне анекдот, который начисто сдувал с любой ситуации ее напускную значимость. И ее раздутость от важности лопалась на глазах, как воздушный шарик, проткнутый иголкой.

«Представьте, что вы прожили 80 лет благочестивой жизни, создали не одно духовное учение, и вот умираете, на смертном одре в окружении родственников, друзей и многочисленных учеников...»

Через 5 минут вокруг вас трехглазые инопланетяне, вырывающиеся из ваших семипалых лап бульбультор, спрашивают: «Ну как, торкнуло? Не шиняга? Стоит курить? Говори, че видел?»

И так я просто позволила себе свободно проживать любое приходящее чувство, не сверяясь при этом предварительно со списком правильных реакций на данную ситуацию,

не оценивая ее по шкале успешности и не дрожа от страха за возможные последствия.

И, само собой, безо всякого чувства вины и желания срочно ее вылечить.

Зато я все отчетливее видела, как энергия внутри меня, которой я позволила существовать и проявиться, как бы осуждающе она не называлась в коллективном сознании, благодаря этому самому моему признанию переставала меня давить и сжимать... И со временем просто исчезала...

А для ускорения ее и себя освобождения, да и чтобы окружающие не слишком страдали от моей «вседозволенности» – незаменимым помощником для ее быстрого преобразования из врага в друга стала для меня простая практика.

И на следующий день я чувствовала себя сытой довольной кошкой, получившей дополнительную порцию свежей вкусной еды...¹

И так, язык в голове, беззвучно проговаривающий мысли в ней же, прикусывался мной все сильнее и сильнее...

И – о, радость! – растиражированное утверждение, кричащее с каждого духовного забора о «неправильности» проявления «плохих» эмоций, оказалось тоже не более чем очередным придуманным ограничением!

Другими словами, выход оказался совсем в другой сторо-

¹ Отправьте письмо на адрес: marina081263@gmail.com с темой ПРАКТИКА, и я вышлю вам описание этой техники.

не от контроля за собой и своими эмоциями. Свобода была в отсутствии оценок! И самих «объективных» фактов жизни, и реагирования на них.

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.