



ЛУИЗА Л. ХЕЙ

ЖЕНЩИНА, ИСЦЕЛЯЮЩАЯ МИР

ШЕРИЛ РИЧАРДСОН

**Вас ждет
ТОЛЬКО
хорошее**

Поверь в себя и свои силы

УВЛЕКАТЕЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ
К НОВОЙ ЖИЗНИ

Луиза Л. Хей
Шерил Ричардсон
Вас ждет только хорошее
Серия «Луиза Хей представляет»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=56960916

Вас ждет лишь хорошее / Луиза Хей, Шерил Ричардсон; пер. с англ. П.

Цымбаровича; Э; Москва; 2017

ISBN 978-5-699-98416-9

Аннотация

Часто ли вам кажется, что вас преследуют неудачи, что обстоятельства складываются не в вашу пользу? На самом деле все зависит от вашего внутреннего настроя! Стоит переключиться на «нужную волну» – и разрешатся проблемы со здоровьем, финансовые неурядицы, уйдут душевные тревоги. Изменить жизнь к лучшему можно, последовав советам Луизы Хей. Впереди вас ждет только хорошее – в этом уверены сама Луиза, одна из основательниц движения самопомощи, автор бестселлеров в жанре популярной психологии, и ее соавтор, известная журналистка Шерил Ричардсон. Шаг за шагом следуя по страницам книги, вы научитесь с помощью аффирмаций управлять настроением и мыслями, воплощая свои мечты в жизнь. Полезные советы ярко иллюстрируются историями из

жизни Луизы Хей, которые доказывают эффективность ее метода. В книге множество affirmаций на все случаи жизни, среди которых непременно отыщутся нужные вам именно сегодня!

Содержание

Введение от Луизы Хей	6
Введение от Шерил Ричардсон	9
Глава первая	18
Глава вторая	46
Конец ознакомительного фрагмента.	50

**Луиза Хей,
Шерил Ричардсон
Вас ждет лишь хорошее**

© Цымбарович П., перевод на русский язык, 2014

© Оформление. ООО «Издательство «Э». 2017

Введение от Луизы Хей

На протяжении многих лет одной из моих аффирмаций¹ было: «*Впереди меня ждет только хорошее*». Эта установка придавала мне уверенности в каждом дне, я никогда не переживала из-за своего будущего. Испытания, которые посылала мне судьба, вызывали во мне только радость и, зачастую, восхищение.

Так было и в тот раз, когда Рейд Трейси, президент издательского дома «Хей Хаус», предложил написать книгу вместе с Шерил. Идея сразу показалась мне интересной – у нас могло получиться что-то особенное. Улыбнувшись, я согласилась, предвкушая открывающиеся передо мной возможности.

Но естественно, это предложение вызвало у меня массу вопросов: о чем мы будем писать; сойдутся ли наши стили; будет ли у нас достаточно времени и так далее... Мы должны были столкнуться с определенными трудностями хотя бы потому, что жили в разных штатах. Но мы периодически встречались и успевали написать главу-две, а, когда мы были далеко друг от друга, то общались через скайп². Мы сидели

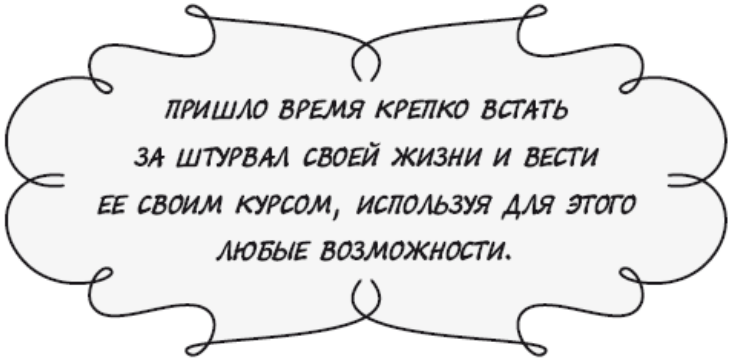
¹ Аффирмация (англ. *affirmation* – утверждение) – короткая фраза, многократное повторение которой закрепляет в подсознании определенную установку или образ. (Здесь и далее – примечания переводчика.)

² Скайп (англ. *Skype*) – технология и программное обеспечение, позволяющие

перед мониторами своих компьютеров зачастую в пижамах, без макияжа, так близко друг к другу, будто находимся в одной комнате.

Совместная работа над книгой заметно изменила наши с Шерил жизни, причем в лучшую сторону. Мы бы хотели поделиться с вами своими достижениями. Каждый из нас может улучшить свою жизнь, надо лишь поработать над собой, научиться думать только о том, что радует наше сознание. Такая практика сделает жизнь восхитительно богатой.

Мы с Шерил хотели написать такую книгу, чтобы дать в ней свой метод в наиболее понятном виде и помочь вам шаг за шагом научиться жить свободно от душевных тревог, в мире с самим собой и с окружающими людьми. Мы хотели, чтобы вы чувствовали себя не жертвой обстоятельств, но творцом интересной и увлекательной жизни.



*ПРИШЛО ВРЕМЯ КРЕПКО ВСТАТЬ
ЗА ШТУРВАЛ СВОЕЙ ЖИЗНИ И ВЕСТИ
ЕЕ СВОИМ КУРСОМ, ИСПОЛЬЗУЯ ДЛЯ ЭТОГО
ЛЮБЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ.*

Читая эту книгу глава за главой, вы будете чувствовать, как ваши плечи расслабляются, брови разглаживаются, а напряжение и страх пропадают. Вы поймете, что жить можно намного лучше.

♥ Вас ждет легкое увлекательное путешествие к новой, особенной жизни; а мы поможем вам совершить его.

Это путешествие должно принести удовольствие, а не превратиться в отчаянное преследование цели. Мы любим вас и готовы поддержать на пути к новым приключениям и особенной, чудесной жизни!

Введение от Шерил Ричардсон

Существует универсальная энергия, божественная сила, создающая нас, поддерживающая нас, объединяющая нас вместе и взаимодействующая с нашими мыслями, словами, решениями, сообщающая нам жизненный опыт. Как только вы научитесь работать в связке с этой мощной силой, то станете хозяином своей судьбы. Формула проста: *Держите в голове лишь положительные мысли, принимайте лишь положительные решения, совершайте лишь такие поступки, которые приносят вам радость.* Верьте, что в жизни вас ждет лишь хорошее.

Эта простая формула помогла улучшить мою жизнь и поможет улучшить вашу. Если вы будете пользоваться ею и, что важно, доверять ей, жизнь изменится чудесным образом. Вам откроется исключительная возможность сделать свою жизнь полной и разнообразной. Для меня такой возможностью была эта книга.

* * *

Сейчас позднее утро, я завтракаю с Рейдом Трейси, президентом издательского дома «Хей Хаус». Мы с Рейдом знакомы уже много лет, вместе ведем семинары для желающих

расширить свой кругозор. На занятиях мы знакомим участников с искусством письма, публичной речи, учим выступлениям на радио и телевидении, объясняем, как использовать средства массовой информации, чтобы привлечь к себе новую публику. Наши курсы называются «Говори, пиши и рекламируй: стань сотрясателем основ» – это проект, воспитывающий новое поколение профессионалов, ясно осознающих свои возможности.

Прямо за завтраком в беседе о нашем новом проекте Рейд буквально ошеломил меня неожиданным предложением:

– Шерил, я подумал, почему бы тебе не написать книгу вместе с Луизой?

Я аккуратно положила вилку на стол и переспросила с полным ртом, не в силах скрыть удивление:

– Луизой Хей?

– Да, – Рейд улыбался, – Луизой Хей.

С Луизой Хей – пионером нового типа мышления под девизом «Помоги себе сам» – я познакомилась более двадцати лет назад. Точнее, не с ней лично, а с ее книгами. Луиза разработала собственное учение о самопомощи методом мотивации и самовнушения. В ее книге «Исцели свою жизнь», опубликованной в 1984 году, впервые говорилось о связи телесных недугов с внутренними переживаниями и эмоциональными проблемами. Насколько я знаю, эта книга разошлась по всему миру тиражом более пятидесяти миллионов экземпляров и сильно повлияла на многие жизни.

Я так и сидела, уставившись на Рейда, а в голове вертелась фраза – «круг замкнулся». Написать книгу вместе с Луизой Хей... Воображение перенесло меня в середину восьмидесятых, к нашей первой встрече. Я тогда была молодой девушкой, пыталась найти свое место в жизни. Мне случайно попала в руки книга «Исцели свою жизнь», с которой начался мой личный путь исцеления.

Тогда я добровольно поехала в Кембридж, штат Массачусетс, в место под названием Интерфейс. Это центр холистического образования, который славится учебной программой, основанной на идеях таких популярных мыслителей, как Мэрион Вудман, юнгианский³ аналитик и основатель женской психологии; Джон Брэдшоу, человек, введший в американское сознание в своей радиопередаче «Брэдшоу о семье» понятие неблагополучной семьи; и Берни Сигл, хирург, который предлагал врачам и пациентам смотреть на процесс лечения как холистическое действие, затрагивающее не только наши физические тела, но также и сознание. Однажды Луиза прилетала к нам в центр Интерфейс с лекцией о своей книге, и я должна была встретить ее в аэропорту и довести до отеля.

Я волновалась – с одной стороны, очень хотелось встретить человека, который так сильно повлиял на твою жизнь, но в то же время я немного побаивалась этой встречи. Кни-

³ Юнгианский – по фамилии одного из основателей психоанализа Карла Густава Юнга, ученика и близкого друга Зигмунда Фрейда.

га Луизы – это история ее жизни, рассказанная с такими интимными подробностями, что невольно начинаешь воспринимать автора как очень близкого тебе человека. Ее удивительная способность преобразовать жестокое и унижительное прошлое в настоящее, полное исцеления, радости и мира, вдохновила меня пойти ее дорогой. Эта книга научила меня смотреть на жизнь по-особому: если ты хочешь изменить окружающий тебя мир, то сначала измени свой образ мышления. И ни в коем случае не пускай жизнь на самотек. **Пришло время крепко встать за штурвал своей жизни и вести ее своим курсом, используя для этого любые возможности.**

По дороге в аэропорт я старалась перестать нервничать, повторяла себе, что буду говорить Луизе. Я очень боялась, что начну задавать много лишних вопросов. На месте я узнала, что рейс Луизы из Калифорнии задерживают. Я провела в ожидании больше двух часов, и за это время мое беспокойство переросло в настоящую панику. Когда Луиза наконец показалась в проходе, я медленно подошла и представилась. Она улыбнулась, пожала мне руку, и мы пошли к машине. За всю дорогу к отелю я не проронила ни слова.

Жизнь свела нас снова несколькими годами позже, уже при совсем других обстоятельствах. Уже не была той молодой девушкой из восьмидесятых, была женщина, способная писать собственные книги о путях самопознания. В этот раз мы с Луизой встретились за обедом, организованным ее

компанией, издательским домом Хей. Позже таких встреч было еще много, и каждая из них помогала нам лучше узнавать друг друга.

По прошествии лет, проведенных в обществе Луизы, я смотрю на нее как на вдохновленного великой целью человека, который и в свои восемьдесят четыре года остается *искренне* верен тому, чему учит других. **Луиза – замечательный пример того, что значит следовать своей дорогой к особенной жизни♥.**

И теперь, осмыслив предложение Рейда, я подумала: «Эта книга – уникальная возможность поучиться у женщины, которая так сильно повлияла на мою жизнь и жизни миллионов других» И в этом нет ничего сложного. Я напишу книгу и обрету новый опыт. И это будет прекрасно, ведь мудрость Луизы, почерпнутая когда-то из ее книги, и сейчас оказывает значительное влияние на меня.

Весь прошлый год я каждый день занималась по ее методу аффирмаций. По утрам, перед работой, я записывала в своем дневнике специальные фразы, которые утверждали в моем сознании положительные установки на день. Я с нетерпением ждала результата этого «ритуала» и внимательно следила за собой.

Очень скоро я заметила, что в течение дня стала чувствовать себя иначе: я была полна энтузиазма и желания жить. Я научилась избегать дурных мыслей, заменяя их на позитивные и светлые. И это еще не все – чем дольше я занималась

по этой методике, тем более глубокими и сокровенными становились мои аффирмации. По прошествии пары месяцев я начала замечать в них определенную структуру. Они как бы указывали на те вещи, к которым я подсознательно стремилась. Вот аффирмация, занимавшая в то время центральное место в моем сознании:

«Я работаю в творческом сотрудничестве с умными, креативными людьми над проектами, способными помочь миру».

Сначала она меня удивила. Ведь от природы я одиночка, привыкла все решать сама и принимать все удары на себя. Но вскоре я поняла, что это самый неудачный и неинтересный путь, и стала делать упор на работу в коллективе с людьми, которые поддерживают и вдохновляют меня. Вот пример того, как жизнь сама указывает нам на наши проблемы. Я только сосредоточила свою энергию, и это дало результат.

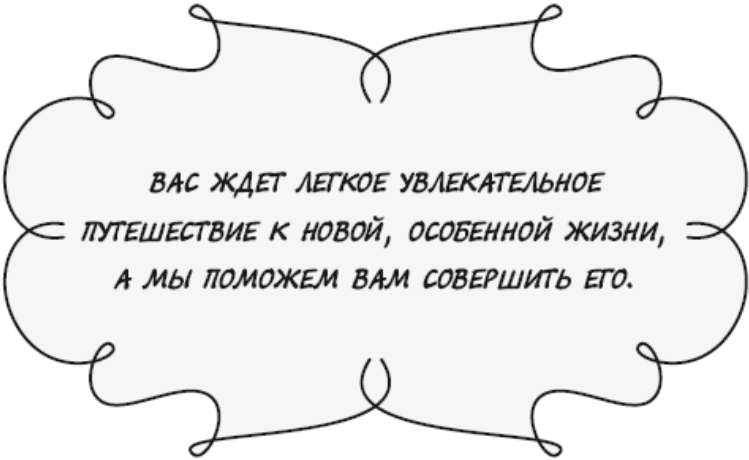
Я все больше и больше думала о предложении Рейда – предо мной открывалась новая дверь, за которой меня ждало что-то интересное и очень важное, и я решила не упустить возможность:

– Хорошо, Рейд, с чего начнем?

* * *

Неделей позже мы с Луизой обсуждали предстоящую работу, написание этой книги было для нас большим делом.

Мы сошлись на названии «Доверяй жизни». Было решено не придерживаться какого-либо определенного плана – пусть лучше книга сама ведет нас, пускай она сама себя пишет. И так оно и вышло в итоге.



*ВАС ЖДЕТ ЛЕГКОЕ УВЛЕКАТЕЛЬНОЕ
ПУТЕШЕСТВИЕ К НОВОЙ, ОСОБЕННОЙ ЖИЗНИ,
А МЫ ПОМОЖЕМ ВАМ СОВЕРШИТЬ ЕГО.*

Мы несколько раз встречались в Северной Америке и Европе и провели серию достаточно интимных, душевных бесед. Хотя прежде всего я старалась изложить свой собственный взгляд на мир, книга отражает и наши общие выводы, результаты наших бесед, в которых мы обсуждали наши духовные принципы, говорили об отношении к себе и своему телу, к старению и к умиротворенному, открытому отноше-

нию к неизбежному концу нашего пребывания здесь, на Земле.

Искренне надеемся, что это поможет вам начать вашу исключительную жизнь. Читая эту книгу, вы осознаете одну простую вещь, которая нам с Луизой уже известна: *жизнь любит вас!*

ВАС В ЖИЗНИ ЖДЕТ ЛИШЬ
ХОРОШЕЕ. ЭТА ФОРМУЛА
ПОМОГЛА УЛУЧШИТЬ МОЮ ЖИЗНЬ
И ПОМОЖЕТ УЛУЧШИТЬ ВАШУ.
ЕСЛИ ВЫ БУДЕТЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ
ЕЮ И, ЧТО ВАЖНО, ДОВЕРЯТЬ
ЕЙ, ЖИЗНЬ ИЗМЕНИТСЯ
ЧУДЕСНЫМ ОБРАЗОМ.



Глава первая

Ответь на звонок и вскрой почту

Я у своего компьютера дома, в Массачусетсе, смотрю в окно на замороженные улицы. Передо мной чашка любимого чая – королевская смесь «Фортнум энд Мейсон» и немного свежего миндального молока. Мне не терпится начать работу над нашей книгой.

Когда мы только планировали нашу работу, Луиза застигла меня врасплох предложением использовать скайп, чтобы мы могли видеть друг друга на расстоянии. Я сама только недавно узнала об этой программе и была очень удивлена тем, насколько Луиза «продвинута» в своем возрасте. Что ж, неплохое начало.

Работа над этой книгой могла помочь мне самой, помочь найти свой путь, помочь пройти его. Я собиралась лучше узнать Луизу, больше услышать о ее жизни. Что заставило ее заняться самоисцелением? Чем она руководствовалась? Что вдохновило ее основать компанию, которая так сильно влияет на миллионы жизней по всему миру?

Однако это не было простым любопытством. Я хотела провести что-то наподобие исследования. Ведь Луиза уже много раз рассказывала свою историю: в книге «Исцели свою жизнь», во время многочисленных бесед и интервью, на раз-

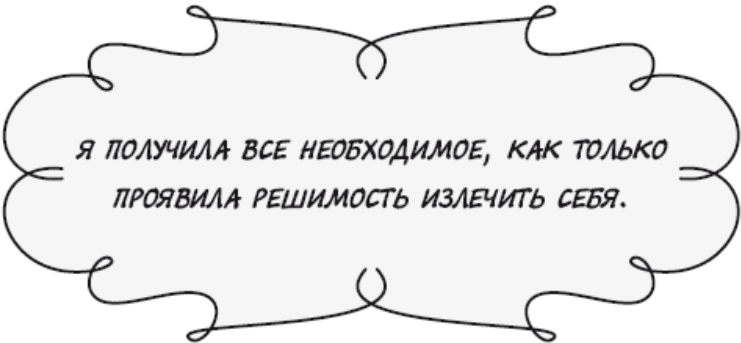
личных лекциях и семинарах. Да и сама я уже неоднократно писала о своей жизни, поэтому я понимала, как это утомительно – повторять одно и то же сотни раз подряд. Поэтому в этот раз я хотела посмотреть на жизнь Луизы с другой стороны. Я хотела узнать о тех мудрости и опыте, которые ей подарил возраст.

И я немало удивилась интуиции Луизы, когда в нашем первом разговоре о проекте она сказала мне:

– Я уже описывала свою жизнь в своей первой книге, так что, думаю, повторяться не стоит. Я думала о том, как я развивалась духовно за это время. Почему бы нам не написать об этом?

Я глубоко вздохнула и улыбнулась:

– Отлично, я внимательно слушаю.



**Я ПОЛУЧИЛА ВСЕ НЕОБХОДИМОЕ, КАК ТОЛЬКО
ПРОЯВИЛА РЕШИМОСТЬ ИЗЛЕЧИТЬ СЕБЯ.**

В назначенное время я набрала номер, кликнула кнопку видеосвязи и увидела Луизу. Вот она – прямая осанка, высоко поднятые очки и лучезарная улыбка. Мы поболтали пару минут и принялись за работу. Я включила запись на своем iPhone, положила руки на клавиатуру и задала первый вопрос Луизе: «Что заставило вас встать на путь духовного развития?»

«Я решила заняться самосовершенствованием примерно в сорок два года. Я тогда была замужем за очаровательным англичанином, который дал мне возможность лучше изучить общество и его порядки, понять, как лучше вести себя и действовать в тех или иных ситуациях. В общем, то, чего я была лишена в детстве. Я росла в жестокой семье, мы никуда не выходили и ничем не занимались. Я сбежала из дома, когда мне было пятнадцать. Я училась выживать, но не жить. Мой муж был светским и очень воспитанным человеком, и я многому от него научилась. Мы замечательно проводили время, я думала, что мы будем вместе вечно, говорила себе, что это никогда не закончится. Но однажды он пришел ко мне и потребовал развода. Мой мир был разрушен».

– Господи, наверно это было ужасно.

«Да. Мой муж был известным человеком, новость о нашем разводе была во всех газетах. Мне тогда было очень

больно, и я сразу же сказала себе: «Видишь, ты ничего не можешь сделать правильно». Но теперь, когда я вспоминаю то время, я понимаю, что наш развод был лишь дверью, которую необходимо было закрыть, чтобы вступить на новый этап моей жизни. Если бы не развод, я бы никогда не стала той Луизой Хей, каковой являюсь сейчас. Я бы стала маленькой послушной английской женой, очень хорошей женой по моим представлениям, но не той, кем мне суждено было стать. То, что случилось, должно было случиться».

Я слушала Луизу и думала, как в чьей-нибудь тихой уютной жизни вдруг раздастся сигнал тревоги, команда подъема. И в моей жизни определено прозвучал этот сигнал, прежде чем я проснулась, – это были и боль разбитого сердца, и обида за увольнение с работы, и огонь стыда, и настоящий пожар, уничтоживший наш семейный бизнес. Последнее происшествие пробудило меня окончательно и буквально вытолкнуло на путь духовного самосовершенствования.

«Год у меня ушел на то, чтобы справиться с потерей. И передо мной открылась новая дверь. Одна моя подруга пригласила меня на лекцию нью-йоркской Церкви религиозной науки. Она не хотела идти одна и попросила меня составить ей компанию. Я согласилась, но когда пришла, то не увидела ее там. Я немного подумала и решила остаться. И пока я там была, случайно услышала фразу: «Если вы измените свое мышление, то сможете изменить и жизнь». Вроде ничего особенного, но на меня фраза произвела большое впечат-

ление».

– Как вы думаете, почему она так привлекла ваше внимание?

«Не знаю. Это было странно, ведь до сих пор меня ничто подобное не интересовало. Помнится, у меня была подруга, которая пыталась отвести меня на занятия в союз молодых христианок, но у нее не получилось. Мне было неинтересно. Но на этот раз было иначе. Удачно было и то, что подруга на лекцию не пришла. Все сложилось как нельзя лучше».

Все сложилось как нельзя лучше... Поначалу это напоминает утверждение, что все в мире имеет свою причину. Не очень-то просто усвоить такую истину, особенно в час боли и страданий. Но если мы научимся видеть в любых, даже самых трудных моментах нашей жизни посыл к чему-то новому и хорошему, то мы научимся доверять жизни. Мы научимся понимать, что, даже если сейчас не все идет гладко, жизнь ведет нас правильной дорогой к счастью.

«Все в мире имеет свою причину», как и «Все сложилось как нельзя лучше» – рождены идеей относиться к жизни, как к школьному уроку. **Если мы станем учениками жизни, будем учиться на собственном опыте, то станет понятно, что все действительно имеет свою причину. Таким образом, даже самые непростые моменты жизни мы сумеем обратить в итоге себе на пользу.**

Луиза продолжала: «После того раза я стала постоянно ходить на лекции в церковь. Мне хотелось узнать больше. Ока-

залось, у них была годовая программа тренинга, и я решила записаться на нее. На первом тренинге у меня даже не было учебника, и я просто слушала. Потом уже я занималась с учебником. Было очень трудно, но я не бросила курсы. Через три года я стала лицензированным тренером, то есть я могла сама проводить консультации».

– А в чем заключались эти консультации?

«Ко мне приходил человек со своей проблемой, например болезнью или финансовыми трудностями, и я проводила сеанс «лечения». Это было что-то наподобие молитвы. Нужно было принять факт, что существует единая созидательная сила, частью которой является каждый из нас. Мы проговаривали в форме положительного утверждения то, к чему стремимся, чего желаем. Например, «мое тело свободно от болезней и полно сил» или «я и моя семья живут в достатке и благополучии». Нашу молитву мы заканчивали словами «да будет так». Таким образом, как только человек начинает думать о своей проблеме, его страх и беспокойство как бы напоминают, что жизнь сама позаботится о ней и все будет хорошо».

Я была хорошо знакома с процедурой лечения. В двадцать пять лет я была буквально пленена работами учителей Новой Мысли, такими как Кэтрин Пондер, Флоренс Скавел-Шинн, Норман Винсент Пил, Роберт Колье. А в тридцать мой лучший друг Макс дал мне книгу доктора Эммета Фокса, служителя Новой Мысли, которая называлась «Нагорная про-

поведь». Она радикально изменила мое мышление и заинтересовала в других работах Фокса. Его следующая книга «Сила конструктивного мышления» («*Power through constructive thinking*») стала моим путеводителем на целый год. Я тщательно изучила ее и стала практиковать его учение об использовании универсального источника энергии, доступного каждому из нас. Кстати, Луиза также близко знакома с работами Эммета Фокса:

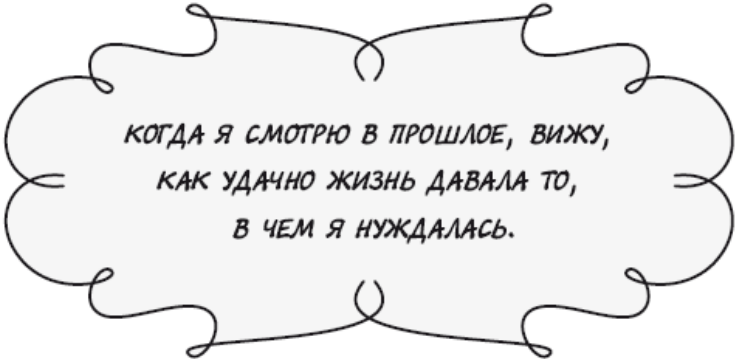
«Мне нравится Эммет Фокс. Он был очень хорошим человеком. Я сама долгое время пользовалась его работами. Я неплохо справлялась с работой в церкви и скоро стала делать успехи. Мои коллеги обычно работали в выходные или по вечерам. Я же занималась с людьми целыми днями на протяжении трех недель. Они шли ко мне и хотели со мной работать».

– А как вы думаете, в чем была причина ваших успехов?

«Я не знаю. Как только я встала на путь духовного развития, я почувствовала, что не контролирую происходящего, более того, мне и не нужно было это делать. Жизнь всегда сама дает то, что мне нужно. Мне остается лишь благодарно это принимать. Люди часто спрашивают меня, как я пришла к идее основать издательство «Хей». Мой ответ всегда один и тот же: «Я ответила на звонок и проверила почту. Я сделала то, что должна была».

Я прекрасно понимала, о чем говорит Луиза. Хотя я стала практиковать духовное самосовершенствование с двадцати

лет, только к сорока годам я стала доверять жизни, а не пытаться управлять ею. Все это время я была очень целеустремленным человеком. Я сделала карьеру, неплохо зарабатывала, завела хорошие связи и тому подобное. Я ставила перед собой цели и строила планы их достижения. Теперь понятно, что это было неплохим способом использовать свою энергию. Но потом кое-что изменилось. Что-то во мне переключилось, и хотя я продолжала рисовать перед собой карты сокровищ – яркие картинки будущего, к которому хотелось стремиться, я больше не гналась за успехом. Я стала больше думать о том, куда ведет меня жизнь.



*КОГДА Я СМОТРУ В ПРОШЛОЕ, ВИЖУ,
КАК УДАЧНО ЖИЗНЬ ДАВАЛА ТО,
В ЧЕМ Я НУЖДАЛАСЬ.*

«Вот так я и жила. Было так, будто жизнь заботится обо всем одновременно. Так мы начали бизнес с моей матерью. Ей тогда было уже девяносто восемь лет, но она отлично по-

могала мне с почтой.

И сейчас, когда я смотрю в прошлое, то вижу, как удачно жизнь давала в мое распоряжение то, в чем я нуждалась. Например, после развода я познакомилась с постановщиком из нью-йоркского Испанско-Американского театра. Мы с ним и группой актеров проработали вместе около года. Потом он уехал обратно в Испанию, а я продолжила играть, чтобы получить право на вступление в ассоциацию актеров. Но на этом моя актерская деятельность и закончилось – никто не звонил мне и не предлагал ролей. Но я особо не расстраивалась, ведь я не собиралась делать карьеру актрисы».

– А был ли театр одной из тех необходимых жизненных ступеней?

«Театр был хорошей подготовкой к публичным выступлениям, которых потом было очень много. Я не боялась публички, так как уже прошла школу сцены. И людям, похоже, нравились мои лекции. Для меня публичная речь была как игра на сцене, с той лишь разницей, что сценарий я писала сама. Мне не приходилось делать того, что от меня просят; я делала то, что хотела сама».

– То есть целыми днями вы работали с людьми, которые обращались к вам за помощью. Но вы как-то развивались?

«Одной из проблем, над которыми мы работали в церкви в рамках Школы религиозной науки – я называю это школой – было соотношение различных заболеваний с душевными

расстройствами. Я была очарована этой работой. Помню, я тогда делала записи: идеи из книг, которые читала, мои собственные соображения, наблюдения за людьми, с которыми работала. Когда я показала их в своем классе, кто-то сказал: «Луиза, это же потрясающе! Почему бы тебе не опубликовать эти записи?»

И я выпустила маленькую брошюрку в двенадцать листов с содержанием в голубой обложке. Я назвала ее «Что причиняет боль» («What Hurts»), но она больше известна под милым названием «Маленькая голубая книжка». В ней перечислены некоторые заболевания, возможные эмоциональные расстройства, вызывающие их, и короткое описание лечения, которым можно их победить. Я до сих пор помню, как пошла показать брошюру доктору Баркеру, руководителю нашей школы. Он сказал тогда: «О, Луиза, как мило. Сколько копий ты заказала? Пятьдесят?» А я ответила, что пять тысяч. «Что?! Ты спятила! Тебе никогда их не продать...»

Я сделала пять тысяч экземпляров, потому что знала: чем больше заказ, тем дешевле будет стоить каждая копия. Каждая из этих пяти тысяч брошюр обошлась мне в двадцать пять центов, продавала я их по доллару за штуку. Я не хотела заработать на них, я просто хотела поделиться информацией. Но в итоге я продала все пять тысяч».

– То есть слова доктора Баркера вас не остановили?

«Нет, я продолжила то, чем занималась. Когда голубые книжки были готовы, я разослала по копии в каждую Цер-

ковь метафизики, которую смогла найти в справочниках, и некоторые заказали еще. Периодически продавались одна-две книги. Дело шло очень медленно. За первый год я выручила всего сорок два доллара. Но я была так горда собой, ведь я выпустила собственную книгу! Для меня это было чем-то особенным. Конечно, я не надеялась, что продам все пять тысяч, но через два года они все разошлись, все до единой. Потом я переиздала книгу.

Я решила сходить в церковную книжную лавку понаблюдать за покупателями. Я заметила, что если человек обращал внимание на мою книгу, то он ее покупал. Но большинство ее просто не замечали. Тогда я решила, что ей нужен другой заголовок. Я дополнила содержание и переиздала книгу под названием «Исцели свое тело». К этому времени я стала получать письма, в которых люди спрашивали о своем здоровье и жизни. Я садилась перед печатной машинкой, думала об их вопросах, а мои пальцы печатали. На каждый мой ответ приходили письма удивления: «Откуда вы знали?! Как вы угадали?!», и это придавало мне уверенности в том, чем я занималась. В конце концов я ушла из церкви и разработала собственную методику работы с людьми».

– И как вы практиковали после ухода из церкви?

«Я занималась по методу, который называла быстрой терапией – пять-шесть занятий, не больше. Либо ты принимаешь то, о чем я говорю, и меняешь свою жизнь, либо нет, и не стоит тратить ни твои деньги, ни мое время. Некоторые

люди после первых занятий уходили, считая мое учение глупостью. Но если ты сможешь принять его или хотя бы постараешься сделать это, то увидишь, как твоя жизнь меняется к лучшему.

На каждом занятии, ближе к концу, я предлагала пациенту удобно лечь и включала спокойную музыку. Обычно это был Стивен Халперн, его музыка очень мирная и не надоедает. Потом клиент должен был закрыть глаза, сделать пару глубоких вдохов, расслабить тело от головы и до кончиков пальцев ног, а я проводила сеанс «лечения». Я записывала его на аудиокассету и отдавала пациенту. Если он приходил еще раз, то брал с собой кассету, и я дополняла запись следующим занятием. В итоге у человека была кассета с положительными установками, которые он слушал каждый вечер перед сном, чтобы подкрепить лечение. Каждый пациент знал, что когда он закончит слушать свою запись, в голове у него будут только хорошие мысли».

– Итак, вы разработали свою программу работы с клиентами и выпустили первую книжку. Что было дальше?

«Да, это было как раз тогда, когда у меня обнаружили рак. Конечно, это потрясло меня до глубины души. К такому диагнозу нельзя отнестись спокойно. Помню, я тогда позвонила своему учителю: «Эрик! Эрик! Они говорят, что у меня рак!» А он ответил: «Луиза, ты не для того столько над собой работала, чтобы умереть от рака. Давай посмотрим на это позитивно». И это мгновенно меня успокоило. Он был тем,

кому я доверяла и верила, и я знала, что он меня поддержит. Так началось мое исцеление».

– Но, я так понимаю, вы должны были слышать истории об исцелении от людей, с которыми работали и которым помогали. Разве это не дало вам уверенности, что и со своим недугом вы справитесь?

«Да, конечно. Но одно дело видеть, как меняются чужие жизни, а другое – столкнуться с собственным роковым диагнозом. Я решила, что жизнь дает мне шанс доказать самой себе то, что мое учение действительно работает».

– То есть вы узнали о своем диагнозе и занялись собственным исцелением.

«И результат был действительно удивителен – я **получила все необходимое, как только проявила решимость излечить себя.**♥ Я познакомилась с диетологом, который изначально не собирался лечить меня, ведь ничего другого, кроме химиотерапии, против раковых заболеваний не используется. Помню, он попросил меня подождать немного в приемной. Он осмотрел пару других пациентов и только потом пригласил меня. Мы стали говорить, и в ходе беседы он узнал, что я была членом Церкви религиозной науки. Оказалось, что он тоже входил в нее. Тут все и изменилось. Он сделал меня своей пациенткой и многое поведал мне о правильном питании. Оказалось, что у меня была не очень хорошая диета.

Потом я нашла хорошего терапевта, который помог мне

разобраться с проблемами моего детства. В ходе его сеансов я высвобождала свою злобу: у меня были истерики, я кричала, била подушки. Для исцеления мне необходимо было отпустить старые обиды, научиться прощать. Нужно было хорошо почистить свое прошлое».

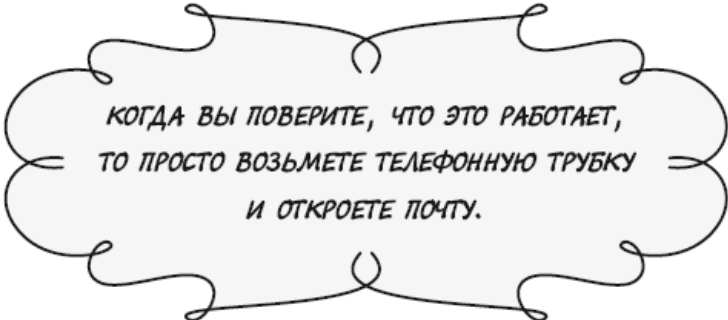
Я остановила Луизу:

– Можно поподробнее о прощении? Я знаю, у вас было жестокое прошлое, и хотелось бы узнать, проводил ли доктор какую-нибудь процедуру очищения. Я спрашиваю об этом, потому что знаю: люди хотят отпустить воспоминания, которые причиняют боль. Те, с которыми обычно связаны предательство, потери, жестокость.

«Да, такая процедура была. Для начала я сосредоточилась на мысли, что мои родители появились на свет крохотными младенцами. Да, они плохо со мной обращались, но ведь когда-то они были невинны. Мне нужно было понять причину такого отношения ко мне. Я сложила вместе все, что о знала о них из их собственных историй, и поняла: мои родители воспитывались в ужасных условиях. Если вы посмотрите в прошлое самого последнего злодея на земле, то увидите ужасное, дикое детство. Многие в моей ситуации всю жизнь держат в душе обиду. Но я смогла простить своих родителей, потому что я понимала их».

– Итак, в борьбе с раком вы заручились поддержкой хороших диетолога и терапевта. Плюс вы практиковали прощение. Правильно?

«Я также занималась рефлексотерапией ног. Знаете, **стоит только настроиться на исцеление, как у вас появится все для этого необходимое. С вами начнут происходить маленькие, незначительные, на первый взгляд, вещи, но сообща они будут вести вас к выздоровлению.** Вот пример. Я и раньше слышала, что рефлексотерапия ног – мощный способ очистить тело от токсинов.



*КОГДА ВЫ ПОВЕРИТЕ, ЧТО ЭТО РАБОТАЕТ,
ТО ПРОСТО ВОЗЬМЕТЕ ТЕЛЕФОННУЮ ТРУБКУ
И ОТКРОЕТЕ ПОЧТУ.*

На одной из лекций, которые я посещала, я решила сесть в заднем ряду, хотя обычно садилась в передних. Буквально через две минуты рядом со мной сел мужчина, который оказался рефлексотерапевтом, работающим на дому. Мы представились друг другу, и я поняла – нам было суждено встретиться. Мы договорились, что он будет приходить ко мне три раза в неделю. Я знала, это мне необходимо. Я помню первую процедуру. После очищения мои ноги будто бы стали про-

зрачными, столько токсинов он из меня вывел.

– Если подвести итог сказанного, ваше лечение включало в себя комплексную работу с телом, эмоциями и сознанием?

«Все было именно так. Через полгода я пошла в больницу и оказалось, что рака больше нет. Он пропал. Когда я шла к врачу, мой внутренний звоночек – моя интуиция – говорил мне, что я здорова. Но мне нужно было медицинское подтверждение. И когда я его услышала, то почувствовала, что любое заболевание может быть излечено, главное захотеть этого».

– Но вы признаете, что исцеление было итогом комплексной работы, работы над сознанием, телом и эмоциями? Это не было просто верой в хороший исход?

«Ты права. Но **если правильно настроиться на выздоровление, то помощь сама придет к тебе.**♥ Ты должна захотеть излечить свой организм».

*СТОИТ ТОЛЬКО НАСТРОИТЬСЯ
НА ИСЦЕЛЕНИЕ, КАК У ВАС
ПОЯВИТСЯ ВСЕ ДЛЯ ЭТОГО
НЕОБХОДИМОЕ. С ВАМИ НАЧНУТ
ПРОИСХОДИТЬ НЕЗНАЧИТЕЛЬНЫЕ,
НА ПЕРВЫЙ ВЗГЛЯД, ВЕЩИ, НО
СООБЩА ОНИ БУДУТ ВЕСТИ ВАС
К ВЫЗДОРОВЛЕНИЮ.*



– А что нужно для правильного настроя? Как привлечь к себе помощь?

«Для начала необходимо изменить свое отношение к проблеме. Нужно переключиться с мысли «это сделать невозможно» на «это легко сделать, нужно только понять как». Я

всегда говорила, «неизлечимое заболевание» – это то, которое невозможно вылечить ни одним известным на данный момент внешним воздействием, поэтому нужно идти изнутри. И это, в первую очередь, значит изменение образа мышления. Также **важно изменить самооценку – верь, что ты заслуживаешь исцеления. Такое утверждение может использоваться как аффирмация. Если ты разовьешь в себе такую уверенность, то жизнь даст все необходимое для излечения».**

– А если представить, что эту книгу сейчас читает человек, желающий разобраться с собственным недугом, какие аффирмации вы ему посоветуете для направления его мышления в правильное русло?

«Я бы начала со следующих».

Я люблю и прощаю себя.

*Я прощаю себя за то,
что позволил(а)[гневу, страху, разочарованию...]
навредить моему телу.*

Я заслуживаю исцеления.

Я стою исцеления.

Мое тело знает, как исцелить себя.

*Мое тело получает все необходимые питательные
вещества.*

Мой организм получает вкусную, полезную пищу.

Я люблю каждый дюйм своего тела.

Через мое тело проходят чистые освежающие

потоки, которые вымывают из него всю грязь и мусор.

Клетки моего тела здоровы и каждый день становятся сильнее.

Я верю, что жизнь всеми способами помогает мне исцелиться.

Каждое прикосновение к моему телу несет исцеление.

Каждый день всеми способами я становлюсь здоровее и здоровее.

Я люблю себя.

Я в безопасности.

Жизнь любит меня.

Я здоров(а) и целостен(на).

– А пока вы лечились от рака, вы продолжали работать с людьми?

«Да, но я никому не говорила о своем диагнозе, кроме своего учителя и тех людей, которые оказывали мне непосредственную поддержку. Я не хотела находиться под влиянием чужого страха. И не хотела, чтобы жизнь проходила мимо меня. Новость о моем исцелении заставила меня заново оценить свою жизнь, и я приняла решение переехать из Нью-Йорка. Я прожила там тридцать лет и была сыта его погодой и зимами. Хотелось вернуться туда, где солнце греет, а цветы цветут круглый год. И я поехала в Калифорнию».

– И поселились в Лос-Анджелесе?

«Да. Первые шесть месяцев я часто ходила на пляж. Я чувствовала, что потом у меня будет много работы и ма-

ло свободного времени. Я ходила на всевозможные собрания метафизиков Лос-Анжелеса и, если представлялась такая возможность, оставляла кому-нибудь копию своей книги. И, сказать честно, ни на одну из этих встреч второй раз я бы не пошла. На них я не услышала ничего для себя интересного. Я просто решила опробовать новую почву, и скоро у меня появились первые клиенты».

– Другими словами, вам все приходилось начинать с нуля? Но вы сохранили связи со старыми клиентами в Нью-Йорке?

«Да, мы общались по телефону. Но в Лос-Анджелесе я начинала новую жизнь. В Западном Голливуде был изумительный книжный магазин, «Боуди Три»⁴. Я пару раз приносила им свою книгу, но они отказали мне. И очень скоро жизнь стала посылать в этот магазин людей, желающих купить «маленькую голубую книжку». Половина из них не знала ни моего имени, ни даже названия книги. Но им нужна была маленькая голубая книжка. В конце концов работники магазина поняли, что речь идет о моей книге, и решили заказать шесть штук. В тот же миг, как мне позвонили, я села в машину и поехала лично отдать книги. В течение первого года я каждый раз сама отвозила книги в магазин, как только на них появлялся заказ. И они продавались все лучше и лучше. Люди узнали обо мне и моей работе и стали просить меня о помощи.

⁴ Bodhi Tree – Дерево Бодхи (просветления). По легенде, медитируя под этим деревом, принц Гаутама достиг просветления и стал Буддой.

Так у меня появилось больше клиентов, и параллельно с индивидуальными занятиями я стала проводить небольшие лекции – человек шесть, не больше. Люди рассказывали друг другу о моих занятиях, и скоро мне пришлось подумать о месте, где можно проводить семинары для трех с половиной сотен человек. Я верила в то, чему учила своих клиентов, а они в свою очередь делали неплохие успехи. И вдруг я подумала – сколько бы еще людям я сумела помочь, если бы изложила в книге все те мысли, которые накопились у меня за время моей работы. Но у меня не было ни возможности, ни средств. Тогда ко мне приехала одна женщина – старая клиентка из Нью-Йорка. Она сказала, что моя работа помогла ей изменить свою жизнь, и в качестве благодарности дала две тысячи долларов. И я решила: «Вот оно!»

Я дала себе шесть месяцев на то, чтобы написать книгу. Я собирала информацию: от клиентов, с семинарских занятий, из услышанных историй и, соединив все это вместе с содержанием моей первой книжки, начала писать новую. Так было положено начало книге «Исцели свою жизнь». Помню, когда она была опубликована, я поставила на стол в семинарской комнате стопку свежих экземпляров, а рядом поставила чашку с мелочью – люди сами определялись с ценой. Я была ограничена материально, поэтому не могла сразу напечатать большой тираж. Но как только первая партия была распродана, я заказала новую».

– Значит, так была завершена работа над первым издани-

ем книги «Исцели свою жизнь», а ваша аудитория неплохо разрослась за это время?

«Да, молва о моем учении пошла далеко. Однажды я полетела в Австралию за свой счет – меня пригласили прочитать открытую лекцию в пятницу и провести пару семинаров на выходных. И когда в пятницу вечером я зашла в аудиторию, то увидела там не меньше тысячи человек. Я еще спросила себя: «Господи! Откуда здесь все эти люди?! Что они здесь делают, и как они обо мне узнали?!» Думаю, сама жизнь помогла мне собрать такую публику».

Так, ведомая самой жизнью, Луиза достигала новых высот, когда в середине восьмидесятых началась эпидемия СПИДа.

«У меня было несколько гомосексуалистов среди клиентов, и однажды мне позвонили с предложением: «Луиза, ты бы не хотела вести группу людей, больных СПИДом?» Я совсем не представляла себе, что буду делать, но согласилась попробовать. На первом занятии было шесть человек. На следующий день мне позвонил один из них и сказал, что вечером после занятия он впервые за три месяца смог спокойно заснуть. Молва стала быстро расходиться. Я не знала, то ли я делаю, но тогда никто не мог сказать наверняка, что вообще нужно делать. Я хочу сказать, тогда не было великих врачей, способных помочь больным СПИДом. Всем пришлось начинать с нуля, и я была в их числе. Я просто решила работать как привыкла: помочь больным избавиться от стра-

хов прошлого, полюбить себя и простить старые обиды – самое простое, что они могли для себя сделать.

Работая с этими ребятами, я поняла – они ненавидят себя даже больше, чем это делает общество. Люди тогда считали, что причина СПИДа – гомосексуализм. Гомосексуалистов осуждали и презирали. И что самое страшное, от них отрекались родители. Им говорили, что бог ненавидит их. Неудивительно, что человек в такой ситуации сам переставал уважать себя. Я ведь сама когда-то была отвергнута родителями. Я хотела помочь этим людям, потому что отлично их понимала. Я знала, что они чувствуют, знала, что им нужно».

– Я думаю, жизнь не случайно свела вас вместе. Неплохой подарок для этих людей, учитывая ваше понимание и сострадание.

«Да, а потом началась шумиха. В 1987 году меня одновременно пригласили на свои шоу Опра Уинфри и Фил Донахью. Они слышали о нашей работе с больными СПИДом и захотели поговорить об этом в эфире. Я и пять моих наиболее успешных пациентов пошли к Опре. Шоу прошло прекрасно. Она дала нам возможность высказать свою идею обществу – что мы лечим болезнь любовью, что мы не боимся друг друга и что мы любим самих себя.

Я всегда говорила, что нужно концентрироваться на позитивном. Первое, что я сказала своим новым пациентам: «Мы здесь не будем играть в игру «Это не так уж и страшно». По-

тому что мы знаем – это ужасное заболевание. Мы будем настаивать на позитивный подход. Если у кого-то есть какая-либо хорошая информация либо он знает положительный метод лечения, пусть он поделится».

– То есть они знали, что могут рассчитывать на поддержку, сочувствие и помощь?

«Именно так. Люди приходили на занятия, делились своими проблемами, и их никто не осуждал. И со временем у нас появлялось что-то новое. Помню, как кто-то подарил нам шесть массажных кушеток. Каждую среду мы приглашали массажиста или практикующего рейки⁵ для проведения энергетической терапии. Мы называли эти кушетки энергетическими. Для парней это много значило, ведь для большинства это был единственный раз в неделю, когда к ним кто-то прикасался. Наша установка была проста – хорошо себя чувствовать. Мой принцип всегда был таков – чем проще идеи, тем лучше они работают.

Участие в шоу Опри Уинфри и Филадельфии Донахью сделало нас по-настоящему знаменитыми. Телефоны не замолкали, «Исцели свою жизнь» пятнадцать недель была в списке бестселлеров, по рейтингу «Нью-Йорк Таймс». Так, неожиданно, я занялась бизнесом».

– Значит, именно тогда вы поняли, что у вас фактически появился свой бизнес?

⁵ Рейки – японская духовная практика, представленная исцелением путем наложения рук.

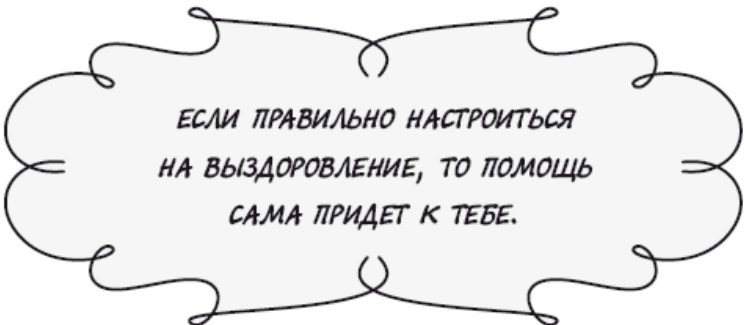
«В мои планы не входило открытие собственной компании, но много лет назад я пообещала себе, что если это и произойдет, то я назову ее «Хей». Так и произошло. Сначала была маленькая голубая книжка, потом «Исцели свою жизнь», позже – две кассеты для медитаций (утренняя и вечерняя). Итого у меня было четыре издания. Поначалу я все делала своими силами, но теперь мне нужна была помощь. Постепенно я стала нанимать людей – так начал расти мой бизнес. Скоро со мной работало уже пять или шесть человек. Помню, на рождество я выплатила им всего по пятьдесят долларов: это все, что я могла тогда сделать.

Поначалу наш офис был у меня дома, в квартире. Но однажды на нас пожаловались соседи, поэтому нам пришлось переехать в здание неподалеку. В одном коридоре с нами находилась бухгалтерская фирма, а мы как раз нуждались в хорошем бухгалтере. И я наняла их вести нашу финансовую документацию и налоги. Но оказалось, что дешевле будет нанять на эту должность одного человека, и в итоге мы взяли в штат одного из их сотрудников. И опять жизнь дала мне все необходимое, чтобы я могла помочь большему числу людей. Мне нужно было уехать, и мы договорились нанять еще одного человека, его звали Майкл, но вернувшись, я обнаружила на его месте Рейда Трейси. Сейчас Рейд – президент издательского дома «Хей». Как оказалось, он идеально подходит для этой работы».

– Из ваших слов следует, что все это: и рост популярности,

и развитие компании – происходило достаточно медленно.

«Так и было. Сегодня многие хотят быстрого результата. Но если ты находишься на пути духовного развития, если ты ждешь, что жизнь сама укажет тебе направление, то наиболее успешные дела делаются медленно. Ты даже не замечаешь каких-либо изменений, а потом оглядываешься назад и думаешь: «Господи! Посмотри, сколько всего произошло!»»



*ЕСЛИ ПРАВИЛЬНО НАСТРОИТЬСЯ
НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ, ТО ПОМОЩЬ
САМА ПРИДЕТ К ТЕБЕ.*

Кроме этого, мне бы хотелось сказать еще о некоторых особенностях духовного пути Луизы:

✓ *Простота* – маленькие поэтапные шаги вместо длинного и сомнительного прыжка.

✓ *Оптимизм* – на переднем плане решение проблемы, а не сама проблема.

✓ *Терпение* – полное погружение в суть вопроса, а не погоня за определенным результатом.

✓ *Доверие* – вера в то, что жизнь помогает вам расти и совершенствоваться.

✓ *Рост* – взгляд на жизнь, как на школу, где каждый использует полученный опыт для развития и самореализации.

✓ *Служба* – главное – помощь и поддержка нуждающихся, а не желание личного успеха.

✓ *Действие* – необходимо пройти через все двери, которые открывает перед нами жизнь.

✓ *Вера* – готовность рисковать и идти вперед, не зная исхода заранее.

✓ *Притяжение* – собственная способность привлекать к себе желаемое посредством правильного мышления.

Перед тем как завершить нашу первую беседу, я задала Луизе последний вопрос:

– Скажите, можно найти правильный путь, если просто прислушиваться к жизни и делать то, что она нам предлагает?

«Я думаю, это достаточно непросто. Многие люди ставят перед собой задачи – на год, на пять лет, – но ко мне это не относится. Я никогда не старалась достичь каких-то определенных целей. Я лишь спрашивала себя: «Как я могу помочь людям?» Я задавала себе этот вопрос тысячи раз и не перестаю задавать сегодня. Когда я вижу все те трудности, с которыми люди сталкиваются в нашем мире, то понимаю – ничего особенного я сделать не могу. Но я продолжаю спра-

шивать себя: «Как я могу помочь?» Я концентрирую на этом вопросе всю свою волю. И когда вы поверите, что это работает, то просто возьмете телефонную трубку и откроете почту.♥

*ВАЖНО ИЗМЕНИТЬ САМООЦЕНКУ —
ВЕРЬ, ЧТО ТЫ ЗАСЛУЖИВАЕШЬ
ИСЦЕЛЕНИЯ. ЕСЛИ ТЫ РАЗОВЬЕШЬ
В СЕБЕ ТАКУЮ УВЕРЕННОСТЬ,
ТО ЖИЗНЬ ДАСТ ВСЕ НЕОБХОДИМОЕ
ДЛЯ ИЗЛЕЧЕНИЯ.*



Глава вторая

На пути к созданию особенной жизни

«Мы обладаем мощной силой созидания. Каждая наша мысль, каждое наше слово управляет будущим».

Такими словами Луиза начала нашу вторую беседу. Мы сидим на большом диване у окна моего номера в отеле и смотрим на улицы Торонто. Сейчас прекрасный ясный день. В этом высказывании заключено, пожалуй, одно из главных посланий книги. *Наше сознание, в его чистейшем, положительном состоянии, – мощнейший созидатель счастливой жизни.* Хорошие мысли – залог хорошего самочувствия. Находясь в хорошем состоянии, мы принимаем правильные решения, что дает нам возможность получать от жизни только положительный опыт. И это действительно просто и приятно. И это действительно работает...

Энергия – это основа материи, из которой состоит Вселенная. Каждый наш выдох, каждая наша мысль непосредственно влияет на любую другую составляющую Вселенной, будь то предмет или человек. Стул, на котором я сижу, клавиатура, на которой я сейчас набираю текст, чудесная магнолия за моим окном – все это формы энергии. Скорость вибрации материи определяет ее плот-

ность. И на эту энергию оказывают прямое воздействие наши мысли, слова и поступки. *Наша деятельность, деятельность нашего сознания выражается в наших чувствах и ощущениях, на которые мы обмениваем жизненный опыт.*

Мы с Луизой обсуждали влияние наших мыслей на жизнь, и я все больше убеждалась в силе и значимости этой идеи. Многое из того, во что мы обе верим, чему учим и что сами практикуем, основано на концепции, к которой некоторые до сих пор относятся как к ложной, надуманной или, в лучшем случае, неправильно изложенной.

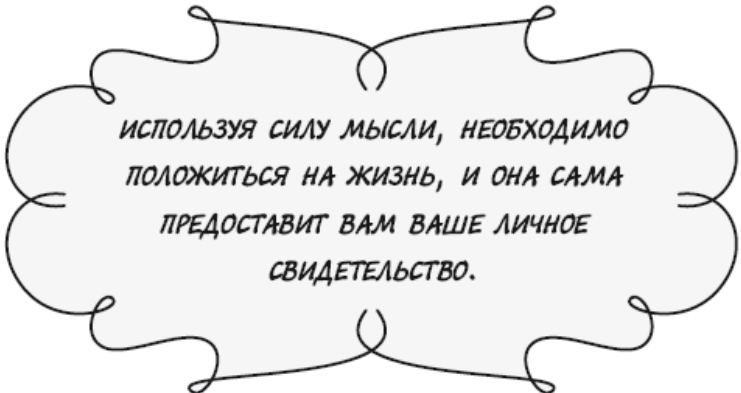
Раньше я много работала в защиту своих убеждений: копалась в Интернете, в своей библиотеке, постоянно советовалась со знакомыми из научного общества; и я нашла немало доказательств в пользу наших теорий. Но на момент записи этих строк я прекратила поиски. Я больше не стараюсь защитить принципы духовного совершенствования, которые так изменили мою жизнь. Мне не нужно это делать, ведь они работают, и я знаю это. Мы обе это знаем.

В ходе беседы в тот день мы выяснили, что нас обеих вдохновляют два автора, поклонника нового образа мышления, Эммет Фокс и Флоренс Скавел-Шинн. В своих книгах они советовали читателям использовать силу мысли, чтобы изменить и улучшить свои жизни. Приняв эти принципы, включив их в свою практику, мы на собственном опыте доказали, какой мощью могут обладать мысли.

Ученые могут игнорировать свидетельства созида-

ющей и исцеляющей силы мысли, но эти свидетельства существуют. Это вестники перемен, перемен, которые перевернут наше сознание, кардинально изменят образ нашей жизни. Эти чудесные истории часто становятся выше нашего понимания. ♥ Они предлагают нам открыть свое сознание и душу и увидеть мир в совершенно новом свете. Тогда мы сможем лучше понять то, что находится за рамками нашего ограниченного мышления.

Идеи, кажущиеся неестественными и даже волшебными, часто служили причиной больших изменений в сознании. Только подумайте, насколько сумасшедшей должна была показаться идея о движущихся картинках на стене вашей гостиной для людей, никогда раньше не слышавших о телевидении. Одна дикая и, на первый взгляд, невероятная идея навсегда изменила человечество.



**ИСПОЛЬЗУЯ СИЛУ МЫСЛИ, НЕОБХОДИМО
ПОЛОЖИТЬСЯ НА ЖИЗНЬ, И ОНА САМА
ПРЕДОСТАВИТ ВАМ ВАШЕ ЛИЧНОЕ
СВИДЕТЕЛЬСТВО.**

Пионер в области духовной медицины, Луиза поставила перед своими читателями и клиентами задачу расширить свое сознание – исцелять физические недуги метафизическими приемами. Она предложила не сосредотачиваться на лечении общепринятыми способами, а задуматься о самой болезни. Протянув нить связи между телом и сознанием, люди открывали для себя то, что она уже давно поняла, – наши мысли играют решающую роль в исцелении организма. Постоянные подтверждения этому Луиза видит в улыбках на лицах людей, которые излечили не только свои тела, но и свои жизни. Это достаточное доказательство для нее и многих других, кому она помогла исцелиться.

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.