

18+

Оксана Резанова

The illustration depicts a woman with long, flowing, reddish-brown hair, wearing a white, strapless, floor-length gown. She is standing on a balcony or bridge with a dark metal railing, looking out over a cityscape at night. The sky is a deep, vibrant red, suggesting a sunset or a dramatic, possibly ominous, atmosphere. In the foreground, the dark, silhouetted roof of a building is visible, featuring a large, arched structure that resembles a dome or a vaulted ceiling. The overall style is graphic and expressive, with bold lines and a limited color palette.

**ПРАКТИК**

# Оксана Резанова

## Практик

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=26107420](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=26107420)*

*ISBN 9785448559532*

### Аннотация

Темой саморазвития сегодня увлечены многие. Стоит только взглянуть на калейдоскоп всевозможных учений, книг, тренингов – недолго и потеряться во всем этом пестром разнообразии! «Практик» – это путеводная нить в мире самосовершенствования. Она поможет и тем, кто только встал на этот путь, и тем, кто заблудился по дороге. В дневнике инсайтов героя-практика вы найдете ответы на многие вопросы. Что такое настоящая магия? Как связаны магия и саморазвитие? Почему маг – это в первую очередь практик?

# Содержание

Практик	5
Предисловие	7
Глава 1	10
Глава 2. Развиваюсь или деградирую? Как не утопить себя в иллюзиях?	34
Конец ознакомительного фрагмента.	42

# Практик

# Оксана Резанова

Светлана Голятина *Редактор*

Оксана Резанова *Иллюстратор*

© Оксана Резанова, 2021

© Оксана Резанова, иллюстрации, 2021

ISBN 978-5-4485-5953-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Практик

*Нет – это не то же самое, что жалеть о том, что уже никогда не повторится. Не то же самое, что ностальгия. Нет. Я «перечитывал» свои записи, свои мысли, мысли меня прошлого как письмо другому человеку. Все ли я написал, что хотел? Все ли понял, не забыл ли чего? Где там тот, кто жил тогда – в прошлом? Слышишь ли меня? Знаешь ли ты, что станешь практиком и будешь каждую тетрадь, что сохранила твои мысли, считать драгоценностью? Некоторые эти тетради сгорели в огне, освобождая меня от некоторого груза, который я уже устал нести. Некоторые еще только будут сожжены. Но от того, что я уготовил им, они не станут менее важны, не станут менее ценны мне. Наоборот. Я еще трепетнее, еще бережнее буду строку за строкой заносить мои откровения, предназначенные лишь мне одному. Поэтому и не жаль, если эти откровения с дымом костра навсегда унесутся в пространство над моей головой. Сколько таких историй, тайн, вопросов стало дымом? Сколько людей сожгли свои рукописи в беспощадном жаре лепестков огня? И ведь эти истории не исчезли в никуда, оттого что были сожжены. Они витают в пространстве над нашими головами, кружатся и оседают на листья берез каплями росы. В каждой из них – чья-то жизнь, чей-то вопрос, чья-то тайна. Как бесконечный*

*круговорот воды в природе, точно так же бесконечен круг вопросов о жизни, судьбе, счастье...*

# Предисловие

Сегодня тема саморазвития острая, модная и для большинства очень любопытная. В социальных сетях многие люди пишут в своих статусах: «Главное в жизни – саморазвитие». Литературы, сайтов, тренингов, курсов на эту тему столько, что глаза разбегаются. Тем, кто начинал изучение саморазвития в то время, когда эта волна только зарождалась (примерно лет тридцать назад), в нынешнюю информационную эпоху ориентироваться несколько легче, чем начинающим сейчас. Первые авторы появлялись одновременно с первыми читателями. Первые «гуру» – с первыми учениками. И не было никакой путаницы. Продавалась одна книга в магазине, ее и читали, по ней и работали. А дальше по нарастающей вплоть до настоящего времени. Теперь и «продвинутый пользователь» запутается. Таковы реалии: есть спрос и есть предложения. Не всегда честные, не всегда нужные, не всегда качественные. Если тридцать лет назад вы прочли книгу и вдруг поняли, что она не стоила внимания, то это особо ничего не меняло в вашей жизни. Вы просто теряли немного времени и денег. А сегодня нужно проштудировать сотни книг, чтобы найти стоящую. Пусть ценными в ней окажутся всего два предложения, которые возможно будет истолковать правильным образом и затем применить на практике. К сожалению, поиск этих двух предложений мо-

жет стать излишне энергозатратным, а улов – несоизмеримо малым по сравнению с вложенными усилиями. Жизнь, увы, не бесконечна... К тому же рынок все еще пополняется новыми книгами и сайтами.

С чего же начать тем, кто заинтересовался этой темой в наши дни? Как не затеряться в этом лабиринте знаний и не провалиться ненароком в глубокую пучину иллюзий, созданную трудами недобросовестных или заблуждающихся авторов? Да и мотивы у тех, кто пишет книги на подобные темы, сильно разнятся. Бывает, что кроме целей заработать или обмануть, другие у них и не значатся. В поиске знаний подобного плана очень легко попасть в расставленные вокруг ловушки. Могу лишь посоветовать быть внимательными, рассудительными и способными к анализу, а также развивать свою интуицию и пользоваться ей. А непосредственно в этой книге я хочу предложить вам в помощь на начальном этапе – мой пройденный путь длиной в двадцать с лишним лет. Мой опыт и мою откровенность. Предлагаю вам принять и перенять их.

Смысл идти проторенной тропой тоже есть: вы уже не допустите тех ошибок, что допустила я, ведь я расскажу о них. Вы уже не будете иметь тех заблуждений, что имела я, зато у вас будут инструменты и ключи уже в то время, когда я и не знала о них и, соответственно, не могла применять. Сэкономите дорогое время, будете понимать, что происходит, когда с вами начнет происходить нечто странное.

И сумеете устоять под воздействием магической розы ветров по крайней мере в самом начале своего пути. Как автор этого труда, я желаю, чтобы книга стала реально полезной читателю не только в теории, но и на практике. Каждая глава этой книги – это мои маленькие и большие осознания, связанные между собой, которые привели и приводят к качественным изменениям в моей жизни. Эти осознания – мое самое большое богатство, которое я отдаю вам, моим читателям. Предшествующие главам книги или завершающие их дневниковые откровения моего героя-практика, помогут вам еще ярче почувствовать, что магия здесь. Всегда здесь. В реальной жизни.

# Глава 1

## Саморазвитие, духовность и магия. Что между ними общего и зачем это мне?



## ***Дневник инсайтов практика. Маги – кто они?***

*Магия жива. Жива и дышит. Обычный прохожий, ничем не примечательный на первый взгляд, может ежедневно ходить по своим обычным делам, на свою обычную работу, сидеть с тобой рядом в маршрутке, водить своего ребенка в ту же самую спортивную секцию, куда ты водишь своего сына по вторникам и пятницам, и при этом он будет вершить самые настоящие магические действия. И никто вокруг даже не увидит и не поймет, что вокруг творится магия, если только сам маг не захочет, чтоб увидели и поняли. Если люди заговорят с магом, то тоже не догадаются ни о чем таком. И ты, как и те прохожие, ты точно так же не замечаешь этих особенных людей. А если вдруг заметишь в их слове, взгляде, движении что-то не вписывающееся в привычную тебе картину мира, то просто думаешь: «Показалось... Ерунда, выдумки усталого от нелегкой жизни мозга». А есть еще очень выразительные клоуны, которые будто призваны путать карты. Они словно выполняют специальное задание – переворачивать представления граждан о мире с ног на голову. Клоуны любят называть себя магами, волшебниками, чародеями, гадалками в седьмом поколении и другими красивыми, сочными словами. Но все же они остаются только клоунами, как бы ни называли себя. И, столкнувшись однажды с клоуном, большинство людей*

*думают: магия – это цирк, магия – это шоу, магия – это развлечение, магия – это обман в эффектной обертке.*

*Магия... Ее очень просто вычеркнуть из своей жизни: замуровать поочередно все сложные жизненные вопросы в тех же забытых местах души, где схоронены мечты о счастье, здоровье, богатстве, любви и победах. У каждого человека там заключены свои «пленники». А если снаружи повесить на двери этой темницы предупреждающие вывески: «стоп», «не влезай – убьет», «магия – зло», «магия – грех», «лохотрон», «сказки для детей» и им подобные – то настоящая, небутафорская магия так и не сможет войти в твою жизнь и стать заветной реальностью. Если тебе не по силам признать, что ты своими руками наживую отрезаешь часть себя только из-за своей слабости и глупости, упертости и трусости или из-за этого «что обо мне подумают», то тогда, конечно, можешь притвориться навсегда ужас, что тебя ничего не мучает, что ты все понял и все знаешь и в принципе тебя все устраивает. И жить дальше, как прежде. В лучшем случае наполовину жить, наполовину себя, наполовину своих «невозможностей» (они, эти возможности, вроде бы и есть, но почему-то их нельзя использовать так, как тебе хочется) ... А в худшем – просто существовать, быть не более, чем «физическим лицом», «налогоплательщиком», зато как все, не забывая себе голову «ничем таким».*

*Есть, к счастью, люди, не способные смириться с подоб-*

ным положением вещей. (Да, как я... Я, к счастью, есть...) Или мирятся, но у них плохо получается. Все до поры. До поры, когда у них снова появляются вопросы, которые уже невозможно игнорировать. Тогда и начинается поиск ответов, приводящий в результате к магии. Если ты узнаешь себя, будь готов к тому, что тебе придется спуститься по лестнице в крошечной темноте в самые глубины своей души, своего подсознания, чтобы найти ту самую забытую комнату, беспощадно уничтожить те самые вывески и вспомнить все, все увидеть. И оказаться лицом к лицу с той частью тебя, с той частью самого мира, от которой бегут прочь все и всё, но только не магия. Я там был... Я спускался в этот подвал, и видел ее... И поныне я наведываюсь туда, чтобы не забыть и чтобы знать... Магия не бежит от жизни, не бежит от реальности, не делает вид, что что-то есть, а чего-то нет, если ей это невыгодно, непонятно или не по нраву. Магия взаимодействует со всем, что существует. И в этом основное отличие настоящего практикующего мага от обычного человека: маги хотят и умеют видеть мир в целом и частностях, умеют видеть взаимосвязи событий и ЖИВУТ, постоянно познавая реальность. Если ты уже решил стать одним из них, то сначала нужно будет сделать главный выбор: жить или существовать? Так несложно, выбор кажется таким очевидным, что не берется даже во внимание. Но... Это только кажется легким и звучит просто. На практике оказы-

вается так, что подтвердить своими действиями свои же слова, свой же выбор могут далеко не все. Делать не говорить. Теперь это моя ежедневная мантра. Я клянусь, что она работает! Если ты настойчив, усерден и целеустремлен, если ты верен и предан пути, то тогда обязательно начинается магия, и ты неизбежно попадаешь в «поток». Начинается красивый танец магии и мага-практика. Тогда такие же люди вдруг появляются в твоей жизни, и ты начинаешь узнавать их в толпе, начинаешь видеть особенности, присущие каждому из практиков. Происходят знаковые встречи с лучшими из них, и ты с восторгом перенимаешь их опыт... Потому что именно через этих людей магия может войти в твою жизнь, потому что именно эти люди и создают магию. Они не устраивают красочных представлений, чтобы доказать толпе свою крутость, могучесть и умения. На такие глупости они не будут тратить драгоценное время. Им действительно все равно, что о них думают. Они не хуже и не лучше других, они вне оценок. Они сами прекрасно знают, кто они и что делают. Доказывают и объясняют те, кого изнутри грызет червь сомнения. Маги сомнений не имеют. Они все проверяют сами, поэтому знают. Они – ПРАКТИКИ.

\*\*\*

Давайте начнем нашу беседу с того, что обозначим значения слов, чтобы не возникало разночтений и путаницы. Я хочу поговорить о таких явлениях, как саморазвитие, духов-

ность и магия.

На первый взгляд, это три абсолютно разных явления, практически не связанные или даже враждующие между собой и по смыслу, и по содержанию. Привычный взгляд на явление саморазвития примерно таков: «это что-то из области психологии, когда человек посещает разные тренинги и/или читает книги на эту тему и медитирует иногда». Тот же взгляд на явление духовности: «Что-то из области веры и религии, когда человек молится и ходит в церковь или мечеть, ну или грезит о Тибете». И обывательский взгляд на явление магии: «Что-то из области колдовства, когда человек наводит порчу и делает любовные привороты». Конечно, я привела очень грубые примеры, намеренно упростив их, чтобы сразу стало понятно: взгляд обывателя на эти явления не просто поверхностен, а даже по сути своей нелеп и в то же время... коварен. Почему? Я не буду сейчас обсуждать намерения неких сил увести как можно больше людей от реальности в зубастую пасть морока и лжи. Кому это надо, зачем и почему, в этой книге обсуждаться не будет. Книга о другом. Но приемы и маневры этих сил гениальны: такого космически глобального вброса информационного мусора в умы и сознания жителей планеты свет еще быть может и не видал. Поэтому понятия, термины, явления упрощаются уже неосознанно самими людьми, чтобы хоть более-менее можно было ориентироваться в них и как-то жить.

Часто происходит так, что особая важность придается

оболочке, а содержанию отводится второстепенная, пятая, десятая роль. Со временем и с помощью заинтересованных лиц суть выводится из понятия, обозначающего явление, и оно становится «пустым», бесполезным и даже приносящим вред. Процесс образно можно представить в виде электрической соковыжималки, выжимающей сок из спелого свежего фрукта. Сам процесс давно автоматизирован, нужно лишь нажать на кнопочку, и получишь сок. Так вот, спелый и свежий сочный фрукт – это целостное знание, содержащее в себе и форму – явление, и «сок» – суть. Название фрукта – это понятие, обозначающее явление. А «соковыжималка» и есть та самая сила, что руководит процессом отделения формы от сути. Хочу добавить, что нередко этой самой «соковыжималкой» осознанно или неосознанно становится сам человек. Вся нелепость ситуации в том, что сок в итоге выливается в канализацию за ненадобностью. Человек жуёт кожуру, оставшуюся от фрукта и лишённую всякой ценности – живой воды и витаминов, и давится. Жуёт и давится. И ещё пытается проглотить. А потом получает информационное несварение. И удивляется, почему ему плохо. Я бы сказала: «„Всухомятку“ всегда плохо». А ведь бывает ещё и так, что этой самой кожурой человек пытается накормить окружающих его людей – родных, близких, друзей. Или того больше, начинает вести сам курсы или тренинги, отравляя все больше сознаний неправильной пищей. Пищей, лишённой главного – жизненной силы. Если кто-

то начинает подозревать, что что-то здесь не так, что может его обманывают, то ему быстро вправляют мозг. Как? Найдут для показательного примера какого-нибудь суперкрасивого-стройного-умного-придумайте сами героя, пожирающего кожуру фруктов на завтрак, обед и ужин, совсем не употребляющего сок ни в каком виде, и скажут: «Смотри, это ведь с тобой что-то не так. Ты просто неправильно жуешь кожуру фруктов. Поэтому у тебя несварение. А если будешь жевать и двигать челюстями, как он, то тоже станешь суперкрасивым-стройным-умным-придумай сам героем». Конечно, бедняге не скажут попить сока, ну или хотя бы воды. Не скажут, что все пройдет, все несварение и все мучения. А тот герой – только на картинке герой, да и вообще давно умер. Но это лишь один из приемов, в реальности их намного больше. Есть и более простые, есть и более изощренные способы увести людей от правды. Я же хочу, чтоб мой читатель понял: на блюдечке правду никто не принесет, это продукт очень редкий, ценный и породистый в наши дни. Да и в любые другие дни. Правду нужно искать самому. И если повезло прикоснуться к ней хоть кончиками пальцев, хоть краешком взгляда, то цените это как самый драгоценный подарок в жизни. Для чего нужен был этот образ с соковыжималкой? Кто еще не догадался сам, тому подскажу: чтобы появилось ясное понимание того, что обывательское представление о многих явлениях неверное, пустое и бессмысленное, а значит, лишённое какой-либо жизненной ценности, но спо-

собное нести вред. И тем более, обывательские представления о таких сложных вещах, как саморазвитие, духовность и магия. Поэтому я предлагаю не руководствоваться, не оперировать этими представлениями.

Саморазвитие... Все же что это, если не ходьба по тренингам и не медитация? Надеюсь, вам уже стало ясно, что неправильное понимание процесса всегда приводит не к тем результатам или вообще уводит от них. Чтобы достичь результата, процесс следует понять, изучить. Вы не сможете сами с первой попытки починить карбюратор, если никогда даже не видели, что находится под капотом у автомобиля. Не сможете связать с первого раза шарфик крючком, если никогда не держали в руках этот предмет. Вы сделаете неминуемую ошибку или вообще ничего не сделаете. Но всегда можно попросить объяснить, что и как на самом деле, того, кто знает. Главное найти того, кто и правда знает и может научить. Или можно узнать самому, на своем опыте. И тот, и другой способ небезопасен, имеет каждый свои риски, ловушки и подводные камни. Но нужно сразу понять, что не существует абсолютно безопасного и абсолютного легкого способа прожить какую бы то ни было жизнь. Даже если просто лежать и не шевелиться, рискуешь умереть от голода. Даже жизнь амебы требует активности без гарантии того, что ей будет легко. Поэтому искать безопасный и простой путь не имеет смысла, его нет. Хотя есть, что это я. Живите, как живет большинство: ходите на работу, покупайте все подряд, на что

денег хватит, ешьте, пейте и размножайтесь, умрите в старости от болезни или нищеты. Вы не рискуете ничем, только платите одинаковую цену: отдаете насыщенную, яркую, интересную и наполненную смыслом жизнь взамен на мертвое спокойствие и иллюзию благополучия. Если же вы думаете, что ваш аврал на работе из-за того, что сроки сдачи проекта горят, да и скандалы в семье это и есть яркая и насыщенная жизнь, то срочно просыпайтесь! Видимость бурления жизни еще не само бурление жизни. Так же, как и с виду неподвижное не всегда мертвое. Вы живете лишь тогда, когда наполнены жизнью, ваши глаза и сердце неизменно горят солнечным огнем. И огонек может ослабевать лишь в некоторые печальные моменты жизни. А потом вспыхивает с новой силой. У вас не должно быть ни малейшего ощущения того, что вы зомби, бот, или марионетка. У вас не должно быть пустых, потухших глаз. Не должно быть ощущений тяжелого камня в груди или растущего горба. Да-да, если у вас растет горб, вы не живете. Произнесите ли вы такую фразу: тащу всех вас на своем горбу?.. Если у вас в мыслях есть горб, значит, он уже существует или вскоре появится в тонком теле, а потом и на физике будут болеть спина и плечи. Почему я снова ухожу от темы и не говорю прямо, что такое саморазвитие? Поясню. Саморазвитие – это способ насытить свою жизнь жизненной силой и сделать ее такой, о которой вы втайне мечтаете, но боитесь говорить вслух. Заниматься саморазвитием значит учиться становиться живым, учиться жить. Ведь

вся жизнь находится в постоянном развитии и расширении. Саморазвитие – это саморасширение, освоение и покорение своего внутреннего мира – мира идей и внешнего мира – мира форм, реальности.

Как вы уже поняли, саморазвитие – явление более глобальное, более масштабное, чем просто ходьба по тренингам и психотерапевтам. Если человек пожелал встать на этот путь искренне, то мир направит и поможет, ведь ему нужны такие люди – огоньки, согревающие и ободряющие человечество,двигающие его вперед. Конечно, психотерапевт может помочь сделать тот или иной нужный шаг в правильную сторону, но ни один из них не вдохнет ни каплю жизни ни в одно существо, если само существо не пожелает. Даже если и пожелает, мало кто из психотерапевтов настолько «продвинут». Как же происходит это саморазвитие? Наверное, вы слышали про такое состояние экономики, как стагнация? Явный застой, пауза, отсутствие движения. Она всегда либо предвестник нового рождения, либо абсолютной смерти. Это состояние не может быть вечным, оно, скорее, как резкий укол, удар, хотя может восприниматься растянутым во времени. А потом – либо выжил после удара, либо нет. Рождение или смерть. Развитие или деградация. Ты неизбежно в течение всей своей жизни либо развиваешься, живешь, либо деградируешь, умираешь. Только почему-то люди решили, что могут всю жизнь поддерживать состояние «стагнации». И тратят на это все силы. Но энергия жиз-

ни – энергия разумная. Если человек не хочет жить, то зачем ему давать эту дорогую силу на поддержание иллюзии счастья, стагнацию? Эта сила уходит, и человек, живя, постоянно умирает. Умирает, идя на нелюбимую работу. Умирает, поедая неподходящую еду. Умирает, живя не с тем человеком. А потом просто умирает вроде как от болезни, несчастного случая или старости. Или, как сегодня модно говорить, кармы. И наоборот, жизненная сила идет к тому, кто стремится жить по сердцу, с душой. А естественное стремление души, человеческой сущности – развиваться. Это единственный способ заниматься саморазвитием – постоянно совершенствовать самого себя и способ своего существования в мире. Двигаться вперед, к жизни, солнцу, победам над собой.

Как же начать это движение, и кому оно по силам? По силам тем, кто перестанет заниматься самообманом, увидит себя самого в истинном свете и начнет планомерные шаги по исправлению ситуации, а потом по укреплению позиций и преумножению результатов. Только так. Шаг за шагом, вытравливая из себя самого гниль и плесень и насыщаясь природной свежестью и силой. Безостановочно и вопреки сомнениям. Ведь стоит только на секунду засомневаться, как внутренняя гадость разрастается с прежней силой и снова захватывает твое сознание. Но нужно сделать так, чтобы не «бытие определяло сознание», а «сознание определяло бытие». Разумеется, когда человек работает над собой, по-

ток жизненной силы расширяется, и его сознание становится другим. Тогда человек заново учится этим управлять: начинает со своих ежедневных привычек, а заканчивает жизнью в целом. Если вы готовы, то вам это по силам. Если нет, то, может, стоит начать с чего-то полегче? Или стоит совсем уйти и не занимать дорогу, по которой успешно пройдут другие люди? Те, которые хотят и могут стать ПРАКТИКАМИ. И они станут.

Саморазвитие всегда начинается с осознания того факта, что вы можете и должны стать лучше, счастливее, успешнее, богаче, реализованней, сильнее и т. д., чем вы есть сейчас. Кого покорило слово должны, задумайтесь, почему. Мир выдал вам огромный кредит доверия – эту самую вашу жизнь. Хотите вы этого или нет, понимаете это или нет, но жизнь дана вам не для того, чтобы вы ее и данные вам ресурсы просто так взяли и разбазарили на всякую ерунду. А для чего вам дана эта жизнь, знаете только вы сами. Вот и должны вы миру и себе самому. И только вам с этим разбираться. Не желая отдавать миру свои долги, вы идете против законов природы. Если вам дан талант, вы должны предъявить миру плоды своего творчества, если вам даны деньги, вы должны показать миру, что грамотно распоряжаетесь ими и умеете преумножать богатство, если вам даны дом и семья, вы должны показать, что умеете беречь домашний очаг и создавать уют. Конечно, это все индивидуально, примеры даны для того, чтобы продемонстрировать: мир принимает «к све-

дению», когда вы развиваетесь с пользой для самого себя. Если каждая частичка мира будет стремиться к развитию, то будет развиваться и весь мир. Это и есть ваш долг, ваша обязанность. О тех, кто должен разрушать мир я речи не веду, если вы причисляете себя к ним и счастливы, то книга не для вас. Пусть разрушители пишут о себе сами, им лучше знать. Эта книга для стремящихся расти над собой и созидать. И тут я бы хотела еще раз напомнить, что когда вы занимаетесь саморазвитием, то развиваете сами себя по отношению к самим себе, а не к другим. И отвечаете вы в первую очередь перед собой, а не перед другими. Если вы готовы к ответственности и труду, то начинаете «прокачивать» себя по всем сферам своей жизни, как спортсмен тренирует обязательно все мышцы. Саморазвитие не бывает частичным, оно либо есть в принципе, либо это всего лишь самообман. Вы занимаетесь саморазвитием тогда, когда важные для вас сферы жизни приобретают тот вид, который вас полностью удовлетворяет. И происходит это благодаря вашей работе над собой. Происходит не сразу, не за день, а благодаря системному труду, целеустремленности и вере в успех. Но не голой вере, основанной на пустом месте. Пользу приносит лишь та вера, что крепчает день ото дня, потому что ее питают ежедневные победы практика над собой и обстоятельствами.

Многие искатели сворачивают на этом пути в очень популярный сегодня, но зыбкий мир духовности (наконец, мы

дошли и до нее). Начинают искать просветление, приняв позу лотоса, уходя из реальности во внутренний мир. Или бегают из одной религии в другую, от одного гуру к другому. И самая частая ситуация, в которую попадают «духовные» люди из тех, что мне довелось встречать, – это жесточайшее отрицание материального мира и, как следствие, выпадение из реальности. Обычно это заканчивается развалом по всем сферам. Почему, подробное объяснение будет в отдельной главе. Человек, интересующийся духовной стороной жизни, погружается в религию в поисках ответов на свои вопросы. Если родная религия не подошла и ответов не дала, то человек погружается в изучение другой религии. И постепенно, изучив все религии и не найдя достойных ответов, искатель погружается в эзотерику. Но куда бы ни убежал человек – в религию, эзотерику или мистику – это все тот же бег от реальной жизни.

Сегодня духовностью принято называть парение в облаках религиозных или эзотерических фантазий. Свою жизнь человек отдает на откуп каким-то богам, просветленным, инопланетянам, карме... И гордится тем, что он такой духовный и незаземленный. А по сути, гордится тем, что сам от себя далеко убежал и теперь ему самого себя не догнать. Очень выразительный пример мне однажды продемонстрировала жизнь. Я переписывалась с одним человеком в социальной сети. Мы общались как раз на эзотерическую тему. Он меня спрашивал, чего я добилась с помощью эзотерики.

Я рассказала о некоторых своих достижениях. Тогда он задал вопрос вроде этого: «Я занимаюсь эзотерикой, но у меня нет денег, почему?» Я сказала, что нужно искать работу. Угадайте, что он мне ответил? – «Мне нельзя работать, я занимаюсь духовным развитием и медитацией!» Далее я прекратила общение. Одним этим ответом он выразил всю суть подобных духовных личностей. И ведь нормальному человеку такие люди покажутся или недалекими, или больными умом. Но ведь так и есть. Эти люди больны. И прописано им единственное лечение – возврат в реальный мир. Но многие из них уже просто не смогут выдержать такое возвращение в реальность, ведь здесь нужно зарабатывать деньги, строить семью, заботиться о своем здоровье, родителях и детях, что-то творить, беречь уют, общаться с людьми и вообще жить. А у таких псевдодуховных личностей утрачены все навыки обычной жизни. Если вы скажете им в лицо, что они не только не занимаются духовной жизнью, но и забыли про простую материальную, то рискнете стать их злейшими врагами. Хотя и враги они так себе, только в Интернете занимают пространство. Но чаще они делают вид, что всех любят или учатся всех любить. А бывает и наоборот, ведут активную антиматериальную пропаганду. Разумеется, это у них тоже не получается. Все потому, что это война против материальной природы. Но мир един. Воюя с его частью, воюешь с ним в принципе. Такая битва заведомо обречена. Работе в духовном, тонком мире, куда так спешат «духовные» лич-

ности, невозможно научиться без освоения законов физического, осязаемого мира. Мир неизбежно даст по лбу твоей же «недодуховностью». Это не все понимают, но мир духовности ни в небе, ни после смерти, ни в снах, ни в астрале. Духовный мир прямо тут на земле, им пронизан мир материальный, поэтому они неразделимы. Они – одно целое. Духовные дела творятся материальными руками в материальном мире. Поэтому бесполезно «прокачивать» себя сидя на полу в позе лотоса в неубранной квартире и с пустым холодильником, если вы еще не заработали на домработницу и не научились питаться праной. Саморазвитие происходит только лишь в материальном мире посредством материальных действий. Не теряйте себя в мире иллюзий. Ваша молитва и медитация хороша, если ваши дети сыты и обуты, а вы молитесь в своем доме или саду между поездками на работу или творческими деяниями.

Саморазвитие происходит не для того, чтобы в следующей жизни или после смерти вы стали жить лучше, получили более красивое тело и меньше проблем. Нет. Все это вы должны получить еще в этой жизни, а не в астрале, не в раю, не в следующем воплощении. Ради жизни происходит саморазвитие, и бонусы вы получаете тоже в жизни. Вне зависимости от вашей цели, вы действуете ради . Конечно, Будущее важно и ради него тоже можно заниматься развитием, но все по той же схеме – здесь ради здесь. Сейчас ради сейчас. Иначе никогда это светлое будущее не наступит, бу-

дет постоянно отодвигаться вперед. Почему, думаю и так понятно. Если же витать в облаках и изображать из себя астрального воина, эфирную фею, или мага-чародея восьмого уровня «междузеркалья», то нетрудно догадаться, что будет происходить в реальности. Противоположное саморазвитию – самодеградация. Если материальный мир покинут, то в нем неизбежно наступит хаос и распад. Оцените свою ситуацию. Можете победить демонов безденежья? А демонов лени? Трусости? Отсутствия воли? Как давно вы занимались своей реальностью? Очень смешно видеть тех, кто искренне считает себя крутыми чародеями, сидя в съемной квартире и живя на пособие от государства. И еще смешнее, когда такие учат саморазвитию других людей. Но, наверное, подобное притягивает подобное. Возможно, рано или поздно к ним придет осознание, где реальное поле битвы. Плохо только, что к тому моменту уже не останется ни сил, ни здоровья, ни денег на настоящую жизнь. Задумайтесь, если у вас развал по всем фронтам, отчего это? Не от того ли, что вы пустили свою жизнь на самотек, увлекшись иллюзорным развитием своей духовности? Духовность – работа над собой в реальном мире. Это материальная работа, как бы странно ни звучала данная фраза. Вы чувствуете связь? Это то же самое саморазвитие! Нарбатывая свои материальные качества, человек зарабатывает и свои духовные. Если вы родились в материальном мире, то и пользуйтесь своим физическим телом, не забывайте про него. Не забывайте про физи-

ческий мир, который дает вам пространство для того, чтобы вам было где жить, растить детей, творить и развиваться. А молиться и медитировать можно и во время работы над собой и когда деньги зарабатываешь. Одно другому не мешает. *этой этой здесь здесь*

Необходимо сказать про магию. Как уже некоторые догадались, магия – это все тот же процесс работы над собой. Конечно, есть такие «маги», которые черпают силы и умения из известных источников, сотрудничая с какой-нибудь «нечистой силой», существование которой я не отрицаю. И при этом сами эти «маги» либо до конца не понимают, чем им придется платить за данную им силу, либо уже настолько управляемы изнутри той самой «нечистой» силой, что их самих внутри физической оболочки нет. А возможно это их выбор, их осознанный путь, их способ развития. Но я все же имею в виду ту магию, когда силу (любого свойства) человек нарабатывает сам, а не получает якобы «даром» от «добрых» дарителей. И с помощью этой силы он может управлять собой, а затем своей реальностью, своим миром. Магия – это осознанное управление реальностью. Как этому научиться? Очень просто. Работая над собой. Но тут я соврала. Это ответ простой, а сама работа сложная и дается не всем. Оставить все как есть, дать жизни течь самой, при этом никак не влиять на процесс, довериться судьбе, карме, родителям, президенту, болезни, начальству, священнику, мужу, жене, дяде из телевизора гораздо легче. Не надо ни о чем думать,

ничего делать. Но так или иначе нужно работать над собой, если хочешь чего-то достичь, если тебя не устраивает, что решения принимаешь не ты, а неизвестно или известно кто, но все равно не ты.

Про магию я бы хотела сказать вот еще что. Оказывается, многие люди всерьез верят в то, что научатся благодаря магии материализовывать предметы, метать огненные шары, ходить сквозь стены, превращать воду в вино, а алюминий – в золото. И это еще не все, что они хотят. А когда находится наставник, готовый их учить настоящей магии, происходит волшебное возвращение в реальность. Они думали, что гуру передаст им волшебные заклинания и покажет, как рисовать правильные рунические символы, чтобы легко осуществлять подобные фокусы. И если учитель каким-то невероятным чудом вдруг оказался правильным, практикующим магом, а не просто мошенником, то боль прозрения приходит с первыми же уроками, с первыми словами. Какое хождение сквозь стены, если даже самую простую пятиминутную бытовую практику ты не можешь выполнить? Конечно, никто не станет разглашать практики всем встречным. Приведем такой пример. Тебя просят купить яблоко завтра в семь утра. Это такая практика. Благодаря ей ты должен научиться добиваться целей. Но ты не можешь ее выполнить! Почему? Проспишь, не отпустят с работы, не будет яблок в магазине, не будет денег, не сезон яблок, у тебя аллергия на яблоки, на яблоки санкции, магазин закроют на ремонт и т. д. Да,

у Зеланда тоже были яблоки... Они у него в небо падали. Тот еще маг. Стоит ли говорить о том, что настоящая магия – это когда тебе нужно яблоко, и ты добудешь хоть целую корзину при любых обстоятельствах, и не будешь говорить, что это слишком легко/сложно, у меня другое предназначение, еще не время, я устал, я не мог, болел... Тот, кто так говорит, ничего никогда не добьется. Если находятся глупые отговорки, чтобы не делать маленького дела и маленьких шагов, то найдутся и серьезные отговорки, чтобы не делать большого дела и больших шагов. Но и то, и то – всего лишь отговорки. Вот и вся магия, вот и все саморазвитие. Действуй, действуй, действуй. Практикуй. Вот основной и единственный девиз настоящего мага, настоящей духовной личности и человека, занимающегося саморазвитием. К пониманию этого люди приходят разными путями: благодаря внутреннему импульсу, качеству духа, которое ведет по жизни, через разочарование самой жизнью, либо по причине неугасимого интереса, простого любопытства и т. д. Но в любом случае человек доходит до понимания, что это труд. Такой же, как и любой другой. Хочешь стать суперспортсменом – тренируйся! Хочешь вырастить сад – ухаживай за ним! Так и тут: хочешь саморазвития, работай. Хочешь способности, развивай! Если все пустить на самотек, то и результат будет соответствующий. В магии особенно. Когда саморазвитие перерастает в магию, то подключаются природные могучие силы, содействующие и противоборствующие. Это всегда происходит,

когда встаешь на путь власти – власти над собой. Слабого человека просто перемелет, как в жерновах, а сильного еще больше укрепит. Нужно только помнить, что мы такие, какими мы делаем себя сами. Работая над собой, становимся сильнее. Пуская все на самотек, утрачиваем силу и слабеем. Каждый решает для себя, что выбрать. Действовать или нет. И если вдруг вы подумали, что это сложно, что это вам не под силу или вообще не нужно, задумайтесь: а что привело к тому, что вы так решили, и вы ли решили это? Вам ведь это под силу? Вы же не из тех, кто просто болтает и обсуждает дела других? Если нет, давайте сделаем первые шаги. Если для вас эти шаги не первые, давайте просто походим и дружески побеседуем.

\*\*\*

Сейчас я спрашиваю у вас: почему вы интересуетесь этой темой? Что это конкретно для вас? И как вы видите этот путь? Путь человека, занимающегося саморазвитием или магией? Чего вы хотите достичь, занимаясь саморазвитием?

Повторю, развивать можно все: тело, таланты, навыки, сознание, связи, финансовую сторону жизни и т. д. Конечной точки нет. Если вы можете настроить сферу так, чтобы она развивалась без вашего непосредственного участия, то продолжайте в том же духе, где это возможно. Тело, допустим, всегда будет требовать именно вашего внимания, ведь вы живете в нем. Тут тоже нет конечной точки. Если вы остановились и выдохнули: все... я достиг. То вы повернули в об-

ратную сторону. Здесь всегда нужны шаги вперед. Это то занятие, которым невозможно заниматься через силу, невозможно заставить себя и тем более других. Вы или хотите этого, или нет. Вы занимаетесь этим, чтобы делать лучше самого себя. Нужно обязательно понять, что лучше можно стать не по сравнению с Петей, а по сравнению с самим собой. У Пети другие исходные данные, и главное – он не вы. Сравнивайте себя с собой. Даже для азарта. Вы увидите, что победить себя гораздо сложнее, чем победить другого, но это удовлетворение дает несоизмеримо больше. Многие читатели понимают, о чем речь, они бы с радостью повели остальных, каково это, когда сегодня вы заработали в два раза больше, чем несколько дней назад, и это только ваша собственная заслуга. Или когда сегодня ваша талия стала на пять сантиметров уже, голос чище и ноты выше, книги интересней, сознание стало помогать достигать вершин, и еще множество примеров и историй. И каждая о том, как человек работал над собой. Никто не пишет книг и не снимает фильмов о том, что кто-то кем-то стал, не делая ничего. Читая историю, мы восхищаемся поступками предков, преодолевших свои страхи, заблуждения, болезни тела и т. д. Это всегда истории о том, как человек создавал себя сам. Пусть кто-то помогал и направлял, но никто не делал все за них. Я тоже знаю, о чем говорю. Это самое восхитительное ощущение – когда ты вырос еще на одну ступеньку над самим собой.

Люди приходят к саморазвитию разными путями: кто-то

ведомый внутренним импульсом, кто-то идет к своей мечте, кто-то встретил наставника, кто-то развалил свою жизнь настолько, что в ней уже стало сложно обитать, и начались работы по преобразованию. Но какими бы ни были причины и пути, все рано или поздно понимают, что это труд. О нем не расскажут в матричной школе или институте, потому что, работая над собой, вы выходите в другую реальность, где действуют другие законы и даже вдыхаемый воздух другого качества. Но это благодарный труд. Он позволяет достичь таких вершин, до каких невозможно добраться никаким иным способом. Хотите ли вы к этим вершинам? Если вы желаете прожить жизнь не впустую, а оставить что-то после себя, написать насыщенную и интересную историю, тогда вперед на полных парусах!

## Глава 2. Развиваюсь или деградирую? Как не утопить себя в иллюзиях?



*Дневник инсайтов практика. Я – Настоящий  
Однажды и ты решишь стать ПРАКТИКОМ. Не унылым*

интернет-магадом без харизмы, денег и мечты, а настоящим МАГОМ! Неважно, как именно это происходит, главное – ты осознал это свое желание и позволил ему быть. И реальность начинает творить вокруг тебя странные и любопытные вещи, как бы заигрывая с тобой: «Посмотри, какая я...». Она начинает поворачиваться к тебе разными гранями, то переливаясь на солнце радужными, веселыми бликами, то холодно смотря тебе прямо в душу – выдержишь или нет... И ты учишься видеть ее такой, какая она есть – живой и разной. А не такой, как тебе нарисовал твой мозг, когда ты всячески убегал сам от себя. А что там было-то? Ах, да... Работа, карьера, семья, дом, автомобиль, отдых на море... Это как-бы план как-бы жизни. А где счастье? Любовь? Азарт? Достижения? Мечты? Полет души? Восторг? Песня? Мозг ведь рад просто повторять одну и ту же пластинку, которую ты «зарядил»: «Да, ты прав. Этого не может быть», «Да, ты прав. Это не для тебя», «Верно, ты не достоин», «Конечно, нет, наивный», «Зря ты вообще полез», «Только хуже стало», «Надо было оставить все как есть»... А когда ты только ступаешь на путь мага-практика, то пластинка вообще заедает и даже доводит тебя иногда до состояния, когда хочется биться головой об стену, чтобы вытряхнуть из нее все эти умные мысли, как мусор из ведра. Хорошо, что есть правильные практики-«упражнения», которые помогают привести себя в норму. Не будешь их делать, просто сойдеши с ума.

*И это не угроза начинающим, это некоторое «приоткрытие завесы», небольшое предупреждение – не намерен делать, тогда даже не начинай. Если из любопытства сунуть нос за дверь, можно этой дверью получить так, что нос будет сломан. А для кого же тогда все эти книги, школы, сайты, курсы? Для чего? Не для того ли, чтобы отрицающие магию люди наконец увидели, что она есть и ее можно использовать для себя? Сколько же глупости в головах людей... И как сладко глупость ютится в мягких извилинах уставшего мозга... Зачем маги доказывать существование самой себя? Конечно же незачем. Как нелепо было бы создавать спортивные клубы только для того, чтобы доказать людям, не интересующимся спортом, что спорт – это хорошо. Все это создается для тех, кто этим увлечен, кто живет этим. Для того чтобы найти их среди толпы и наладить взаимовыгодное сотрудничество. Разумеется, есть и иные организации, созданные с целью заморочить людям головы и изъять побольше средств таким образом, но конкретно сейчас не о них речь. А «залетные птицы» бываю-ют везде и надолго нигде не задерживаются. Но «залетная птица» в магии получает большее всех. Не стоит рисковать жизнью из-за простого любопытства. За знания спросит-ся, поэтому не каждый может стать практиком, а еще меньше тех, кто может им остаться на протяжении жизни. Как спрашивается с бухгалтера отчет о каждом рубле, так и с практика спросится за каждое знание. Каким*

*образом это происходит? Как получается, что ты вдруг заболел ангиной, когда вышел из дома в легкой куртке, без шапки в мороз? Ты же знал, что на улице минусовая температура, и если бы оделся по погоде, то не заболел бы. Так и здесь, в магии. Ничего сверхъестественного. Ты знаешь, какие последствия могут быть, если ты не сделаешь практику или сделаешь ее «халтурно», поэтому не удивляйся, если тебе «вдруг прилетит». Вовсе «не вдруг». И это даже не карма. Просто у каждого действия есть последствия, результат. Практики знают это. Но это никогда не заставит нас отказаться от выбранного пути. Мы не боимся отвечать за свои решения и действия. Более того, результаты наших действий – это и есть мерило нашего успеха и глас справедливости.*

**\*\*\***

И все же... Развиваюсь или деградирую? Возможно, этот вопрос не так актуален среди практиков, как некоторые другие, но он тоже есть. И многие «застревают» на этом этапе, потому что не могут сами увидеть очевидных вещей. Подобное наблюдается тогда, когда вы находитесь внутри обстоятельств, поэтому не видите целой картины и не можете объективно оценивать свое положение. Оказывается, даже бывалый практик не всегда видит реальное положение своих дел, не понимает, насколько он смог продвинуться в своем пути и двигается ли вообще, потому что нет знания о том, а что, собственно, ему ждать, какова награда за труд. Хоро-

шо, если человек достаточно адекватен: качая мышцы, ждет, что они приобретут силу и рельеф. Рисуя по картине в месяц, ждет, что станет мастером. Принимая пять-десять пациентов за рабочую смену, ждет, что станет хорошим специалистом. Разумеется, речь идет не о тех, кто халтурит или ничего не делает, но ждет таких же шикарных результатов. Разговор о тех, кто любит то, что делает, а делая, наслаждается самим процессом. Но таких единицы, и часто эти люди занимаются саморазвитием, даже не задумываясь о том, что они им занимаются. Делают свое дело хорошо, и все. Но, к сожалению, или, может, так задумано природой, большинство считающих себя практиками занимаются чем угодно, но только не саморазвитием. Многие из этих людей убеждены в том, что награда за труды последует «потом», после смерти, когда попадут в рай или нирвану, в следующей жизни, когда воплотятся на другой планете, когда искупят все грехи, вылечат всех больных, накормят голодных, раздадут все долги и отработают карму, достигнут просветления, построят меркабу... Можно составить очень длинный список тех «потом», которым грезит как бы «практик», ожидая радостного «победного конца». Удивительно, но многие даже не знают, как это будет выглядеть и происходить. Вроде как они что-то делают, а должная награда сама «прилетит». Конечно, в итоге что-то и «прилетает», но обычно совсем не то, что нужно. Кстати, некоторые альтруисты тоже ждут награды, хотят получить что-то в качестве благодарности. Они

говорят и даже искренне думают: «Мне ничего не надо, я все делаю из любви к миру». Только где-то на заднем плане у большинства крутится мысль: «Мир меня отблагодарит потом, как-нибудь...» Закон бумеранга вспоминают... Или: «Бог меня возьмет в рай за мои старания, с собой ведь ничего не унесешь, и думать о каких-то наградах нет смысла, а там мне дадут почетную должность на небесах» То есть получить награду или оплату за труд сейчас в этом мире или ждать ее, думать о ней – это корысть, расчет, меркантильность. А ждать, что попадешь в рай, или мир вернет тебе добро «бумерангом», не корысть, не расчет. Именно так выглядит в действии программа двойных стандартов. Но это только предыстория. Почему же я вообще об этом заговорила? При чем тут награды, благодарности, «бумеранги»? Как это связано с саморазвитием? А так, что здесь работает один из незыблемых законов мира: за все нужно платить, все имеет свою цену. Цену? Да, цену. Любой труд обязательно должен быть оплачен. И ожидать награду или благодарность, как и получать ее, – это нормально, естественно. В этом нет ничего постыдного и «греховного». Наверное, об этом странно слышать тем людям, кто рьяно «прокачивал» свое бескорыстие. Мы еще поговорим в отдельной главе на тему благодарности, а сейчас я хочу просто заострить ваше внимание на том, что саморазвитие – это труд, который оплачивается очень достойно. Необязательно денежными купюрами, однако и ими тоже. Например, вы занялись здоровьем и избави-

лись от нескольких хронических болезней, донимающих вас в течение десятилетий. Это и будет плата за ваш труд, ваша награда. Девушка, тщательно следящая за собой, станет красивой и ухоженной. Бизнесмен, построивший отличную сеть предприятий, обязательно получит хорошую прибыль. Кто-то может начать спорить: «Да ну, бывает, что делаешь то же самое, а все наоборот разваливается. Похудеть не получается, партнеры подводят, колет в бок...» Если так происходит, значит, развития все же нет. А есть или застой, или деградация. Самым правильным решением в этом случае будет признать поражение и начать работу над ошибками. Причин тому, что произошел «провал», может быть несколько. Если причина не в бездействии, то это могут быть , неправильные шаги. Или же достичь результата мешают внутренние психические и психологические «барьеры». Принятые в сознание человека идеи о нем самом, мироустройстве выступают в качестве стены, препятствия, «барьера» и мешают в достижении желаемых целей. Об этом часто пишут и говорят психотерапевты: детские травмы, впечатления могут влиять на взрослую жизнь. Но чаще влияет и то, и другое. И неверные действия, и психология. Чтобы было понятно, уточню один момент. Психологическими причинами я называю (для удобства) все причины, которые «прячутся» в сознании, подсознании, памяти, «коде» личности. Те причины, которые кажутся абстрактными, которые нельзя «потрогать руками». Потому что чаще всего они находятся в прошлом

человека, в его мыслях, настроении, ощущениях или подобных недоступных для других людей местах. Но влияние этих «абстрактных вещей» очень чувствуется. Наверное, вы ощущали или ощущаете последствия прошлых обид или психологических травм. Какая-нибудь детская обида то и дело напоминает о себе. Но какими бы ни были сами причины, если результата нет, то нет и развития. И не стоит тешить себя иллюзиями, что все «рассосется само». Если действительность такова, что ее можно обозначить словом «провал», то нужно искать, в чем причина, и устранять ее. Если причина – бездействие, то начать активные действия. Если причина – неправильные действия, то изменить их. Если причины в психологии, типе мышления и подобном, то, соответственно, работать в этом направлении. До тех пор, пока результат не станет очевидно положительным, пока не сможет вас удовлетворить. Это и будет саморазвитие. Вы работаете над собой и получаете то, что вам нужно в качестве результата, награды. *в принципе*

# 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.