

МАРКИТАНОВ

АЛЕКСАНДР

ALEKSANDR MARKITANOV

*Жар-птицы
стадами
не летают*



БОЛЕЕ
100000
ЧИТАТЕЛЕЙ

Формула жизни - Любовь

Александр Маркитанов
Жар-птицы стаями не летают
Серия «Формула жизни – Любовь»

Текст предоставлен издательством
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=17134560
Жар-птицы стаями не летают: Амрита; Москва; 2014
ISBN 978-5-00053-087-0

Аннотация

Совершенствоваться нужно не для того, чтобы кому-то понравиться, а для того, чтобы сделать свою жизнь счастливой. Все, что человек делает, он делает ради себя самого, во имя своего собственного счастья. Главное в следующем: страдает влюбленный (от своих чувств) или радуется. Перед ним две двери: одна перед самым носом и распахнута настежь – это путь в страдание, другая поодаль и на замке – за этой дверью истинное, полноценное, многогранное счастье. Найти ключ от второй двери и войти в нее – вот главная задача влюбленного.

Содержание

Об авторе	5
От автора	7
Глава 1. Любовь и страдание	10
Конец ознакомительного фрагмента.	60

Александр Маркитанов
Жар-птицы
стаями не летают

© Маркитанов А., 2009

© Оформление. ООО «Свет», 2014

Об авторе

Как любить, чтобы любовь стала истиной? И... существует ли любовь на самом деле?

Возможно, в этой книге вы нашли ответы на эти волнующие каждого человека вопросы, а возможно, исследования и опыт личного переживания жизни автора натолкнули вас на размышления, ведущие к этим ответам. В любом случае автор благодарен вам за первые шаги на пути к себе.

Основатель «Школы Расширения Сознания», руководитель Общественной Организации «Сеем Доброе», тренер-философ (тренер успеха, здоровья и радости, основанных на здоровой жизненной философии), исследователь, путешественник, писатель, удивительно интересный собеседник, Александр Маркитанов на своих тренингах и семинарах уделяет достаточно большое внимание теме духовного роста Человека, раскрытия в себе божественной любви и всемирного сотрудничества. Формулой школы, основанной Александром, является определение: «Чем уже сознание, тем больше проблем, чем шире сознание, тем меньше проблем». Правилom Школы является – «Добро обязано быть сильным».

На личном примере Александр побуждает людей по-новому взглянуть на свою жизнь, обрести здоровое тело, сильный дух, расширяя сознание, найти способы решения жиз-

ненных задач. Быть успешным в решении своих задач и помогать людям позволяет автору процесс осознания законов Вселенной, изучение аюрведической медицины. Одним из важных источников знаний является Индия, в том числе ашрам Шри Сатья Саи Бабы в местечке Путтапарти, и ашрам «Амритапури» Шри Маты Амританандамайи Дэви, в штате Керала, где автор с интересом изучает духовные практики, медитацию, обретая контроль над телом, чувствами и умом.

Читайте, перечитывайте, размышляйте, изучайте, практикуйте, приобретайте.

От автора

По роду своей профессиональной и общественной деятельности мне часто приходится сталкиваться с разными проблемами русскоязычных людей, проживающих в разных географических точках мира. Спектр проблем довольно широк: сложные отношения между супругами, проблемы «отцов и детей», конфликты в трудовом коллективе, пошатнувшееся здоровье, меланхолия, депрессия, затяжной кризис в деловой сфере или творчестве, трудности в достижении целей, трудности в поиске целей и т. п.

И поскольку большинство областей мной изучены и пройдены, как говорится, на «собственной шкуре», становятся все более понятны причины большинства проблем и возможные способы их решения.

Коротко: проблемы – это естественная, закономерная реакция мира на нарушения законов этого мира, кто бы их ни нарушал – человек или общество.

Знания этих законов являются эзотерическими (т. е. для узкого круга лиц). Но ведь незнание законов приводит к периодическому их нарушению широкими кругами. Нарушение приводит к проблемам. Проблемы либо сталкивают в «болото» – ожесточение, поиск виноватых и шагание по жизни с транспарантами «долой всех», либо заставляют искать ответы. Благодаря проблемам человек становится искателем.

Поиск приводит к тому, что вы берете в руки книги, подобные этой. В каждой из них возможны находки. Будет находка или нет, зависит от ценности (содержательности) самого произведения и от уровня готовности (сознания) искателя получить из источника ответ. Поэтому есть смысл любому представителю широкого круга прикоснуться к этим законам.

Есть ценнейшие по своему содержанию труды (Е. Блаватская, С. Грофф), о которые начинающий может «сломать голову» и прийти к выводу «не жили богато, не стóит и начинать», а есть такие (авторов не буду называть), от прочтения которых неподготовленный может получить «ожог мозга». Поэтому для начинающих эта книга может явиться пособием, которое наверняка поможет избежать множества ошибок и исправить сделанные. Моей задачей (при создании этой книги) было через соприкосновения с наблюдениями, примерами, размышлениями и выводами других людей помочь читателю найти собственные варианты решения своих проблем. На мой взгляд, форма проста для понимания, примеры помогают постичь многие принципы, применить их в своей жизни; минимальное наличие готовых рекомендаций и знакомство с универсальными принципами эффективно-го управления своей жизнью помогут найти самостоятельно ответ на большинство вопросов.

Предлагаю данную книгу не как истину в последней инстанции, но как определенный взгляд, ракурс, как результат

длительных наблюдений и исследований.

Поскольку вопросов мне задают много, часто и звучат они в разных точках земного шара, предлагаю построить раскрытие тем как диалог. Диалог с вами, уважаемый читатель. Наиболее распространенные вопросы мне известны, поэтому я буду задавать их от имени собирательного образа – одного из вас.

Не против? Тогда «поехали».

Одну минуту... Моя задача – стимулировать ваше мышление, которое всегда приводит к ценным находкам, если движется в правильном направлении.

Всякая любовь, имеющая причиной не свободу духа, а что-либо иное, легко переходит в ненависть.
Бенедикт Спиноза

Глава 1. Любовь и страдание

Как бы ни утверждали мудрые современные знатоки, что *«в любви нет страдания»*, все-таки оно существует. От утверждения отсутствия чего-либо *оно* не исчезает, ну разве только для утверждающего (бывает, иногда... на какое-то время). Люди всегда влюблялись, продолжают влюбляться и будут влюбляться наверняка. Не всегда и не у всех отношения, в период влюбленности, протекают гладко и сладко. Случается, возникают болезненные ощущения. Во все времена многим влюбленным любовь приносила боль, и сегодня в этом плане мало что изменилось. Могут меняться разновидности причин, но остается следствие: само страдание. Даже если смягчить вышеприведенное утверждение знатоков и выразиться более корректно: *«В любви не должно быть страдания»*, все равно, для тех, кто испытывает яркое ощущение боли в настоящий момент от каких-то поступков любимого человека, в ту минуту, когда сердце разрывается, а душа стонет, от этого утверждения легче не станет. Присутствует страдание. Боль и страдание, которые принесла (как кажется) любовь. Боль, от которой любой человек стремится уйти любыми путями (желание уйти от боли вполне естественно, «какой выбрать способ?» – вот в чем вопрос!).

Что же делать? Не влюбляться? Не любить? Но ведь не любить – все равно что не жить. Да, это так. Это с одной сто-

роны. А с другой – страх боли, после пережитого неудачного опыта, пробуждает категоричное – «никогда!».

Так как же быть, если любить и влюбляться хочется? И хочется не просто любви, а большой любви. А мудрецы предупреждают: *«большая любовь несет с собой большой риск»*. Кто-то скажет: «А-а, кто не рискует...» Для кого-то такой вариант – плюнуть на все и броситься в омут с головой, а там будь что будет – это «фишка». Только этот вариант не самый лучший. Исследования данного вопроса показывают: не все благополучно выбираются из этого омута. Спектр неприятных последствий довольно широк.

Случается, возникают ожесточение, обида, ненависть, которые раненое сердце может долго носить в себе. Бывает, что и всю жизнь. Эта ноша является угнетающим фактором для выстраивания счастливой и радостной жизни.

Давайте, перед тем как куда бы то ни было бросаться, кое в чем разберемся. Нужно разобраться в некоторых важных жизненных вопросах: *«Что такое любовь?»*, *«Что такое любить?»* и *«Как быть, если в любви возникает боль?»*.

Вот об этом поговорим.

Начнем с конца. Любовь и боль – это нормально? Позвольте ошарашить вас, дорогие мои. Да! ***Боль – это тот коридор, проходя по которому, человек приходит к новому качеству (!)***.

Еще раз скажу: «Боль в любви – это нормально». Уважаемые читатели, успешные в построении отношений, вам –

тем, кто проходит этапы от влюбленности к любви без боли и живет в согласии, тем, кто однажды обрел любовь как состояние и, пронеся через годы, сохранил это состояние, – размышления и исследования, описанные в этой книге, возможно, и не понадобятся, совет вам да любовь. Наш разговор для всех остальных – для тех, которые в секторе жизни «личная сфера» испытывают трудности и которых подавляющее большинство.

Дело в том, что умение налаживать взаимоотношения с противоположным полом открывает большие возможности и перспективы для реализации во всех иных областях жизни. Значит, есть смысл изучать эту науку. Науку построения отношений. Это изучение неизбежно приводит к постижению понятия *любовь*, не как слова в широком потреблении, а как обозначения *высшего состояния*, стремление к которому и есть по большому счету суть смысла жизни человека. Человека, а не лесного зверя, не домашнего животного. То, к чему изо всех сил (или слабостей) стремится человек, – это счастье, радость; то, что человек суетливо пытается найти «у фонарного столба» (в материальных активах), на самом деле находится именно там, в этом *состоянии – состоянии любви*. Потребление качественных товаров и услуг вторично, первично – *состояние*. Умение прийти к этому состоянию, удерживать его дает возможность получать наслаждение от жизни и открывает необъятные перспективы в ней.

Начнем изучать простое житейское дело именно как науку

(чтоб действовать умело).

Возьмем распространенную ситуацию, когда человек влюбился, а объект любви держит дистанцию и не желает ее сокращать. Рассмотрим, по каким вариантам в этом случае могут развиваться, протекать события. И как может проживать, переживать эти события всплывший чувствами человек.

Вариант № 1. Такой влюбленный может «проглотить» неприятный факт безответности и сказать себе: «Я ей не подхожу, она слишком „высоко“ от меня находится, мне до нее не дотянуться, она достойна лучшего» (в этом и практически во всех других случаях «он» и «она» можете поменять местами – принципы останутся неизменными). И, вздыхая, страдая втихомолку, влюбленный оставляет положение дел как есть, признавая: «Рассчитывать на ответные чувства мне бесполезно».

Такое бывает, возможно, при дефиците амбиций к жизни, дефиците любви к себе и заниженной самооценке. Например: я проявляю чувства, не рассчитывая на то, что объект любви войдет в мое пространство. В принципе – нормальный ход. Весь вопрос в том, по какой причине сделан такой вывод: от скромности, неуверенности в себе или оттого, что объект устроен и счастлив и для вас в приоритете ваши чувства, нежели сам объект? Объект любви может быть недоступен по разным причинам. Главное – в следующем: стра-

дает влюбленный от своих чувств или радуется. Вот основной аспект ситуации – две двери: одна перед самым носом и распахнута настежь – это путь в страдание, другая поодаль и на замке – за этой дверью истинное, полноценное, многогранное счастье. Найти ключ от второй двери и войти в нее – вот главная задача влюбленного.

Если человек способен радоваться родившимся в его душе трепетности, возвышенности, стремлению, желанию, смятению (и еще каким-то непонятым, незнакомым процессам и ощущениям) и понимать, что чувства – это богатство, тогда он всегда сможет грамотно (с пользой для себя) распорядиться этим богатством. Для такого человека чувства никогда не будут поводом для страдания. Если человек способен понять, что любовь дается как подарок свыше и одновременно некая возможность (поскольку в период влюбленности его душа трансформируется и поднимается на уровень выше), то для такого человека чувства никогда не будут поводом для страдания. Но чаще бывает по-другому.

Бывает фанатичная любовь к кумиру. Это может оставаться любовью на дистанции, как любовь к какой-нибудь звездной личности – звезде кино или эстрады. Не обижайтесь, пожалуйста, дорогие фанаты различных звездных фигур. Если к вашей влюбленности прикладывается здоровое чувство юмора и вы способны по-доброму сами посмеяться над собой, то вы в безопасности, но в противном случае... заикленность на звездном объекте – это уход от себя. В то вре-

мя как *естественный и главный элемент технологии жизни любого человека* – это путь к себе: движение в сторону раскрытия своих способностей, познания своей божественной природы и, как итог, – достижение гармонии с самим собой и с окружающим миром. Очень важно понять предназначение своего сердца и раскрыть его для любви, раскрыть любовь к ближнему. Любовь к ближнему – это здоровая жизненная позиция и состояние души, и исключительный путь к этому состоянию – это раскрытие любви к себе. Тревоги, недостаточное самоуважение, заниженная самооценка, заниженная планка своих целей – это шлагбаумы на пути к состоянию гармонии. Подчеркну – *путь к гармонии начинается с построения добрых отношений с самим собой*. Поэтому, когда какая-то юная девушка рвет на себе волосы от «любви» хоть к Дэцлу, хоть к Кобзону, это показатель огромного дефицита жизненных ценностей, среди которых одной из первых является любовь к самой себе.

– А как правильно? – спросите вы. – Как быть, если дочка четырнадцати лет обклеила все стены в комнате портретами эстрадного кумира и готова отдать все на свете за пучок его волос или лоскут одежды? Мне страшно за нее.

– Это проблема так проблема. Причины я только что перечислил, вернитесь к началу текста. Это лишний раз подтверждает, что воспитание детей – это глубокая наука огромной важности. Прикоснемся к ней в главе «Любовь и дети». А сейчас скажу и этой девочке, и ее родителям: не стоит

свою жизнь, свое счастье, свои перспективы и реализацию ставить в зависимость от любой личности, это неправильно. Почему неправильно? Потому, что это отказ от своей божественной индивидуальности, который открывает безрадостную перспективу – страдание. Человек приходит в этот мир не страдать, но раскрыть свою божественную природу и исполнить задачу своей души. Для этого необходимо проделать путь к самому себе, чтоб познать себя. И еще раз повторюсь – целый ряд заблуждений возникает от нелюбви к себе и отсутствия элементарных жизненных ценностей. Почему такое положение может случиться? Где источник этих ценностей и критерия отношения к себе? Где их взять ребенку? Где их черпать подростку? Что, не догадываетесь?! У родителей. Да, все просто. Что родители знают, то и передают детям. Знают родители истину, богаты здоровыми идеями, традициями, передадут «по наследству» *это* богатство. Пользуются заблуждениями, иллюзиями, стереотипами, будут передавать их. В этом случае ребенок на каком-то этапе взросления наверняка начнет понимать непригодность родительских идей и правил. Это начало потери родительского авторитета. Это начало обесценивания *слова* родителей и необходимости изучать мир через собственные ошибки. Если же ребенок сам не «схватит», в силу природных особенностей, суть жизни, то будет пользоваться непригодными формулами. А это ведет к страданию. Поэтому на ваш вопрос: «Как быть?..» – ответу вопросом: «Почему ваша девочка оказа-

лась бедна жизненными ценностями?» Ответ очевиден: «Такое „богатство“ вы ей подарили, воспитывая ее». Нужно исправлять положение. Продолжаем разбираться.

Вариант № 2. Возьмем вариант, когда чувствами пылает амбициозная, темпераментная личность с дефицитом широты сознания. Природная особенность завоевателя и сеятеля семени (если это мужчина) определяет цель – покорить и удовлетворенно восторжествовать. Амбиции и темперамент требуют достижения цели, а суженное сознание направляет своего хозяина по ложному пути. Такой человек, влюбившись, совершает активные действия. Он делает интенсивные попытки привлечь в свое пространство желанный объект, несмотря на его безразличие или просто нежелание сокращать дистанцию. Влюбленный не успокаивается, в ход идет то, на что у него хватает фантазии: цветы, подарки, записки, мольбы и тому подобное – все бесполезно. Затраченные усилия не приводят к результату. И тогда в пылающем чувствами сердце начинает накапливаться злоба. Хозяин этого сердца злится на объект, он чувствует себя оскорбленным, недостигнутая цель уязвляет его самолюбие. «От любви до ненависти только шаг» – это как раз тот случай. Несостоявшийся Ромео проникается ненавистью и подавляет свои чувства. Чем вызвана такая реакция? Неудовлетворенностью. Может быть, он зависим от чужого мнения и болезненно переносит саму мысль о том, что он выглядит смешным и жалким в

глазах знакомых, что разрушается его имидж «крутого перца» перед социумом. Может быть, человек привык получать от жизни и от людей то, что хочет, а здесь обстоятельства заставляют его признать поражение. Не каждый умеет достойно проигрывать. Недостигнутая цель, при навязчивой идее – «я всегда добиваюсь, чего хочу», на основе темперамента, заставляет человека страдать. Вот здесь сделаем отступление: *человека заставляет страдать его собственный характер, его собственная философия жизни и его собственные ложные представления о том, что такое любовь и что такое любить.*

Возможно, в разуме у влюбленного имеются хорошие идеи по поводу любви. Но темпераментный воздыхатель, охваченный эмоциями азарта, ни на что не обращает внимания – ни на какие доводы собственного разума. Голос рассудка заглушают эмоции: хочу обладать – и все тут, и ненавидит ту, которую (вроде бы) любит.

Страдание из-за невозможности обладать. Эту невозможность – препятствие, создает не кто-нибудь, а объект страсти. *Желание обладать*, как утверждают ученые-философы, – *это низшая форма любви*, она ближе к животному (проявлению) и дальше от божественного. Но такому влюбленному не до философии, не до углубленных размышлений.

Как следствие, бывает, рождается идея: «Так не доставайся же никому». История человечества только за последнюю

сотню лет набрала кучу примеров: от сюжетов как в классической «Бесприданнице» до современных «кислота в лицо».

Что в итоге получает такой влюбленный? Кто-то – удовлетворение своего уязвленного Эго: «Вот так будет со всеми, кто будет меня обламывать». А у другого... когда он придет в себя, осознание содеянного вызовет горечь, сожаление: «Что же я наделал-то?», но дело сделано, и ничего не изменить. В проигрыше все: и непосредственные участники, и их близкое окружение, кроме одного «зверя» – *Эго* называется. Это оно мутило рассудок и, заглушив голос разума, диктовало помыслы и давало решительность в действиях. *Эго «дремучего» человека управляет им как пастух овец.* По большому счету – манипулирует. Он не виноват в том, что у него такие проявления. Ну, вот такой он от природы (и от воспитания). Такие учителя по жизни были, а может, не было учителей, и приходится через свой опыт, экспериментальным путем, стучаясь о «несправедливые» неудобности этого мира, приобретать умение жить.

В этом случае трагедия видна невооруженным глазом: перечеркнутая жизнь как минимум двух людей – и того, кто невольно стал жертвой, и того, кто взял на себя роль прокурора и палача. Один стал виновником преступления благодаря своей любви, другая стала невольной жертвой только лишь из-за того, что вызвала чувства другого человека, сама того не желая. Не абсурд ли? Человек пострадал оттого, что природа щедро наградила привлекательностью. Нет никако-

го абсурда. Любое богатство, хоть его денежный эквивалент, хоть это талант, хоть внешняя красота, может (в принципе) стать причиной трагедии человека. Так устроен этот мир, и с этим необходимо считаться.

Поэтому сделаем заключительный вывод к вышеприведенному варианту любви. О закономерностях. Следует знать, что *нет страшнее зверя, чем уязвленное мужское самолюбие*, особенно если оно принадлежит темпераментной личности; особенно если у этой личности суженное сознание. Если учитывать этот факт как объективность, можно сделать следующий вывод: наличие богатой яркой внешности – это повышенная зона риска. Следовательно, есть необходимость в осторожности.

Вариант № 3. Похожий на предыдущий, с той разницей, что незадачливому влюбленному хватает воспитания и самообладания не причинять физического вреда объекту чувств.

Этот интеллигентный тип не станет проявлять насилия, грубости и хамства. А поскольку ненависть – это распространенная реакция на страдание от неразделенной любви, то и наш интеллигент туда же. Он просто тихо ненавидит (в мягкой форме) и убивает в себе чувства, иногда полагая, что мстит таким образом той, которая его отвергла. Это может быть человек положительный, со светлой душой, при этом «дремучий», то есть с суженным сознанием. Думаете – как такое может быть? Дремучесть – это естественное состояние

как минимум девяноста процентов людей на Земле. Интеллект вообще тут ни при чем. Развитый интеллект и широкое сознание – это вещи разные и малосвязанные. А что касается светлой личности... «Даже в светлой душе бывает достаточно мусора», – сказал один мудрец своему ученику (в книге автора «Лестница в мечту»). Поэтому отправил его обучаться в один из монастырей. Именно для избавления от этого мусора, который не дает засиять – проявиться душе во всей красе. Именно из-за критического объема этого мусора, и в душе, и в разуме, человек и страдает.

Итак, наш интеллигентный тип. В этом варианте тоже трагедия, только легкая ее форма и неявная, к тому же касается она только ненавистника, убийцы своих чувств. Объекта чувств это или мало задевает, или вообще «не трогает». В чем здесь трагедия? Дело в том, что у каждого человека есть какое-то будущее, которого он еще не знает. Он узнает свое будущее несколько позже: тогда, когда оно станет настоящим. Но это время еще не наступило, оно впереди. Человек не знает своего будущего, при этом сам выбирает его сценарий. Если выразиться более коротко – будущее закономерно.

– Поясните.

– Поясню. Как вы полагаете, где создается будущее?

– А правда... Где?

– В настоящем.

– Посредством чего?

Сценарий своей судьбы – свое будущее, человек создает в

настоящем своими мыслями, помыслами, поступками.

Хочу заострить внимание: *не только поступками, но и мыслями, и помыслами.* Всем этим собственным арсеналом необходимо научиться управлять. То есть его первейшая задача – отслеживание своих мыслей, затем следует контроль и, уже как результат, движение вверх по лестнице духовного и личностного развития, управление мыслями. Это важно знать: мысли и помыслы – это отражение состояния души и одновременно отражение уровня сознания человека, это зеркало его проблем. Если человек встал на путь познания своей природы, путь раскрытия смысла жизни, путь духовного развития, то его задачами будут отслеживание своих мыслей, контроль, движение вверх и управление. Хочу подчеркнуть алгоритм внутреннего роста. Начинается путь с отслеживания мыслей. Отслеживаете, подмечаете, что не соответствует вашему теперешнему кредо. Затем контроль уже не только мыслей, но и поступков. И следующая естественно вытекающая фаза – это управление своей действительностью. Управляете вы, а не обстоятельства.

Чем уже сознание, тем больше проблем, чем шире сознание, тем меньше проблем. Это одна из универсальных формул жизни, которая просвещает и показывает человеку верное направление. Из этой формулы следует, что сознание полезно расширять. Полезно для здоровья, для успехов в делах, как сердечных, так и любых иных. Из этой же формулы можно получить ответ на вопрос: «Откуда берутся про-

блемы?» Эта же формула дает понимание, «для чего нужны проблемы». Эта же формула дает мотив для действия. Если человек не займет активную жизненную позицию и не станет сам тренировать себя, то на помощь ему придут внешние факторы – неприятности, проблемы. Это закон. Это закономерность мира.

Итак, сама мысль о подавлении, угнетении своих чувств неверна. Почему?

Убивая свои чувства, проявляя ненависть к объекту своих чувств в настоящем, человек в этом самом настоящем создает неблагоприятный сценарий своего будущего. Если бы этот человек знал, что, проявляя вместо благодарности ненависть, а вместо раскрытия чувств, прерывая их (как нежелательную беременность), он грубо нарушает законы Вселенной – законы жизни, совершает преступление против себя и, как результат, создает предпосылки для своих будущих страданий.

Сделали вывод? Правильно. Чтобы расчистить свое пространство для хороших, радостных событий, необходимо потрудиться. Прежде всего, над своими мыслями. Порой необходимо серьезное волевое усилие, чтобы заместить поток черноты, льющийся из собственного ума, на что-то более приличное. Значит, надо сделать это усилие. Для того, чтоб было поле для приложения усилия, необходимо отслеживать свои мысли. В этом случае, когда через размышление, понимание или осознание человек приходит к тому, что берет за

правило какую-то здоровую идею, тогда бывает легче сделать правильный вывод и ему следовать. Тогда помыслы светлеют. Тогда легче сбываются мечты.

Любовь – это награда и возможность эволюции души. Благодаря своим разгоревшимся чувствам, человек может приобрести такую красоту души, что независимо от природных внешних данных он становится привлекательным. Привлекательным для всего окружающего мира, в котором обильно водится противоположный пол. *Отсутствие внешней привлекательности никогда не является безусловным препятствием на пути к мечте, на пути к счастью.* Главным препятствием является отсутствие безусловного принятия себя и влюбленности в собственную душу.

Каждый человек, когда ему на голову свалился подарок небес, дар – испытывать чувства, и они оказались безответными, он интерпретирует возникшие переживания по-своему – часто в соответствии со своими заблуждениями, иллюзиями. Если «одаренный» использует этот презент небрежно, грубо относится к нему, подавляет дар, вместо принятия и раскрытия, если игнорирует возможность эволюции, то он создает, формирует в настоящем события будущего: пройти этот путь вновь, только с гораздо большей болью. Такой человек, повторяя ошибку за ошибкой, устав от безысходности, в итоге рискует сделать вывод, что жизнь жестока, а люди вокруг сволочи. Почему он так решил? Он нашел верную

оценку миру? Вовсе нет. Это ложная оценка. А возникла она оттого, что он (являясь человеком положительным) слеп и глух и не хочет ничего менять в своем мировосприятии, а значит, и в своей жизни. *Положительное изменение мировосприятия приводит к положительным изменениям в жизни.*

Как думаете? Еще раз повторяюсь – Мир закономерен. И это еще одна из закономерностей, которую вы можете проверить опытным путем.

Посмотрите трезво на вещи: один и тот же человек в разных ситуациях в разный период своей жизни по-разному относится к миру и к тому, как он устроен. Если в жизни все идет «шоколадно» – мир хорош. Если неудачи, потери – мир жесток. В одно и то же время, в одной и той же точке на земном шаре один и тот же мир может быть различным для двух людей. Различным – глазами этих людей. Значит, дело не в мире, а в глазах?! Чьи глаза? Кому они принадлежат? Пессимисту? Нытику? Оптимисту? Искателю истины? Гармоничному человеку? Бомжу или святому? Для всех он будет разным. Вот таков он этот мир. Он иллюзорен. Его иллюзорность подтверждается тем, что один и тот же, он разный для всех людей в одно и тоже время, в одном и том же месте, как и для одного человека в разные времена. Истинный мир, его красота открывается человеку только тогда, когда он избавляется от критической массы шелухи (ментального мусора) – оценок, суждений, привязок, агрессии,

чувства несправедливости и прочего эмоционально-идейного хлама. А пока... представьте себе кинотеатр. Полный зал. Когда зрители выходят после окончания сеанса, вы их спрашиваете, что они смотрели. И выясняется, что один смотрел фильм про войну, другой – сказку, третий – ужастики, пятый – фигурное катание и так далее. И один подавлен и испуган от увиденного, другой радостный вдохновленный. Каждый видел на экране свое. Вы недоумеваете: «Как такое возможно?» Вот таков он наш мир – иллюзия. Экран один, помещение одно, а образы, ассоциации у всех возникают разные. А глазами звезд (не людей) мир каждую минуту, каждый день одинаков. Каков он был неделю назад, такой он и будет через месяц. Не об этом постоянстве идет речь, а о законах, по которым этот мир сотворен и живет (планеты вращаются строго по заданным траекториям, что бы себе ни думали-предполагали молекулы и атомы). Безусловно, мир меняется – идет эволюция во Вселенной. Но законы мира остаются прежними. И две тысячи лет назад он был почти таким же: кто-то то радовался, то огорчался, кто-то то возносился, то падал. Почему «почти»? Задумайтесь хотя бы на мгновение... опыт. Мы имеем мировой опыт созидания, расцвета и разрушения за несколько тысячелетий. Особенно за последние сто лет. Опыт бессмысленности вражды и войн. Опыт лицемерия и невежества одних религиозных деятелей и самоотверженности и преданности своей вере, своим убеждениям других. Опыт фанатизма, бредовых идей, идеологиче-

ских лидеров и их успешность в одурачивании своей паствы. Опыт, который только слепо-глухому не покажет очевидность того, что любая идея, замешанная на насилии, на крови, обречена на крах, как бы искусно она ни маскировалась под благочестивую. Опыт, показывающий, как легко при дефиците любви в обществе. Это самое общество превращается в стадо при появлении пастуха – сильной личности, которая принесла идею, сладкую для самых дремучих умов. Но этот вывод можно сделать, только приобретя опыт. Теперь он у нас есть.

Вы спросите, в чем закономерность? А разве Вторая мировая война не является иллюстрацией? Мир столкнул в кровавой драме два лагеря, живущих на основе порочных идей. Два государства, один из лидеров которых мечтал весь мир выкрасить в красный цвет, другой – в коричневый. Ни того, ни другого лидера ничуть не смущало, что за реализацию своих идей нужно платить кровью и страданием миллионов людей. Каков итог? Один народ понял сразу, что он был одурачен, другой – спустя несколько десятков лет. Благодаря чему понял и тот и другой? Благодаря возникшим у каждого народа проблемам. И это закономерность. И заключается она в том, что без проблемы, без «неожиданно» возникшей боли и страдания сам человек («среднестатистический человек» – элемент стада) не проснется, не откажется от бредовой идеи, не встанет на путь служения и созидания. Делайте вывод. Интеллект-то имеется. Сделали? Правильно. *Спя-*

щий? Не беда. Небо поможет. Жди проблему. Она разбудит. Это закон. Не хочешь боли? Просыпайся сам. Это и есть пресловутый механизм причинно-следственной связи, и он беспристрастно срабатывает хоть в отношении общества, хоть в отношении отдельно взятого человека.

Для чего мы соскочили с темы о наблевшем и полезли ввысь – в космос, во всемирную историю? Чтоб с этого ракурса увидеть свои заблуждения – свою субъективную оценку Мира. Мир одинаков для всех жителей этой планеты на протяжении их жизни. Законы этого Мира одинаковы для всех пребывающих в нем. То, что он играет разными красками, то черными, то белыми гранями, – это иллюзия спящих. Эта «цветомузыка» – закономерность, в помощь для спящих, дающая возможность пробудиться.

Идет рост научно-технического прогресса, вследствие чего меняются условия жизни, возникают новые нестандартные условия и события. События, которые в жизни происходят, можно подчинять своим интересам. Мудрецы говорят: *«Нет такого твердого, что не могло бы быть побеждено мягким»*. Есть смысл присмотреться, прислушаться. Это поможет научиться управлению. Нужно определиться в главном: чего вы хотите – управлять своей жизнью или чтоб в ней хозяйничали обстоятельства, люди и случайности. Мы как раз разбираем одну из сфер жизни – личную, взаимоотношения с противоположным полом. Очень важно, чтоб эта сфера была налажена. Чтоб здесь был порядок, необходимо

навести порядок в собственном внутреннем мире. Именно об этом ведем речь. Продолжаем.

Вариант № 4. Неприглядный вариант: когда от неразделенной любви человека тянет лишиться себя жизни. Страшнейшая и одновременно глупейшая ситуация. Страшнейшая, потому что статистика показывает, как «костлявая» выкашивает направо и налево из жизни юные неокрепшие души, которые не в силах переносить ту боль, что они испытывают в роковой момент. Глупейшая, потому что, переживи они эту боль, спустя месяц, ну максимум год, им будет смешно от своих переживаний. Смешно и одновременно страшно от того, как близки они были к совершению ужасного поступка. Но горечь ситуации в том, что кому-то уже никогда не будет смешно – дело сделано.

Причины идеи прервать свою жизнь понятны и объяснимы. Чуть поговорим о них. Зная причины, легче предотвратить событие.

1-я причина – нелюбовь к себе. Огромный дефицит любви к самому себе, который человек рассчитывал погасить за счет вливаний извне, но потерял надежду.

Лечение: *выращивать любовь к себе. Как?*

- 1. Прощать себя, давая себе право на ошибку.*
- 2. Принять себя таким, какой вы есть, без условий.*
- 3. Принять решение стать для себя лучшим другом.*
- 4. Стать для самого себя самой надежной поддержкой.*

5. *Исключить из практики грубые слова в свой адрес, но говорить себе слова вдохновения, слова поддержки, слова любви.*

6. *Не допускать жалость по отношению к себе; жалость поменять на любовь.*

7. *Дать себе слово стать счастливым, независимо от присутствия или отсутствия в вашей жизни каких-либо личностей.*

8. *Встать на путь поиска истины. На этом пути приобретаются истинные ценности и сила.*

Все перечисленные рекомендации можно выразить одной, универсальной – *влюбиться в собственную душу.*

Очень важно одновременно отслеживать чистоту своих помыслов и поступков, чтоб не скатиться в высокомерие, в себялюбие, потому что это капкан. Себялюбие – это обратная сторона медали – жалости к себе. Мир закономерен, и в нем нет жалости. Следовательно, высокомерие – это одна из форм иллюзии.

Если ваш близкий человек вызывает у вас жалость оттого, что он несчастен, остановитесь вовремя. Жалость извне провоцирует *жалость к себе, а это вязкое болото.* Жалость придумали либо высокомерные, либо очень глупые люди. Если вас одолевает это нездоровое чувство – жалость, ищите возможность избавиться от нее, замените участием, милосердием, любовью, если это уместно, добавьте чувство юмора. Потому, что человек не нуждается в жалости, ему необхо-

димы понимание и любовь. Если близкий вам человек испытывает трудности в том, чтобы достойно относиться к себе, то кто, как не вы, может помочь ему преодолеть эту проблему. Но не жалея, а давая поддержку. Поддержка может быть разной. Не всегда поддержка – это «поглаживание по шерстке». Иногда нужно помочь человеку встряхнуться – умышленно вызвать у него болезненные ощущения. В простонародье это называется «волшебный пендель». Только очень важно действовать разумно, грамотно и любя (несоблюдение этих условий может усугубить ситуацию и вызвать обратный эффект).

Не забывайте про юмор. В «*Золотых правилах успеха*» по этому поводу звучит полезная мысль: «*Человек выглядит комичнее всего, когда воспринимает себя слишком серьезно...*»

2-я причина – слабый дух. Малейшая боль – и жизнь теряет смысл. В такой ситуации небо окрашивается в черный цвет и уже невозможно радоваться жизни, из-за некоторого обстоятельства. Вот если бы это обстоятельство изменилось, вот тогда было бы другое дело. Но оно не изменится, значит, все плохо, значит, и нет смысла продолжать эту бессмысленную жизнь. Это мысли, которые может родить ум слабого духом человека.

Лечение: *Поднимать, укреплять собственный Дух. Как?*

1. *Необходимо возвращать внутреннюю силу через преодоление.*

Это нужно тренировать день за днем. Идем от простого

к сложному. От более легкого – почистить зубы перед сном, до более трудного – прыгнуть с парашютом, или еще более сложного – отказаться от чая с плюшками поздно вечером. Самая доступная практика преодоления, укрепляющая и дух, и тело, – это поза «Всадник» (из индийских боевых искусств), она описана в книге «Душа, Это и Путь». Очень хорошо перед сном облиться тазиком ледяной воды. Хорошее преодоление и закалка. И еще сон будет крепче и нервная система устойчивей. Помните – **любое преодоление рождает силу.**

2. Очень важно в момент преодоления не допускать страдания.

3. Взять за правило – возникшее страдание немедленно нейтрализовать с помощью юмора.

4. Отказаться от жалости к себе, так как жалость и нытье отнимают силу.

5. Учиться не привязываться: ни к людям, ни к предметам.

6. Учиться отвергать ненужные привычки.

Да, дорогие мои, – учиться. Жизнь – это школа. В противном случае, отказываясь от обучения, человек рискует завершить свою жизнь подобием животного – состарившимся, капризным, страдающим, распускающим слюни. Но не подобием Бога – мудрым, умиротворенным, управляющим своим состоянием, своей действительностью (вне зависимости от возраста).

Это здоровая идея: идя по жизни, «наматывая» года, становиться ближе к Богу – радуясь каждому мгновению жизни. Умению радоваться тоже можно и нужно научиться. Умению брюзжать и ненавидеть учиться не надо – это приходит само, как проявление «лучших» черт характера, как следствие нездоровых, разрушительных мыслей и эмоций. Создайте для себя индивидуальную программу и ежедневно делайте преодоления, приобретая постепенно благие привычки. Благодаря несложным каждодневным усилиям – этим практикам, впоследствии становится смешно от своих прошлых переживаний.

3-ья причина – иллюзорное представление об устройстве Мира. Иллюзия о том:

– что счастье – это исполнение желаний,

– что счастье – это когда девушка, к которой пылают огнем чувства в груди, без сопротивления движется в ваше пространство и находится в нем постоянно, ежедневно декларируя гарантии незыблемости желанной ситуации, при этом никогда и ни в чем не покушаясь на сложившееся волею судьбы ваше представление об устройстве Мира.

Не удивляйтесь, подобными иллюзиями, как программами, оснащены современные «компьютеры» – мозги большинства живущих ныне. Только пребывать в иллюзиях долго не получится. Судьба непременно устроит встречу – предоставит того, кто их разрушит. При дефиците знаний о премудростях бытия рано или поздно наступает момент кру-

шения иллюзий. Когда у человека сложились ложные убеждения, то любое разрушение его представлений, устоев, иллюзий происходит болезненно. Он либо будет драться за свои идеалы, либо умрет от тоски, когда ему откроют глаза и скажут, например, что Деда Мороза не существует, а балерины тоже ходят в туалет.

Чтобы возникла страшная идея – надругаться над собственной жизнью, достаточно одной из перечисленных причин, но, как правило, все они подружки: неразлучны одна с другой. Как правило, эти причины – издержки в воспитании. Как правило, родители не воспитывают детей, а эксплуатируют их слабость и желают получить комфорт в жизни от присутствия в ней своих маленьких копий. Сначала, когда детки маленькие, родители нежно нянчатся с ними, а когда ляльки чуть подрастают, папаши и мамыши впадают в иллюзию, что за вложенные ими труды и средства их чада являются должниками, и нетерпеливо стремятся вытащить из своих детей вложенные в них инвестиции. Порой это стремление выливается в грубую эксплуатацию. Но мало кому охота чтоб его эксплуатировали, и в ответ на насилие дети порой выкидывают такие номера, что «небо падает на землю». И, к сожалению, простые, эффективнейшие тренинги-ликбезы на данную тему не пользуются повышенным спросом.

Поэтому обращаюсь в данном месте не к родителям, а к их детям: возьмитесь сами за свое воспитание. А ваших родителей не вините. Все издержки – дефицит мудрости, спра-

ведливости ради следует списать на *времена*. Ваши родители, дедушки и прабабушки жили во времена закрытого доступа к истинным знаниям. Родители не виноваты, они хотели как лучше, но не знали как. Зато вы теперь знаете. Более того – к родителям, чего бы они ни заслуживали, необходимо проявлять почтение. Это нужно самим детям, и не во имя морали, а ради открытия своих путей к успеху и дальше – к гармонии. Теперь вы и это знаете. Однако пойдем дальше.

– Погодите «дальше». А лечение?

– Хроническая потребность в рецепте – это патология.

Лечение: *кукиш с маслом*.

– Обидно.

– Знаю. Зато полезно. Полезность пресловутого «кукиша» заключается в том, что он заставляет размышлять и подвигает к главному – поиску самостоятельных способов решения своих задач. Кто ищет, тот всегда находит. И эти находки в тысячу раз ценнее, чем готовые рецепты. Поэтому задание – составьте рецепт самостоятельно из выше и ниже изложенного материала, сложите мозаику из имеющихся «стеклышек».

Вариант № 5. Возьмем такой вариант: человек влюбляется, и в нем загорается огонь жизни. Эту энергию влюбленный вкладывает в себя, он начинает активно заниматься собой – своей жизнью. Кто-то делает акцент на внешнюю форму, кто-то – на внутреннее содержание. Кто-то дей-

ствуует комплексно. Владелец горящего сердца ищет способ удивить возлюбленную, проявить изобретательность, галантность, позволяя себе любить – проявлять чувства, заботу. Влюбленный ищет и находит в этом процессе наслаждение. Часто в душе возникает боль – некое щемящее чувство, оттого, что возлюбленная не с ним, что она его игнорирует или играет с его чувствами. Но этот влюбленный разумен, притом что во влюбленности люди часто теряют разум. И он тоже позволил себе потерять разум, в той его части, что отдался своему чувству. При этом он, своими мыслями и действиями, не дает возлюбленной повода не уважать себя, а наоборот. Уважающая себя личность проявляет свои чувства с достоинством, даже когда невыносимо больно оттого, что его мечта – его принцесса, не дает ему возможности выплеснуть, реализовать огромный потенциал нежности, заботы и страсти. ***Человеку, влюбленному в собственную душу, нет нужды искать потерявшийся в расстроенных чувствах и эмоциях свой разум.*** У такого человека ничего нигде не теряется. Он терпеливо и грамотно проходит этот *коридор судьбы*, принимая его изгибы и повороты. Чтоб выбрать наиболее благоприятный сценарий своей дальнейшей судьбы, уважающий, любящий себя человек не позволит боли управлять его действиями и одержать над ним верх. Он трансформирует эту боль. И хотя влюбленного и заботит, что будет завтра – обратит *она* на него внимание или нет, на первом плане он отслеживает и культивирует свое состояние. Потому,

«подкованный», он знает, что этот *период влюбленности – самое удобное время для собственных преобразований*. Становится отчетливо видно – над какими своими качествами работать, и как никогда присутствует здоровый азарт и огромный стимул совершенствоваться, расти. Если обнаружил, что имеет место некоторое пренебрежительное к себе отношение, значит, надо взрастить любовь к себе. Если тело как кисель, значит, надо им заняться и привести в порядок. Если в душе беспорядок, поработать над своим внутренним миром – убрать обиды, претензии к кому бы то ни было, освободиться от претензий как от зависимости. В голове кавардак?! Почитать литературу, для расширения мировоззрения, чтоб стать более интересным собеседником. Если есть черты характера, которые приносят дискомфорт в жизни, потренировать положительные черты и новые полезные привычки. Очень полезно поработать над развитием чувства юмора – универсальное качество и средство. Раньше было лень. Теперь есть стимул – любовь, желание привлечь в свое пространство возлюбленную. Все перечисленное выше коротко можно обозначить – создать для себя индивидуальную программу. О ней мы побеседуем в отдельной главе.

И вот так – сосредоточив внимание не на объекте, а в первую очередь на себе, вернее на собственном преобразовании, ухажер приобретает новое качество. И что происходит?! Помните, как в мультике: «...такая корова нужна самому». То есть человек начинает к себе лучше относиться, он

присматривается к себе, раскапывает в себе положительное, умножает это положительное и становится красивым. Красивым прежде всего для себя самого и именно тогда и для окружающих. Пройдя, в стремлении заинтересовать объект любви, верный путь – путь собственного преобразования, поклонник чувствует себя намного уверенней, комфортней в жизни. Изменяются по приоритетам жизненные ценности – выстраиваются в правильном порядке, смещаются акценты интересов – становится понятным и привлекательным то, что постичь раньше не хватало «пороху».

И тут начинают происходить интересные вещи: достигнув более высокого внутреннего качества благодаря любви и боли, которая присутствовала в ней, влюбленный становится интересен объекту любви. Как правило, начинает развиваться диалог, который может привести к взаимным чувствам и гармоничным отношениям. Дальше «в добрый путь».

Стоп! Внимание. Еще не все. Впереди возможна опасность – ловушка.

Возможная опасность.

Когда события перешли в сладкую стадию, счастливый влюбленный думает: «Ну вот, слава Богу, достиг своей цели – она со мной! Теперь можно отдохнуть». Здесь, на этом этапе, когда возлюбленная открыла свои объятия для терпеливого воздыхателя, найдя в нем ряд положительных качеств, труд влюбленного не заканчивается, его эволюция не

завершена. Нельзя прерывать процесс собственного роста. Отношения, которые сложились на данном этапе – это не все, это еще не «дом счастья», только его фундамент. Нужно еще правильно выстроить их, для того чтобы они приносили радость не только сегодня, но и завтра, и всегда. Он должен не только продолжать развиваться дальше сам, а теперь еще и *помочь* (ненавязчиво) своей любимой пройти собственный путь – путь собственных преобразований. Предположим, дело завершилось свадьбой и у возлюбленной сложилось впечатление, что она вышла замуж за человека, который ее безумно обожает, и готов для нее Луну с неба достать, и всегда, до скончания дней, будет сдувать с нее пылинки. Если молодая женщина находится в подобных иллюзиях, нельзя оставаться безучастным к такому положению дел. Все, что терпеливо выстраивалось, с таким трудом, может оказаться под угрозой разрушения.

Завоеывая свою принцессу, наш герой изрядно потрудился и подустал, он может забыть о том, что ничего постоянного не бывает. И порхающей в облаках счастья пташке невдомек, что за всем, что она увидела в красивых поступках своего рыцаря, стоит огромный труд, невероятные усилия. Возможно, новоиспеченный глава, не завершив процесса, захочет передохнуть. Возможно, ему захочется понимания и активного участия от его (пока еще условной) половинки, в быту их молодой семьи. Ему хочется дивидендов от вложенных инвестиций – отдачи от своих усилий, а она ждет

продолжения сказки. Вот тут и начинаются обоюдные упрёки. И он, и она – милые, замечательные ребята. Конфликты происходят не из-за того, что кто-то из них плохой или недостаточно хороший. Конфликты случаются потому, что иллюзия одного сталкивается с иллюзией другой. У нее иллюзии, это понятно. А чего *ты* хотел? *Ты* красиво и грамотно добивался, но не доделал «дело». Ее иллюзии, ее несовершенство – это вовсе не аномалия и не патология, это нормально, это естественно. Не надо надеяться на положительные особенности и ожидать их реализации. Предпосылки часто – не более чем иллюзия. Иллюзия закономерно разрушится. Не в ней первопричина твоих неприятностей, а в том, что поверил в иллюзию. Не надо ничего ждать ни от ситуации, ни от той, кого ты полагаешь, что любишь. Необходимо обратить внимание на свои сильные стороны, которые как раз и проверяются в конфликтной ситуации. Если поведение возлюбленной вызывает возмущение, значит, есть необходимость заняться сильной стороной своей личности – выращивать ее, поднимая на большую высоту. Нужно набраться терпения и довести «работу» до завершающей стадии данного этапа своей судьбы. Нужно создать пространство высокого качества, чтобы ей было настолько комфортно в этом пространстве, чтоб любимая захотела прислушиваться к голосу лидера семьи – мужчины. Если мужчина нажимает, упрекает, это не лидер, а тиран. К тирану не прислушиваются, его боятся, ненавидят или попросту обижаются на него. Поэто-

му она не сможет прислушаться, а будет обижаться и разочаровываться. Если потерять терпение и действовать грубо, то можно разрушить все, что с таким трудом тобой же выстроено. Необходимо запастись терпением и ненавязчиво, исключая назидательные интонации, помочь возлюбленной понять, что в любви, в союзе двух любящих сердец, каждый из участников должен вкладывать что-то положительное в отношения. Необходимо помочь ей разобраться в вопросах бытия и помнить, что это нужно тебе самому, во имя собственного счастья.

Возможный поворот событий.

Бывает и такой вариант, что, проходя коридор, в процессе собственной эволюции, человек теряет интерес к объекту своих вздыханий. Помните анекдот: *Я так любил Моника и хотел на ней жениться, но она сказала, что я недостойн ее, потому что пью, курю и выражаюсь. Поэтому сначала я бросил пить, этого было недостаточно. Тогда я бросил курить, опять этого было мало. Потом я бросил «выражаться», а после я бросил Моника. Такой красавчик, я нашел себе подружку получше.* Тоже нормальный вариант. И так может стать.

Когда чувства растворились и страстное стремление уступило место равнодушию, тогда, как правило, у охладевшего вздыхателя возникает досада, и времена, когда он испытывал щемящие волнительные чувства, вспоминаются с но-

стальгией. То есть, когда эта боль присутствует, от нее хочется избавиться, но, когда она проходит вследствие наступившего равнодушия, возникает чувство утраты. Жаль угасших чувств, так как приходит осознание, что с ними жизнь была ярче, интереснее, в ней было чувство неуспокоенности, стремления. В этом стремлении человек многого достиг (по крайней мере, была дана такая возможность). Но это понять – обнаружить (для большинства), возможно только утратив то, что имели.

А что, в сущности, произошло?! Человек, развиваясь, приподнялся над собой. Во имя любви он стал трудиться над своими лучшими качествами и достиг успехов в данной области.

Когда человек развивается, он избавляется от иллюзий, как от шелухи, и его мировосприятие меняется. Поэтому может быть и такой исход: на определенном этапе своего развития он (трудящийся над собой) осмотрелся и увидел свою недавнюю пессию с иной стороны и обнаружил: капризная, взбалмошная, ее интересы – только тряпки, машины и прочая материальная дребедень; в ней нет души. Тело? Тут ничего не скажешь – хороша. Ну полюбуюсь неделю, год, ну два, потом ведь все равно наскучит. То, от чего сегодня текут слюнки, очень скоро станет привычным и скучным. Да и не вечна, не неизменна красота внешняя. Тело склонно стареть. Как сказал поэт: *«...красоту уносят годы, доброту не унесут...»* Живительным бальзамом для сердца и источ-

ником вдохновения для пробуждения творческих сил является родная, родственная душа. Ее присутствие необходимо всегда и везде. Создавать пару с чуждой душой в комплекте с красивыми формами – все равно что дружить с куклой или с красивой автомашиной. Выстраивать совместную жизнь – не с телом, а с родственной душой. Растить детей – не с телом, а с той, которой можно доверить воспитывать своих детей. Преодолевать все трудности печали и заботы – не с телом, а с близким другом. Раскрывать свой творческий, деловой и духовный потенциал – не с телом, а с единомышленником. Когда в вашей подруге сочетаются эти важнейшие качества: родственная душа, заботливая, мудрая мама ваших детей, единомышленник и близкий друг, – тогда ее наружность приобретает совсем другое значение. Не представляющая интереса внешность становится привлекательной, а привлекательная становится еще краше. Не стоит вводить себя самого в заблуждение, утверждая, что такие женщины бывают только в мечтах. *Избавьтесь от критической массы шелухи, научитесь управлять своим состоянием, создайте благоприятным свое собственное пространство, и ваша половинка непременно найдет дорогу в ваше пространство.* Как этого состояния достигать? Как создавать качественное, привлекательное пространство? Об этом, собственно, и книга. Поэтому возвращаемся к правильному (мудрому) воздыхателю.

В процессе отношений и переживаний воздыхатель начи-

нает размышлять: «Красивое тело – это прекрасно! Это замечательно! Это будоражит кровь! Вопрос в другом: кому это тело принадлежит? Какова хозяйка тела? Кто она? Есть ли хотя бы намек на родство души? Нету. Она оказалась чужой. Нет, такая девушка мне не интересна. Как я мог такой увлечься?»

Но ведь «прозрел»-то ухажер, благодаря тому, что трудился над собой. А мотивом потрудиться были чувства именно к этой девушке. А раз так, то это повод для благодарности в ее адрес. И если человек достаточно «высок», он проявляет именно благодарность, против иронии, высокомерия, обиды или презрения. Даже если с точки зрения социума разжигательница чувств вас недостойна, нужно иметь свою позицию на этот счет. Социум вашу жизнь за вас не проживет. Каждый свою жизнь может и должен прожить только сам. Есть необходимость поступать не в соответствии с тем, что подумают окружающие, а согласно своему индивидуальному уставу. Тогда вы завершаете с высоким баллом эту ситуацию и открываете путь для «подарка от жизни». Все это благодаря чему? Соблюдению пункта своего внутреннего устава – не допускать равнодушия, ценить свои чувства как дар небес.

Культивировать равнодушие, подавляя свои чувства, – это значит причинять себе вред.

Если предположить, что тот, в кого вы влюблены и с кем всеми фибрами души желаете быть вместе, не ваша половинка, все равно нужно раскрыть свои чувства к этому человеку

и завершить отношения правильно. Правильно – это значит не подавлять свои чувства, не поощрять в себе равнодушие, а через данный жизненный эпизод научиться любви безусловной, не требующей, но дающей, чтоб уметь избегать обид, претензий и открыть путь для той настоящей любви, которой желаете, ждете. Тем самым открыть путь именно для своей половинки, которая обязательно придет в вашу жизнь.

– А что, эта любовь выходит ненастоящая, ложная?

– *«С любовью встретиться проблема сложная. Найдешь, а вдруг она – ложная, ложная-а-а-а...»* Да, есть такая песня. Симпатичная песенка и при этом хорошее методическое пособие, «как не надо делать» – женщина еще не встретила любовь, а заранее переживает, мучается *«...а вдруг...»*. Нет никакого смысла и пользы бояться или опасаться самой жизни. Необходимо быть подготовленным. Если человек живет грамотно, имея готовность принимать опыт, который ему предложит жизнь, то ему нет необходимости так нервничать. *Какая встретится, такая встретится, я отработаю любой сюжет по максимуму. У меня есть готовность из любой ситуации вынести только хорошее. У меня есть готовность дарить любовь, у меня есть готовность принимать любовь. В этой жизни мне никто не должен. Я в этой жизни должен только себе. Я должен себе сделать свою жизнь радостной. Для этого мне следует научиться любить.* Если таким образом человек выстраивает свои мысли, то у него максимум шансов на успех. Поэтому сама формулировка «нена-

стоящая любовь» неверна.

– А если все же любовь не удалась, то какая она?

– А что такое «удалась»? Какие критерии? На каком этапе вы готовы подводить итоги? Когда стаж вашей любви пятьдесят лет? Когда зубы уже не болят, потому что их больше нет? «Удалась» – это ваше состояние на какой-то определенный момент развития ситуации. Через день, месяц или год положение дел может поменяться в противоположную сторону, и тогда вы опять будете констатировать – «не удалась». Чтобы удалась, нужно умело выстраивать отношения. Нужно знать – *что* вкладывать в отношения. И одновременно наслаждаться каждым днем, каждым мгновением своей жизни, сейчас, а не потом (через пятьдесят лет), когда удалась. Здесь и сейчас, когда есть чувства, не взирая на «...а вдруг...». Это вовсе не означает, что с головой не нужно дружить. Это значит, что к своим чувствам надо относиться уважительно, так же как и к себе самому. А в данном случае, может быть, человек «не ваш», а может, *вы* не готовы к отношениям с *этим* человеком. Чувства-то тут при чем?! Человек, возможно, и не тот (что не факт), а чувства-то ваши. К чувствам нужно бережно относиться. А если вы не готовы к отношениям, не умеете их налаживать, то этот жизненный эпизод как раз то, что вам нужно. Опыт, навык, умение. Используйте возможность их приобрести.

– Навык?! Так что, выходит, эта любовь тренировочная, что ли?

– Называйте ее как хотите. Пусть будет тренировочная, если вам так нравится.

– А как узнать, пока неизвестен финал, какая она – тренировочная или настоящая?

Можно сказать кратко: «Любите не переживая, какая она. Раскрывайте свою любовь. Это принцип, *он* важен». Можно поумничать. То, что вы называете тренировочной любовью, приходит к неопытным и дает им возможность «пройти школу» – научиться любить. Чтоб тогда, когда привалит в следующий раз счастье полюбить, они были способны сохранить этот бесценный подарок – большую любовь. Представьте, свершилось: она пришла в вашу жизнь – настоящая. Ваш возлюбленный вами восхищается, он без ума от вашего умения строить отношения, а не знает, какие ошибки вы делали в недалеком прошлом, и, повстречайся вы тогда, не исключено, что вы бы вызвали у него разочарование.

Это прекрасно, когда люди, обретшие настоящую любовь, с благодарностью вспоминают тех, кто дал им возможность научиться ценить доброе в другом человеке, ценить нежное отношение к себе. Правда, часто к этой благодарности примешаны ирония или презрение. Если так, то это проявление не лучших черт характера: обидчивости, категоричности, жесткости. Эти черты могут проявиться и в будущем, в отношениях с дорогим и любимым человеком. В идеале: отследить подобные мысли и эмоции ко всем «бывшим»

и убрать все лишнее – негативное, оставить только благодарность. Если такая позиция не возникла сама собой, то необходимо занять ее, через волевое усилие. Это дает больше шансов на хорошие – желанные – перспективы.

Поэтому говорю еще раз: боль в любви – это нормально. Главное, уметь сориентироваться в этом положении, родить здоровые мысли, сделать здоровые выводы и им следовать. Как сказал Ошо Раджниш: *«Любовь приносит боль, потому что она трансформирует. Любовь – это перемена. Любая трансформация болезненна: потому что на смену старого приходит новое»*. Да, любовь может стать переменной, потому что она является катализатором к действию. Любовь может стать трансформацией, и тогда на смену старого придет долгожданное новое.

– Погодите! Один момент. Хотелось бы все же вернуться к *Варианту № 2*. К тому варианту, «...когда чувствами пылает амбициозная, темпераментная личность...». Вы утверждаете: «Любое богатство – денежный его эквивалент или талант, внешняя красота, может (в принципе) стать причиной трагедии человека. Так устроен этот мир, и с этим необходимо считаться». Вы действительно так полагаете?

– Да.

– Почему, на ваш взгляд, в мире так несправедливо?

– Законный вопрос. Потому, что бесполезно искать справедливости в нашем мире. Справедливость, это изобретение людей (из-за дефицита любви), и оно применимо исключи-

тельно для общественных законов. Но мир существует по иным законам. Эти законы установлены Творцом – ваятелем этого мира. Назовите их законами Бога, законами Вселенной, все они суть одно – законы жизни, законы бытия для нас, мирян. *Мир не справедлив. Мир закономерен.* Об этом есть смысл поразмышлять.

– Что это размышление может дать?

– В природе, в животном мире нет понятия «справедливость». Человек часть природы – биологическая система, наделенная сознанием, интеллектом и ярко проявленными чувствами и эмоциями. Гордыня, зависть, раздражительность, мстительность – это производные интеллекта, при поддержке природных инстинктов и приобретенных рефлексов. Только человеку дана способность любить и ненавидеть, наполнять свое сердце любовью и ненавистью. Если чье-то сердце наполнено ненавистью, кто наполнил? Какая-то личность? Какое-то обстоятельство? Если так, значит, человек не хозяин себе. Это показатель суженного сознания – вершины несовершенства. Человеку дана свобода выбора – на что потратить свою жизнь. Ты сегодня живешь так, что обстоятельства и люди могут наполнять твое сердце, чем им вздумается? Непорядок. Устраивает такое положение вещей? Твое дело. Не устраивает? Совершенствуйся – избавляйся от стереотипов, иллюзий, набирайся знаний для разума, приобретай здоровые привычки, превращая их в традиции, тренируй интуицию. Человек – подобие Бога. И чело-

веку дано раскрыть в себе Творца и наполнять свое сердце любовью. И тогда понятие справедливости и несправедливости перестает существовать. В этом замысел *Наиглавнейшего режиссера – Творца*, в Его гениальной пьесе – трагикомедии под названием «Бытие». В настоящее время начался финальный ее акт «Бессмысленность животного бытия, если ты Человек».

Поразмышляв в таком направлении, вы придете к пониманию, на что нужно направить свою энергию: не на бесполезное занятие – поиск справедливости, а на изучение закономерностей этого мира. Это нужно, чтоб стали понятны его законы, принципы, по которым он построен, создан. Чтоб соблюдать эти законы. Чтоб избегать ненужных проблем. Чтоб управлять своей жизнью. Чтобы прийти к гармонии.

– А что, бывают нужные проблемы?

– А как же?! Проблемы нужны неосознающим своей действительности людям в помощь, чтобы двигаться – развиваться физически, душевно, духовно, интеллектуально. То есть для собственной эволюции. *Музик станет креститься только тогда, когда грянет гром – возникнет проблема (угроза его безопасности)*. Проанализируйте поведенческие особенности людей – нас с вами. Проблемы заставляют искать и находить, обнаруживать закономерности, совершать открытия и, как итог, – жить в одном ритме со Вселенной, постигая Бога. Даже неглубокий анализ может привести к

пониманию, чего добивается Творец от своих детей – подобий.

– И чего *Он* добивается?

– Любви... чтобы *Его* дети, *Его* подобия – люди, прекратили подменять движение души к состоянию любви общественной моралью. В этом плане, в сознании земного сообщества людей еще только завершается «каменный век». Мы замещаем понятие *любовь* критериями морали, нравственности. Некоторым политикам и священникам это выгодно. Сначала проводятся границы запретов, а потом надо всего лишь подождать, когда их непременно кто-то переступит. Вот тут-то они и подключаются – у них уже наготове клейма и указания. «Ты грязен, ты грешен, ты порочен. Ты не можешь без руководства, ты не можешь без управления. Ты не можешь без посредников. Мы будем тебя направлять, мы будем тобой управлять». При этом нас «подкармливают»: с экрана нежно, по-приятельски призывают желающих «освинячиться» – «время с «Толстяком» летит незаметно», или «сникерснуть», чтоб испортить ЖКТ. Правда, хотя и редко, но все же случаются светлые озарения – проскакивает маленькая божья искорка – звучит заставка: «*А ты позволил своим родителям? Вспомни о них*». И те, и другие рекомендации так или иначе помогают нам расширить сознание. Ирония в том, что, завлекая к «Толстяку», нас честно информируют, предупреждают, «время с ним летит... незаметно». Людям, имеющим вкус к жизни, ясно и понятно: вре-

мя – это как раз то, чем разбрасываться неразумно. Время – это дефицит. Это нечто очень дорогое. А кому жизнь наскучила, тот заинтересован, чтоб она быстрее закончилась. Такие, чтоб меньше мучиться, как раз ищут способ, чтоб время – жизнь – пролетела незаметно. При всем при этом тот, кто неглуп, догадается: убивая драгоценный божий дар – отпущенное время, проведенное с «Толстяком», человек приобретает нерадостную перспективу – тяжелое брюхо, слабое сердце и вообще сниженную потенцию жизни. Разве на это было отпущено время жизни?

Напоминание о наших близких позволяет хотя бы на миг остановить суету. Суетность – это другая крайность инертности. Так же, рано или поздно, придет понимание бессмысленности суеты. Часто, когда уйма времени «вылетела в трубу», приходит гнетущее ощущение упущенных возможностей и сожаление, что бестолково прожег жизни время и не менее бестолково суетился, проскочив мимо чего-то главного в жизни, при этом не нашел времени уделить родным, близким людям должного внимания. Вместо того, чтоб остановить суету, наоборот, поощрял ее, компенсируя дефицит времени небрежным отношением к себе – обедал сникерсами. Рано или поздно приходит понимание, что неприятные ощущения в душе и в теле (недостаток радости в жизни и приобретенный гастрит) имеют вполне понятные причины – собственные ошибки. Когда приходит понимание хронической ошибки, тогда появляется желание изменить свою

жизнь. Хорошо, когда еще есть в запасе время, чтобы что-то изменить и успеть насладиться плодами своих преобразований.

Именно проблемы заставляют человека остановиться, осмотреться и начать задаваться вопросами: «В чем причина моих неудач? На что я трачу время? Что является первичным в этой жизни?»

Из вышесказанного следует, что вот тогда, когда человек сможет осознавать свои ошибки заблаговременно, до того как завершилось его участие в постановке Наиглавнейшего (жизнь на Земле), и исправлять их, совершая движение по жизни к Творцу, тогда человек перестанет нуждаться в проблемах. Вот тогда и начнутся другие времена (как говаривал известный телеведущий).

подавляющее большинство людей страстно или не очень, но желает, чтобы настали «другие времена», но только единицы совершают действие, которое приближает этот благодатный период. И для тех, кто расширяет свое сознание, этот период неизбежно настает.

– Да, действительно, в жизни много суеты. Ну как же быть, когда нужно все успеть, а времени не хватает?

– Один мудрец сказал своему ученику: *«Успех в достижении истинной цели заключается не в увеличении скорости движения к ней. Но в спокойствии и чистоте ума»*. А чтобы ему было легче прийти к этому состоянию (чистоты ума), учитель дал ему несложную практику: *Зада-*

вай себе вопрос: «Кто я?» И не позволяй своему уму отвечать на него. Не позволяй ни одной мысли стать ответом. Когда в ответ тебе начнет приходить тишина, насладись ею. Это и есть истинный ответ. Не спеши теперь понять смысл моих слов. Продолжай движение, и придет осознание.

Эта рекомендация относится к философии жизни человека, который выбирает жить осознанно, который видит свою дорогу к счастью – через расширение сознания.

Если человеку не хватает времени, то как раз из-за суеты, из-за неумения организовать свой режим дня. Идея, что нужно увеличить скорость суеты, чтоб все успеть, да еще за счет сокращения времени на принятие пищи, – это одна из типичных иллюзий. Выбор такой технологии жизни едва ли приведет к счастью. Принятие пищи у наших предков всегда было ритуалом, с непременным чтением молитвы. Пища, вода, над которыми произносится молитва, приобретают благодатное качество. К сожалению, у нас эта здоровая традиция упразднена. Но есть места на планете, где эта традиция жива. И в наше время в ашрамах Индии и во многих индийских семьях принятие пищи – это ритуал, который начинается с чтения мантры. Еда, как процесс, превращается в духовную практику. А пища становится священной. Духовные практики очищают сознание и растворяют агрессию и гордыню – главных врагов человека. Это один из самых простых и доступных путей, по которому достигается ясность и чистота ума. И как результат – спокойное, уравновешен-

ное, доброжелательное состояние, в котором быстрее и легче спорятся дела. Возможно, этим можно объяснить тот факт, что на единицу автотранспорта в Индии нереально низкий процент ДТП и несчастных случаев. Возможно, поэтому найти индийца с гастритом – невероятно сложно. Даже в благополучной, спокойной Канаде, где никто никуда особенно не торопится (там спешат не торопясь), аварийность на дорогах на порядок выше. А заболевания ЖКТ на несколько порядков выше, чем в Индии.

А пока что еще присутствует суета или безучастность к своей жизни. Пока еще присутствует смещение приоритетов истинных жизненных ценностей – смысл жизни сводится к зарабатыванию средств для обеспечения своего ЖКТ, при этом человек относится к нему небрежно. Это напоминает гонку собаки за собственным хвостом – бесперспективное занятие. Собака никогда не догонит свой (купированный) хвост. И если барбосы и жучки таким образом играют от нечего делать, то человек, по сути делая то же самое, но с серьезным видом, думает, что живет. Пока существует такое положение дел в жизни человека, к нему будут приходить проблемы (в помощь, чтоб прекратить бессмысленную «гонку за хвостом»).

Проблемы – это есть установленный Творцом механизм «раздремучивания темных» – людей с суженным сознанием. Не хочешь проблем? «Раздремучивайся» сам.

– Ну вы и сказанули – «раздремучиваться». Хм. Нас уже

призывали «окультуриваться».

– А что?! Замечательный призыв. Только едва ли кто-то понял, что за этой идеей стоит. Как нужно «окультуриваться», не было понятным, потому что автор идеи уж больно витиевато изъяснялся, поэтому никто не стал ничего предпринимать, чтоб не ошибиться. Идея «пробудиться» принадлежит не мне. Об этом говорят самые древние писания Веды. Об этом говорят все известные пророки, аватары, мистики.

Есть люди, которым проблемы не нужны, они им ни к чему. К ним проблемы и не приходят. Не приходят потому, что эти люди соблюдают законы Вселенной – живут в соответствии с правилами, установленными Творцом. Потому что эти люди способны жить осознанно. То есть необходимо не только знать, а еще и соблюдать эти законы, правила.

– А попроще можно?!

– Можно и попроще. Позвольте метафору. О том, что такое «жареный петух», не знает разве что младенец. Отец Небесный желает, чтоб человек, сохраняя свободу выбора, все же развивался, расширял сознание, выполнял задачу своей нетленной души, а не занимался баловством – гонялся «за своим хвостом» (да еще с серьезным видом). Для того, чтобы человек не застрял в своем развитии, *Он* обеспечил народ этой самой «жареной птицей», которая имеет свойство – больно клеваться. «Птица» пасется где-то сзади и никогда не упустит возможность применить свое свойство – больно клюнуть. И поскольку каждый здравомыслящий человек

стремится избежать боли, этот неприятный фактор (боль) является поводом и катализатором для ускорения. Кто наблюдателен, тот понимает, чтоб «птица не клевала», нужно двигаться быстрее нее. Нужно ее опережать, чтоб она отставала. Исходя из вышеприведенных «научных» размышлений, можно сделать вывод: «Боль в заду – это от задержки своего развития. Боль в голове – это оттого, что игнорировал боль в заду». Тот, кто осознан, опережает «птицу», она остается позади – проблемы не догоняют. Тому, кто движется достаточно динамично, проблемы ни к чему. Ну, может быть, незначительные, для тренировки силы, для профилактики, чтоб не терять навыка, чтоб держать *состояние*. И не путайте, пожалуйста, ускорение расширения сознания – избавление от шелухи, с ускорением темпа жизни.

Вот так, «грубо говоря и мягко выражаясь», срабатывает закон причин и следствий.

– Это нелегко. Изучать, наблюдать.

– Да, это действительно нелегко. Но жизненно необходимо. Проблемы всегда будут напоминать об этой природной необходимости. Если не изучать и не постигать этот мир, то время от времени придется разочаровываться в нем и с горечью констатировать – мир несправедлив. А он и не замышлялся Творцом как справедливый. Мир создан закономерным. Мы уже с вами говорили об этом и еще двадцать раз будем вспоминать.

– Все же не могу понять. Как это – закономерен?! Как

принять, что закономерным является то, что богатство может принести человеку несчастье? Ложь закономерна? Подлость закономерна? Страдания детей закономерны? Жестокость закономерна?

– От того, что вы не примете этот мир, а станете его отвергать, что-нибудь в мире или лично для вас положительно изменится? От того, что вы посвятите свою жизнь поиску виноватых, что-нибудь в мире или лично для вас положительно изменится?

– Нет, конечно, не изменится. Но все же... хочется понять.

– Вы, наверное, знакомы с таким пассажем: «Умом Россию не понять...»?

– Да-да. «...Аршином общим не измерить».

– Вот-вот. Юмор в том, что «не понять» не только иностранцам – людям с отличным от нашего менталитетом, живущим по иным общественным законам, но и коренному населению загадочного государства – нам с вами. Если умом Россию не понять, то остается либо ее принять такой, какая она есть, либо понять чем-то другим. Не умом. А вы хотите понять мир. И чем?! Рациональной логикой? И вот так, запросто, не изучая его особенности, не углубляясь в эзотерические знания, не раскрывая свои интуитивные способности?! Попробуйте оценить уникальное творение Бога, что находится на территории России, – Байкал. Это не просто резервуар с водой. Это жемчужина мира, великолепное, уникальное по свойствам озеро, богатое местами силы. Уни-

кальное семейство рачков, которые не могут жить ни в одном другом месте, кроме родного дома – Байкала. Благодаря жизнедеятельности этих рачков – санитаров, вода в озере чистая, как слеза, близкая к дистиллированной (была до некоторых пор). Теперь попробуйте понять рациональным умом, почему человек – дитя этой земли (не какой-нибудь засланец), сливает в это уникальное божье творение отходы производства химического комбината. Понимаете? Вы будете находить объяснения, много объяснений, но понять этого не сможете. Точно так же вы сможете найти объяснения, но не сможете понять обжору, который ест, ест, и еще маленький кусочек, и еще один, а потом искренне сокрушается: «Ну, зачем же я так наелся, теперь вот страдаю». Вы никогда не сможете понять, почему он это действие повторяет – сам создает для себя страдание вновь и вновь. И тот, кто вредит своему телу, насилуя его обжорством, и тот, кто вредит своей родной земле, своей жизнью оставляя на ней грязное пятно, сами едва ли смогут понять – почему так делают.

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.