

Инструменты Счастья

РЕАЛЬНАЯ
ИСТОРИЯ

Константин
Русов

16+

Константин Русов

Инструменты счастья

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=66333124

SelfPub; 2021

Аннотация

В основе этой книги лежит реальная история. История того периода моей жизни, когда, устав от ощущения внутренней пустоты и непонимания собственного предназначения, непонимания того – кто я на самом деле и что собой представляет мир, в котором живу – я решил начать поиск инструментов самопознания. Я прожил в Южной Америке несколько лет, исследовал древние энергетические практики мистического племени Кьеро в сердце Андийских гор. Прикоснулся к науке шаманизма племени Шипибо Канибо в джунглях Перу. Побывал в Индии, путешествовал в Гималаях и обучался Крия йоге в ашраме у Гуру. Мне удалось найти себя, свой путь и понять смысл своей жизни. Теперь хочу поделиться с тобой тем, какие ошибки допускал на этом пути, как преодолевал трудности, которые являются неотъемлемой частью внутренней трансформации. О том, какие инструменты приобрёл, и как они повлияли на мою жизнь. Надеюсь эта книга вдохновит тебя на начало собственных внутренних изменений и приведёт к стабильной счастливой жизни.

Содержание

Об авторе	5
Предисловие	8
Глава 1. Когда в жизни не хватает настоящего	12
Глава 2. Безграничные возможности человека	16
Глава 3. Сынок, может лучше делом займешься?	24
Глава 4. Как потерять все и найти себя в Эквадоре	31
Глава 5. Стодневная практика	38
Глава 6. Таинственная Аяуваска	45
Глава 7. Самая важная цель	55
Глава 8. Главное желание – жить	64
Глава 9. Новое место силы	74
Конец ознакомительного фрагмента.	76

Константин Русов

Инструменты счастья

Об авторе



Константин Русов

Начал свой путь саморазвития с практик Чжун Юань Цигун. В течении десяти лет практик прошел четыре ступени. Обучался на терапевта китайской медицины мыслей и образов. Учитель Сюи Минтан.

Прошел инициацию в андийские знания об энергетических взаимодействиях человека с природой гранд-мастера традиций кьеро Марнита Куиспе Майчака.

Получил инициацию в традицию Крия Йоги от свами гуру Шанкарананда гири. Инициирован в личные ученики Шри Балак Йогешвар Дас Джи Махараджа.

На момент написания книги (2021 год) практикую Крия Йогу 4 года.

Делюсь с людьми всеми приобретенными знаниями, лечу и обучаю.

Хочу от всего сердца поблагодарить всю команду, которая помогала мне при создании этой книги.

Литературный редактор – Ирина Сечковская.

Корректор – Анастасия Коваленко

Дизайн обложки – Александр Астрон

Фото обложки – Артур Исмаилов

Создатель шрифта для обложки – Виктория Лопухина.



Звон колокольчика и произносимые на языке кечуа слова ритуальных текстов слились в единую звуковую вибрацию. Началась церемония инициации.

Старый Мастер мистического племени кьеро выполнял действия, строго придерживаясь древних традиций секретного ритуала. Стоя напротив, я вдруг ощутил выстроенную им невидимую энергетическую связь между мной и духом гор. Поток невидимой духовной силы нежно, по-матерински охватил меня. В этот миг я испытал прилив безграничной любви и проникся огромным доверием ко всему происходящему.

Созерцая своё состояние, я ощущал, как по невидимым каналам связи древняя мудрость законов жизни проникает в мои сердце и сознание, плавно и мягко растекаясь по телу. В тот момент вся моя сущность была преисполнена благодарности судьбе, которая невероятным образом привела меня за двенадцать тысяч километров в самое сердце Андийских гор на ритуал, веками покрытый завесой тайны.

Как же так всё интересно складывается в моей жизни?

В этот самый миг в сознании вспыхнул образ моего пути, и я увидел все предшествующие этому моменту события.

Предисловие

Приветствую тебя, дорогой друг.

Хочу поделиться с тобой своим опытом, удачами и неудачами моего духовного поиска. Поделиться теми инструментами, которые я нашёл и испробовал, которые ежедневно использую для достижения стабильной счастливой жизни. Поделиться своей радостью, спокойствием и любовью, которые с каждым днём всё больше и больше наполняют мою жизнь, наполняют с такой силой, что нет возможности удерживать всё это внутри, хочется делиться этими знаниями со всем миром.

Также эта книга является литературным дополнением к фильму «Инструменты счастья», который я и мой друг, талантливый режиссёр Игорь Царенко, сняли для того, чтобы рассказать о результатах наших многолетних исследований вопросов человеческого счастья. Прочитав её, ты сможешь глубже проникнуть в смысл и осознать истинную идею фильма.

Эта книга, как и фильм, призвана вдохновить тебя на решительные действия по улучшению качества твоей жизни и показать, что нет ничего невозможного. Только ты являешься мастером-творцом жизни, и только тебе решать, в каком мире ты будешь жить – в ярком и радостном или в сером и

унылом.

Здесь я опишу все значимые и переломные моменты своей жизни, чтобы ты сам прочувствовал всё то, что привело к достигнутым мною результатам, и увидел, как твои действия могут влиять на ход дальнейших событий. Ты будешь наблюдать за тем, как духовные практики могут трансформировать твою личность.

Я постараюсь подробно и просто объяснить смысл и принцип работы таких практик, как Цигун, Хатха-йога, Крийя-йога и растений силы – Аяуваска и Вачума.

Многие спросят: «Какое отношение имеют шаманские церемонии с растениями силы к духовным йогическим практикам?» Но в этом как раз и кроется весь смысл моего открытия.

Я долгое время практиковал в джунглях Перу и на своём опыте убедился, что необходимо понимать: все древние знания важны и принадлежат всему человечеству, не нужно размежевывать или отрицать их, основываясь на ложных догмах и идеях. Проявив уважение к опыту народов Земли, нужно как следует самому изучить и разобраться со знаниями, которые тысячелетиями приносят пользу людям и бережно передаются от мастера к ученику.

Не исключено, что некогда на Земле существовала цивилизация, которая обладала единой, очень мощной структурой, объединяющей в себе весь спектр фундаментальных

знаний о природе человека и о том, как быстро и эффективно избавиться или предотвратить любую, даже самую сложную проблему со здоровьем, привести тело в порядок, а затем системно и сбалансированно развивать все свои три аспекта: физический, ментальный и энергетический, и для каждого применять древние научные знания.

Но по какой-то неведомой причине, скорее всего из-за всемирного катаклизма, эти знания были разорваны и разбросаны по континентам. И теперь наша задача не разъединять еще больше, а собирать и использовать их во благо всего человечества.

Эх, так и хочется поскорее более подробно рассказать обо всех этих системах и их влиянии на развитие человека, но всё по порядку. Дальше в книге глава за главой я передам свои знания и понимания, основанные на личной практике и исследовании опыта многих моих пациентов и учеников.

Моя цель – помочь улучшить качество твоей жизни.

Что такое «качество жизни»? Это не то, на какой машине ты едешь, не то, в каком доме живёшь, не то, какую должность занимаешь на работе, и не то, сколько денег на твоём банковском счету. Качество жизни – это то, насколько ты спокоен и радостен в каждый момент твоего существования.

Я не прошу тебя слепо верить всему, что здесь написано.

Я призываю проверить и на личном опыте убедиться в эффективности инструментов счастья, доступных каждому.

Глава 1. Когда в жизни не хватает настоящего

Поведу свой рассказ с момента, когда начались самые удивительные и интересные события в моей жизни. Давай вместе узнаем, куда они меня привели.

Мне было около тридцати. Как раз прошёл период сумасшедших и необдуманных действий с весьма плачевными результатами. Я оставил позади годы походов по ночным клубам, алкогольных бдений и экспериментов с клубными наркотиками, чтобы войти в новую жизнь. Зачем я рассказываю об этом? Чтобы у тебя сложилась полная картина моего опыта. Я ни на секунду не жалею о годах духовного и личностного падения. Невозможно в полной мере оценить чистоту, тепло и свет, не проведя длительное время в грязи, холоде и темноте. Ты спишь, живя лишь удовольствиями, игнорируя свою деградацию, даже если в редкие минуты пробуждения наблюдаешь, как потихоньку разрушается твоя личность, как в груди увеличивается дыра и растёт пустота размером во Вселенную. Ты каждый день обманываешь себя, говоря: *«Ничего, я легко покончу с этими пагубными привычками, вернусь в спорт, буду жить здоровой жизнью и бла-бла-бла»*. Но дни летят. За ними месяцы и годы,

а падение продолжается...

Я долго находился в собственном вымышленном лжемире, где всё происходило, как во сне. Моя жизнь превратилась в Ад на земле. Я постепенно потерял работу, деньги, друзей и непременно потерял бы и себя. Но однажды кто-то внутри закричал:

Стоп!

Что ты делаешь с собой?

К чему ты движешься?

Разве для этого ты пришёл в мир?

Одумайся и возьми себя в руки.

Ты же очень сильный.

Я знаю и верю в тебя.

Хватит издеваться над собой.

Ты ведь на самом деле не такой!

Знаешь, это было настолько искренне, мощно и глубоко, что меня будто пробило разрядом в тысячу вольт. В одно мгновение я проснулся, испытал чувство стыда за бесцельно потраченные годы и только спустя время осознал, что этот опыт был дан мне не зря. Теперь я могу помогать людям, оказавшимся в такой же ситуации, ведь не по учебникам знаю, что они чувствуют, как живут и ежедневно обманывают себя. Я знаю, какие слова подобрать, чтобы быть услышанным. После осознания я вернулся к нормальной жизни, возоб-

новил занятия спортом, нашёл работу и очень быстро стал успешным бизнесменом среднего уровня. А через пару лет открыл собственное дело в сфере продажи и обслуживания компьютерной техники. Много времени уделял семье, работе и тренировкам. Казалось, живу и делаю всё правильно. Но мне не хватало чего-то очень настоящего. Вот только чего? Я жил без ответа и занимался обыденными делами с ощущением, что упускаю что-то очень важное, если не самое главное. Будто бы жизнь проходит мимо.

Однажды, возвращаясь домой, я заметил на столбе объявление – приглашение на курс Цигун. Стрелочка указывала на ворота арки, ведущей во внутренний двор жилого дома. И что-то внутри сказало: *сходи и разузнай*. Я всю юность увлекался боевыми искусствами, и первое, что пришло мне в голову, – это какие-то секретные китайские техники единоборств.

Я прошёл во двор и постучался в двери офиса. Мне открыла милая энергичная женщина, которая представилась Валентиной Ивановной. Уже позже я узнал, что она является инструктором трёх ступеней Чжун Юань Цигун. Она предложила зайти, присесть, и мы начали наше общение.

– Какая цель твоего визита? – спросила она.

– Я пришёл по объявлению для обучения Цигун, но понятия не имею, что это.

– Очень хорошо, что ты ничего не знаешь. Если захочешь

научиться управлять своей внутренней энергией благодаря силе сознания, приходи на курс через неделю.

Мне всегда было интересно прикоснуться к тайнам управления внутренними процессами, а сознание пока относило их к области фантастики, так что я согласился, поблагодарил и вышел.

Как неожиданно и интересно всё получается. Я не планировал и не искал, но тяга к мистическому всегда подсознательно жила внутри. И тут на тебе! Так легко и быстро все появилось. Нам в жизни часто даются подсказки и открываются новые возможности для личностного роста. Но мы не замечаем этого в повседневной суматохе. А если заметили, боимся и не верим, что это может быть очень важным и может изменить жизнь к лучшему. Человек всегда боится неизвестного, чего раньше не видел, чего не пробовал, о чём нет информации в его базе данных. Хотя на самом деле это его внутренние ограничения боятся расширяться, им комфортно в лично выстроенной «зоне безопасности».

Каждая клеточка чувствовала таинственную мощь предстоящих трансформаций от будущих практик. А я с нетерпением ждал встречи со своим первым духовным учителем.

Глава 2. Безграничные возможности человека

Настало время трёхдневного курса Чжун Юань Цигун. Я заранее покопался в интернете и выяснил, что Цигун – это древнее китайское искусство оздоровления и саморегуляции, способ мышления, метод энергоинформационного общения с окружающим миром и со всей Вселенной. А Чжун Юань относится к Цигун высших уровней.

В назначенное время я приехал в центр обучения и встретился с другими учениками. Нас было семеро. Мы разместились на стульях вдоль стены в небольшой уютной комнате, и обучение началось.

На первой лекции мы узнали о природе человека, о древней науке по управлению энергией и её влиянии на нашу жизнь. И тут же я с удивлением осознал, что никогда не спрашивал себя:

Кто я?

Зачем я живу?

Как действительно устроен этот мир?

Во мне пробудился неподдельный интерес к новому, ра-

нее неведомому, но подсознательно очень близкому и знакомому, к чему-то очень настоящему. Я понял, что человек обладает безграничными возможностями, и для того, чтобы развить эти возможности, ему необходимо познать собственную природу.

Эта информация настолько увлекла меня, что сейчас, спустя годы после получения первых знаний о своей сущности, я продолжаю познавать таинство человеческой природы. И Цигун, и ведические учения раскрыли передо мной новые горизонты понимания.

Человеческое существо – это не просто физическое тело. Человек – это симбиоз трёх аспектов: материи, сознания и энергии. Нам очень важно понимать ценность энергетической составляющей. Без неё тело не сможет пошевелиться, а сознание не обработает даже самую простейшую информацию. Давай рассмотрим это на примере мобильного телефона. У него тоже есть физическое тело – корпус, все внутренние микросхемы и экран; есть сознание – микропроцессор и память; есть энергия – батарея, точнее то, что она накапливает. А теперь представь, что ты купил самый дорогой телефон в мире и оказался в месте без электричества. Скоро энергия в батарее закончится, а подзарядить будет негде. И твой высокотехнологичный аппарат тут же превратится в абсолютно бесполезную коробочку из металла, стекла и пластика.

Человеческое тело функционирует благодаря энергии и является по сути электрическим прибором. Самым сложным

электрическим устройством на Земле. Тело функционирует, пока есть энергия. Как только энергия заканчивается – человек умирает. Все наши органы: сердце, легкие, печень, почки и желудок – работают только благодаря поступающей в них энергии.

В нашей энергетической системе семьдесят две тысячи энергетических каналов, по которым перемещается энергия (прана). А все эти каналы отходят от трёх основных каналов: центральный – Сушумна, левый – Ида и правый – Пингала. Но не будем усложнять. Главное сейчас – осознать всю важность влияния энергии на жизнь человека.

С рождения у нас есть определённый запас энергии, и со временем он медленно истощается. Вот почему маленькие дети постоянно бегают, прыгают, с возрастом становятся спокойнее, а к старости энергия подходит к концу, и её большой недостаток ограничивает любые действия и возможности. К сожалению, в наш информационный век люди настолько перегружены, что теряют энергию уже в тридцать пять-сорок лет. Тогда хроническая усталость постепенно трансформируется в стресс. И что делать?

Одним из мощных и действенных инструментов является Цигун с его научным подходом к управлению энергией – накоплению, трансформации и равномерному распределению по всем энергетическим центрам. Практика за короткий период помогает почувствовать прилив сил, активирует иммунную систему, улучшает самочувствие и излечивает

ет хронические болезни. Цигун положительно влияет на все аспекты жизни. Когда у тебя есть много энергии – нет ничего невозможного в быту, в спорте и на работе. Ты берёшься за самые смелые начинания и всегда доводишь их до конца. Систематические практики пополняют твои запасы, и ты не чувствуешь убывания энергии даже с возрастом. Я видел девяностолетних мастеров работы с энергией, которые были полны сил и активны, как молодые ребята.

Честно говоря, эта информация взбудоражила мое сознание, произведя эффект вылитого на голову ведра холодной воды. Я вдохновился и с нетерпением ждал перехода от теории к практикам. И вот настал долгожданный момент.

Всего в Чжун Юань Цигун четыре ступени, каждая из которых имеет свои специальные медитации и подготовительные упражнения. Первая ступень состоит из подготовительных упражнений и трёх медитаций.

Подготовительные упражнения служат для того, чтобы подготовить тело, сознание и энергию к предстоящим практикам, и состоят из пяти простых, но очень эффективных частей. Во время обучения говорится, что при ежедневном систематическом выполнении этих упражнений тело никогда не будет испытывать недомогания. Как только я приступил к выполнению упражнений, то осознал почему. Они подобраны таким образом, что прорабатывают все суставы, а также активизируют все двенадцать энергетических мериди-

анов человека. По прошествии четырнадцати лет могу с уверенностью подтвердить крайне положительное влияние этих упражнений на здоровье моего тела.

После подготовки мы перешли к первой в моей жизни медитации. Она называлась Большое дерево. Это базовая медитация в Цигуне, которая служит для набора энергии. Нас попросили стать, выпрямить спину, немного согнуть ноги – как бы слегка присесть, руки поставить так, будто бы мы держим большой шар, а ладони направить прямо в пупок. В такой неестественной позе нужно простоять определенное время, представляя, что ты дерево, твои корни уходят глубоко под землю, а крона распускается высоко в небо.

Выполнив все рекомендации инструктора, я занял исходную позицию, и как только началась медитационная музыка, первый раз в своей жизни испытал необыкновенные мистические чувства от прикосновения своей сущности к чему-то тайному, но очень знакомому, к чему-то очень чистому и настоящему. Будто произошло моё слияние с Землёй и Космосом одновременно. Моментами я терял индивидуальность и ощущал необычайную радость, смешанную с удивлением. Временами появлялась боль в спине и плечах, но испытываемое чувство внутри сознания было намного важнее дискомфорта физического тела. Это незабываемо. Природа этих чувств стала для меня настоящей загадкой, и я во что бы то ни стало вознамерился её познать.

После Большого дерева мы приступили к Ян Ци – эта медитация преобразовывает энергию, полученную из пространства, в ту, которую человек использует для поддержания своей жизни. Я сел на стул с ровной спиной, положил ладонь на ладонь в области чуть ниже пупка, представил и удерживал в воображении образ красного горячего шара. Казалось бы, что сложного – просто представь и удерживай красный шар. Но как только я попытался, мысль за мыслью отвлекали меня от моих намерений. Мыслей было очень много, они бесконтрольно сменяли одна другую и показывали мне всю тщетность попыток совладать со своим сознанием. Я был удивлён, поскольку раньше никогда не задумывался над тем, что я не хозяин своих мыслей и не могу управлять своим сознанием и своей концентрацией внимания. Для меня это послужило неким вызовом, и я твёрдо решил совершенствовать себя в этом направлении.

Как ни странно, но после двадцати минут попыток обуздать своё сознание я не чувствовал ни эмоционального напряжения, ни усталости, а наоборот, после завершения медитаций ощущал наполненность, спокойствие и радость. Столько удивительных открытий о своей природе за такой короткий промежуток времени я не делал никогда в своей жизни, и, возвращаясь домой после занятий, с удивлением и восторгом анализировал прошедший опыт своего знакомства с духовными практиками.

Это словно путешествие первооткрывателя. Ты исследу-

ешь новые земли и в каждый момент открываешь невиданные природные пейзажи, удивительные растения, насекомых и животных. И неожиданно удивляешься каждому, и радуешься, как ребенок. Во время медитаций я познавал свой безграничный внутренний мир и чувствовал, как внутри, в области груди, разгорается пламя желания самопознания. Никогда раньше не представлял, что это может быть так интересно и увлекательно.

По окончании трёхдневного обучения каждый из группы получил эффективный инструмент, тренирующий, развивающий энергию и сознание, умножающий спокойствие и радость, дающий возможность познавать свою природу, улучшать здоровье и благополучие. Может показаться, что это очень простая дорога к счастью. Но есть одно НО: если ты не используешь инструменты каждый день – они не работают. Если хочешь достичь хорошего результата, важен системный подход. В любом обучении, будь то игра на музыкальных инструментах, спорт, работа и даже война. Если воюющая сторона действует бессистемно, она обязательно проиграет оппоненту, который использует системный подход в своих боевых действиях.

Итак, я был полон решимости и вдохновлен на улучшение качества своей жизни с помощью практик Цигун. Каждый день я исправно делал практики, занимало это примерно полтора часа. Скажу вам честно, нелёгкое дело каждый

день найти время и иногда преодолеть свою лень и заставить себя встать в медитацию Большое дерево, стоять и чувствовать боль во всех проблемных местах.

Из-за интенсивных занятий спортом в юности у меня частично стёрлись два межпозвоноковых диска. Да, было много специальных терапий и восстановительных массажей, год беготни по врачам, которые сказали, что разрушенные межпозвоночные диски не восстанавливаются и традиционная медицина бессильна. Поэтому я просто поддерживал это состояние специальными процедурами и массажами. И уже привык к периодическим болям – ни согнуться, ни разогнуться как следует. А выполняя медитацию Большое дерево, я вообще испытывал очень неприятные ощущения, как будто мне в спину медленно вбивают кол. Иногда казалось, что меня мучают, применяя средневековые пытки. Но даже несмотря на лень и боли в спине и плечах я все равно продолжал медитировать, так как был очарован воздействием некой таинственной силы на моё тело и сознание и подсознательно был уверен в том, что это очень важно и приведёт меня только к положительным результатам.

Моё любопытство первооткрывателя брало верх над всеми неудобствами, с которыми приходилось сталкиваться при ежедневных практиках.

Глава 3. Сынок, может лучше делом займешься?

Так проходил день за днём, я продолжал исправно делать практики, поначалу было непросто интегрировать их в свою жизнь, пришлось выбираться из зоны комфорта, разрывая кокон мирка, в котором я существовал и который собственноручно сплёл из своих устоев и привычек. Ведь требовалось полностью поменять весь распорядок дня, так как на занятия нужно было выделить два часа ежедневно. Теперь каждый день начинался с практик, а потом я занимался всеми остальными делами. К моему удивлению, дискомфорт испытывала и моя семья, они с недоумением наблюдали, как я по часу стою без движения посреди комнаты и, честно говоря, уже стали подумывать, что у меня начались проблемы с головой или я попал в какую-то секту и теперь нахожусь под чьим-то влиянием.

Один раз отец подозвал меня и заботливо спросил:

– Сынок, может, лучше делом займешься каким-то? А то стоишь тут часами, а вокруг проходит жизнь.

Я не знал, как объяснить ему, что по моим ощущениям то, что я сейчас делаю в своих практиках, намного важнее лю-

бого другого дела, которое только можно придумать на эти два часа, что эти практики наделяют меня какой-то особенной силой и я осознаю, как раскрывается мой внутренний потенциал, который обязательно очень скоро даст мне возможность создавать то, о чём другие даже мечтать не могут, и я не просто верю в это, а абсолютно убеждён, что так и будет. Но я не стал вдаваться в подробные объяснения механизма и всей глубины воздействия этих практик, а просто успокоил его, сказав:

– Это просто древние китайские техники саморазвития, и мне хочется на своём опыте изучить их воздействие на свой организм. Так что ничего страшного в этом нет, и я буду продолжать.

Самое интересное начало происходить уже через два месяца занятий, я заметил первые изменения в себе, а именно: стал более спокойным и собранным, у меня прошли головные боли (раньше я был как барометр, если собирался дождь, то узнавал об этом по болям в голове), также прошли боли в плечах и шее, теперь, делая медитацию Большое дерево, я чувствовал боль только в грудном отделе позвоночника.

Но самое главное – я стал более энергичным, успевал сделать за день больше дел, позаниматься спортом и при этом к вечеру не чувствовал усталости, как раньше. Только тогда я осознал, как здорово ощущать большой запас энергии. И

прочувствовать это возможно только на контрасте, ведь ранее, до практик, я не осознавал, что мне не хватает энергии. Когда уставал, то думал: это нормально, я был активен какое-то время и устал, все люди к вечеру устают. И я был прав: действительно, все люди, не занимающиеся энергетическими практиками, к вечеру устают. А именно такие люди были в моем окружении тогда, у меня не было других примеров.

Люди зачастую отрицают существование того, с чем раньше никогда не сталкивались. Того, информации о чём нет в их базе данных, для них попросту не существует. И поэтому они неосознанно не пускают неизвестное в свою жизнь. Исходя из этого, для познания нет ничего лучше, чем прямой опыт.

Никогда не бойся и не сомневайся, всегда смело пробуй познать что-то новое, правда, если это не противоречит здравому смыслу.

Благодаря практикам, стало формироваться новое внутреннее пространство, более спокойное и радостное, как будто невидимый стержень прорастал в моем теле, не давая ему гнуться под воздействием житейских неурядиц.

Одним из ярких примеров моих изменений послужил случай, произошедший через год практик.

Я открыл фирму по ремонту и продаже компьютерной

техники, мы развивались, дела потихоньку шли в гору, все было нормально. И вдруг днём мне позвонил сотрудник и сказал, чтобы я поскорее ехал на работу, так как у нас пожар. Я вскочил в машину и примчался на то место, где был наш офис. Я увидел, что весь первый этаж, в том числе и та часть, где располагались наши офис, магазин и сервис, объята пламенем. Вокруг суетились пожарные, они пытались потушить горящее здание, но, несмотря на их усилия, пламя не угасало.

Поначалу эта ситуация встревожила меня, и голову заполнили мысли о том, что я могу сделать в этой ситуации. Трезво оценив все варианты, я понял, что нужно смириться с полной потерей всего имущества, ведь я ничего не могу изменить, мало того, абсолютно бессильны и два пожарных расчёта, прибывшие на место.

Пусть не покажется странным, но, осознав это, я почувствовал прилив энергии, она приятно растекалась по всему телу, придавая мне сил, и внутренний голос спокойно сказал мне:

– Не волнуйся, волнение всё равно ничего не изменит, главное, что все целы и ты полон сил и энергии, ты сможешь снова создать всё с нуля, а эта ситуация поможет тебе набраться бесценного опыта.

После этого понимания, пришедшего из глубин моего со-

знания, волнение растворилось, как будто его и не было, мне стало легко и спокойно, на моём лице появилась улыбка. Я стоял и смотрел на происходящее, ко мне один за другим подходили испуганные сотрудники и недоумевали, видя, что я не волнуюсь и не паникую, а спокойно и с улыбкой смотрю, как превращается в пепел всё имущество нашей компании.

Тогда я впервые понял, насколько кардинально изменилось моё мировоззрение. Это стало проявляться во всех житейских моментах. Я начал подмечать, что спокойно реагирую на ситуации, которые раньше непременно вывели бы меня из эмоционального равновесия.

Ежедневно я ощущал воздействие на себя неких сил, которые глубоко трансформировали всю мою сущность. Но самое интересное случилось со мной через полтора года после того, как я начал практиковать.

Было лето, август, я поехал отдохнуть на море, весь день провёл, плавая и загораая, настроение было прекрасное, меня переполняла энергия, и мне захотелось позаниматься на песке нижней акробатикой. Я кувыркался, прыгал, перекачивался... «давно я так не занимался», – промелькнула в моей голове мысль. И тут же следующая: «стоп, а ведь у меня совсем не болит спина!»

Я уже рассказывал, что давно не занимался нижней акробатикой из-за проблем со спиной. Шесть лет я безуспешно пытался решить эту проблему, посетил всех самых лучших докторов нашей страны, но их лечение оказалось неэффек-

тивным и спина продолжала болеть. В конце концов, мне порекомендовали посетить именитого киевского доктора, который тогда был врачом олимпийской сборной Украины. Я поехал на приём, заранее сделав рентгеновский снимок всего позвоночника.

Осмотрев меня и изучив снимок, он сделал заключение, что никакое лечение не принесет результата, поскольку у меня стёрто два межпозвонковых диска и восстановлению они не подлежат. Так что мне ничего не остаётся, как смириться с тем фактом, что здоровой спины больше не будет и время от времени я буду чувствовать боль. Максимум, что я могу сделать, это поддерживать спину в таком состоянии как есть, чтобы не было ухудшения. Для этого нужно было несколько раз в месяц делать специальный массаж. Так я и жил, свыкнувшись с этой болью и ее безысходностью.

И тут вдруг я, забыв о своей проблеме с позвоночником, выполняю сложные элементы нижней акробатики, совершенно не испытывая боли и дискомфорта. От удивления я остановился и попытался вспомнить – когда в последний раз я чувствовал боль в спине?

По моим воспоминаниям, в последний раз это случилось в мае. Выходит, что уже два с половиной месяца я не чувствовал болей и даже не придавал значения этому факту. Исцеление позвоночника произошло естественно и незаметно, так незаметно, как растёт дерево, поэтому я этого и не ощутил. С тех пор прошло уже больше десяти лет, и за всё это время

я ни разу не почувствовал не то что боли, но даже малейшего напоминания о некогда существовавшей серьёзной проблеме с позвоночником, которая не позволяла мне полноценно жить и развиваться.

Самое любопытное, что я занимался практиками не ради того, чтобы вылечить свою спину, мне просто было интересно, а решение этой и всех остальных, менее значительных, проблем со здоровьем, было приятным бонусом за мой каждодневный труд. Здорово, что это произошло со мной! Так я на личном опыте убедился в невероятной исцеляющей силе медитации.

Глава 4. Как потерять все и найти себя в Эквадоре

Время шло, я продолжал практиковать, за четыре года удалось наладить работу моей иммунной системы, о чём говорил тот факт, что я вообще перестал быть восприимчив к сезонным болезням, хотя раньше каждую зиму хворал по несколько раз. Также наладился обмен веществ и работа желудочно-кишечного тракта. Сознание стало более спокойным и управляемым. Я каждый день замечал все больше и больше изменений в лучшую сторону, стал уверенней в себе и в своих действиях. Но самое удивительное, что энергетически я ощущал себя так, словно мне снова восемнадцать лет, как будто время повернулось вспять и вместо взросления и старения я молодею день ото дня. Жаль, что невозможно словами передать те ощущения, которые я ежедневно испытывал от трансформации своей личности. Улучшалось всё: моё и физическое, и энергетическое, и материальное состояние.

Я чувствовал свою усилившуюся за эти годы энергетику и скрывающийся в ней огромный потенциал. Мне непременно захотелось научиться использовать его для чего-то полезного, например, для возможности исцелять других людей. Да, именно это желание начало проявляться у меня тогда.

Даже не то чтобы желание именно лечить – скорее, постичь секреты исцеления болезней. И это желание было настолько велико, что я ходил на все курсы по древнекитайской медицине мыслей и образов. Эту медицину ещё называют квантовой хирургией, когда ты силой концентрации своего сознания можешь влиять на болезни других людей, помогая им исцеляться от недугов. Через полгода занятий я даже пару раз применил свои навыки на деле, убрав боль головы и уха при отите. Но тогда на этом моя врачебная практика и закончилась.

В общем, всё складывалось как нельзя лучше, но при этом меня не покидало чувство, что я упускаю что-то очень важное и из-за этого не могу по-настоящему наслаждаться плодами своих успехов. Это чувство не ослабевало, а только усиливалось из года в год, и чем больше я практиковал, тем больше ощущал давление пустоты в моем сердце. Сейчас, спустя годы, я могу сформулировать то, что со мной происходило, но тогда я даже не понимал, что именно являлось причиной скрытого и постоянно нарастающего недовольства собой и своей жизнью.

Однажды на семинаре по медицине мыслей и образов, которую проводил мастер Сюй Минтан, я познакомился с его личной ученицей Кристиной, которая недавно вернулась из Китая после многолетнего обучения в институте «Кундавелл»¹. Мы разговорились с ней о духовном развитии, я

¹ Пекинский медицинский исследовательский институт «Кундавелл» основан

расспрашивал о практиках и о том, как с помощью энергии можно лечить людей, и тут я почувствовал: она может помочь разобраться в том, что меня беспокоит. Я объяснил, что вроде и практикую много, и в материальном плане всё в порядке, но не чувствую счастья и спокойствия. Она выслушала и посоветовала десять дней подряд делать практику Джен Гун (это из четвёртой ступени Цигун) – в этой медитации практикующий соединяется с духовным учителем и может попросить о помощи в чём-либо. Я поблагодарил её за столь интересную подсказку. Ранее я уже делал эту практику, но не знал, что её можно использовать таким образом.

В этот же вечер после основных медитаций я приступил к выполнению практики Джен Гун. Техника делается в определённом порядке, сперва читается мантра, а затем следует обращение к учителю. После прочтения мантры я вдруг ощутил, что не понимаю, как правильно сформулировать вопрос, мой ум судорожно просматривал варианты, и чем больше их было, тем больше я запутывался, какую именно просьбу озвучить. И тут наступила тишина, на мгновение исчезли мысли, и из глубины моего сознания прозвучала просьба:

– Учитель, помоги мне в духовном развитии.

профессором Сью Минтаном в апреле 2008 года. Институт проводит современные медицинские исследования на международном уровне, занимается обучающей, профилактической, реабилитационной и исследовательской деятельностью.

Я до сих пор не понимаю, откуда пришла эта информация, но только через три года я смог осознать, что это было лучшее из всего, что я мог попросить в тот момент моей жизни. Я даже представить себе не мог, какие глобальные изменения ждали меня в ближайшее время.

Прошло пару месяцев, ничего не менялось, к тому времени я совсем позабыл о той медитации с просьбой о духовном развитии. Круговорот повседневных событий затянул меня в привычную беспокойную жизнь. Очень скоро мне выдалась возможность съездить со своими друзьями в Эквадор, познакомиться с новой страной, с её обычаями, да и просто беззаботно поваляться на пляже.

Скажу честно, мне очень понравилась эта страна с её вечным летом. Она показалась мне местом, где хочется жить и можно организовать новый бизнес, например, построить небольшую гостиницу недалеко от океана и жить припеваючи, не зная забот, валяясь под пальмами и вкушая сочные фрукты. Да-да, именно так я и представил своё будущее, и с этого всё и началось.

Сразу по возвращении я начал подготовку к отъезду, придумал концепцию отеля, нашёл компаньона по строительству, собрал денег и улетел в Эквадор. Всё произошло так быстро, что я не успел оглянуться, как уже жил в большом арендованном доме прямо на берегу Тихого океана.

Сначала всё складывалось как нельзя лучше, я познакомился с русскоязычными ребятами, они завалили меня пред-

ложениями по поводу строительства гостиницы и других актуальных для Эквадора бизнесов. Но тут стали происходить странные события. Началось с того, что образовались проблемы в бизнесе, который оставался функционировать на родине. Пришлось потратить крупную сумму денег на решение этих проблем, и того, что осталось, не хватало уже тут, в Эквадоре. Да и здесь были одни несерьёзные разговоры, далекие от реальных дел. Потом в Украине вообще началась война, и мой компаньон не смог инвестировать в проект. Я попытался вложить оставшиеся деньги в дела, которые раньше всегда работали стопроцентно, но сейчас они принесли только убытки. Таким образом, через семь месяцев пребывания в Эквадоре я остался совсем без денег и всяких дальнейших перспектив. Я даже поверить не мог в то, что со мной произошло.

Передо мной встала дилемма: либо одолжить денег на билет и вернуться проигравшим, потерявшим все деньги и бизнес, либо остаться и добиться того, за чем я сюда приехал. Только вот чего именно добиться? Ведь я сам не понимал до конца, зачем я здесь. Вот в этом мне и предстояло разобраться.

Годами позже я, конечно же, осознаю, что это лучшее, что могло со мной случиться тогда.

Столкнувшись с такой ситуацией, да ещё и в чужой стране, не зная испанского языка, я был дезориентирован, растерян и подавлен. Меня спасал только мой оптимизм и ве-

ра в самого себя. Целый год я переезжал с места на место, знакомился с людьми и пытался хоть как-нибудь заработать, но всё было тщетно, любые попытки предпринимательской деятельности не приносили желаемого результата. Это все больше и больше повергало меня в грусть. Но что интересно, в самые тяжёлые дни, когда даже не за что было купить поесть, всегда была крыша над головой, как будто кто-то сверху заботился обо мне.

Во всех этих жизненных потрясениях я практически перестал практиковать медитации, что начало погружать меня в состояние слабости и страха. Это продолжалось до тех пор, пока один из моих вновь приобретённых друзей не предложил пожить в его маленьком загородном домике. Там, в горах, на лоне природы, я и вернулся к своим практикам. И опять начал чувствовать, как моё тело набирает энергию и силу, а с ними – уверенность и бесстрашие.

За это время я смог полностью переосмыслить жизненные ценности. Сложности, с которыми я столкнулся, в аллегорическом смысле были молотом и наковальней, которые своими ударами не ломали меня, но меняли мою форму, трансформируя мою личность, и всё это было выстроено по какому-то, заранее неведомому мне сценарию. Я давно уже потерял контроль развития событий и плыл по течению, несомый бурным жизненным потоком.

Я понял только одно: единственная точка опоры, за ко-

торию можно было ухватиться, чтобы уверенно держаться на плаву, не погружаясь с головой в водовороты событий, были медитации.

Эта ситуация послужила хорошим уроком на всю мою дальнейшую жизнь, и я стал по-другому относиться к своим практикам. Только тогда я по-настоящему начал понимать, каким мощным инструментом я владею, не используя его по назначению, и пришёл к выводу, что единственный способ изменить своё катастрофическое положение – это медитировать каждый день.

Очень скоро начались изменения. По воле судьбы я покинул Эквадор и переехал жить в Лиму, столицу Перу.

Глава 5. Стодневная практика

Удивительно – две страны граничат друг с другом, у обеих похожие климатические и природные условия, и расположены обе вдоль океанского побережья, за которым возвышаются Анды, а за ними простираются джунгли бескрайней Амазонии. Все вроде похоже, но люди, проживающие в этих странах, очень отличаются друг от друга, и это не так внешние отличия, как отличия на уровне внутреннего духовного мира. Это, конечно, мое личное мнение, но перуанцы духовно богаче. Это видно по тому, насколько бережно хранят духовное наследие предков как отдельные люди, так и государство в целом. Меня поразило большое количество шаманов и целителей, проводящих древние обряды, ритуалы и церемонии, которые тысячелетиями помогают людям избавиться от многочисленных страданий и болезней.

Я с радостью осознавал, что мне предстоит окунуться в глубину традиций и обычаев этой страны и живущих в ней людей. Правда, я до сих пор не знал, что буду делать и как зарабатывать на жизнь, но был твёрдо уверен в успехе, поскольку у меня был такой мощный инструмент, как медитации и духовные практики.

Получается, волей-неволей я стал участником эксперимента: чего может добиться человек, который без денег, знакомых и друзей попал в совершенно неизвестную страну, да

ещё и не владея языком, на котором в этой стране все общаются.

За время пребывания в Эквадоре я уже наработал азы испанского языка, и теперь оставалось углубить свои знания. В общении много чего стало понятно, но выразить свою мысль было по-прежнему сложно. Как только я задался такой целью, судьба сразу запустила механизмы её достижения, и очень скоро мне представилась возможность какое-то время пожить в большой перуанской семье. Там я помогал улучшить здоровье нескольким замечательным людям. Наконец-то мне предоставилась возможность применить на практике ранее приобретённые знания древнекитайской медицины. За свой труд я получил разговорную практику испанского, кров над головой и еду.

Затем я познакомился с перуанцем по имени Мануэль. Он управлял небольшим хостелом, расположенным в одном из районов Лимы. Договорившись с ним о подходящих условиях проживания, я переехал в его хостел, где каждый день у меня была возможность практиковать свой испанский, общаясь с ребятами, проживающими по соседству. За очень короткий период я уже достаточно свободно изъяснялся на их родном языке, и это открывало для меня новые возможности.

Прошло пару месяцев, и я снова почувствовал, что пробуксовываю и не могу сойти с мёртвой точки, моя финансовая составляющая была ниже нуля, и это не могло меня не

тревожить. Я ясно осознавал, что моя внешняя, материальная жизнь – лишь отражение моего внутреннего состояния и мироощущения. Если я хочу что-нибудь поменять в своих внешних проявлениях и добиться успеха в материальных делах, то мне нужно приложить усилия к своим внутренним трансформационным процессам, и это непременно положительно отразится как на моём финансовом положении, так и на всех аспектах жизни в целом.

С этого дня я решил углубиться в медитации и начал «стодневную практику». Это такая практика в системе Чжун Юань Цигун, смысл которой заключается в том, что в течение ста–ста двадцати дней ежедневно нужно делать три специальные практики, что в общей сложности занимает примерно два часа. При этом весь срок необходимо соблюдать сексуальное воздержание, да и вообще стараться вести спокойную жизнь, избегая эмоциональных всплесков.

Все эти ограничения для того, чтобы не тратить энергию почём зря и в то же время с помощью ежедневных практик наполнять своё тело большим количеством энергии и сосредотачивать ее в нижнем энергетическом центре, который находится чуть ниже пупка. Примерно через сто дней такой практики энергии становится так много, что она трансформируется в энергию более высокого уровня, тем самым повышая вибрации практикующего. Энергия такого уровня обладает более совершенными возможностями. Например, она быстрее пополняется и медленнее расходуется, даёт

большой энергетический импульс, тем самым существенно повышая энергетические возможности. И так как я проводил эксперимент о возможностях энергетических практик, то повышение моего энергетического потенциала было как нельзя более кстати, и можно было только догадываться, как это отразится на моей внешней жизни.

Конечно, легко говорить о четырехмесячном медитационном ретрите. На практике всё выглядит намного сложнее. Особенно если учитывать мое нестабильное социально-финансовое положение, сложившееся в тот момент.

Особенность этой стодневной практики заключалась в том, что если пропустить хотя бы одну медитацию, то нужно начинать все сначала. Поэтому, что бы ни случилось, нужно было выполнять все три практики ежедневно. Скажу честно, иногда мне приходилось просто себя ломать, чтобы усадить в медитацию. Не знаю почему, но порой это устраивало бунт и отказывалось слушаться здравого смысла – и приходилось подключать все резервы силы воли, чтобы не сорвать практику.

А иногда житейские обстоятельства складывались так, что просто не хватало времени или не было подходящего места для уединения, но всё равно я каким-то образом находил время и место для медитации. Случалось такое, что приходилось специально ходить в парк и практиковать там, так как по месту жительства на тот момент делать медитации не представлялось возможным.

Шёл сто пятый день практики, как вдруг позвонил мой товарищ и сделал уникальное предложение, от которого я не смог отказаться. Он сказал, что к нему приехал турист из России, которого он должен был сопровождать на церемонию Аяуваски² и быть его переводчиком. По определённым обстоятельствам у него не получалось поехать, и он предложил мне съездить поработать переводчиком и гидом. Отказать я не мог, так как, во-первых, эта работа очень хорошо оплачивалась, а во-вторых, я уже полтора года мечтал попасть на церемонию Аяуваски, но это было для меня недосягаемо, так как не было средств ни на саму церемонию, ни на перелёт в другую часть Перу. А тут с неба свалилась такая возможность, мне как переводчику полагалось бесплатное проживание в центре Аяуваски, прохождение церемоний, да ещё и за это мне платили зарплату.

Я не мог поверить своей удаче. Столько времени ничего не менялось, никаких жизненных просветов, и тут неожиданно случается такое важное для меня на тот момент событие. Это был знак, что я готов к древней загадочной церемонии Аяуваски, она позвала меня, да так, что я даже отказаться был не вправе. Каждой клеточкой своего тела чувствовал, что приходит один из важнейших моментов моей жизни. Я

² Аяуваска – одно из священных растений силы, которое шаманы Южной Америки используют в своих церемониях. К Аяуваске обращаются в поисках совета для разрешения различных жизненных ситуаций, для лечения, получения определённых знаний и помощи.

не понимал, но четко осознавал и ощущал таинственную, исцеляющую мощь, скрывающуюся в этой загадочной церемонии.

И вот спустя некоторое время мы вместе с моим подопечным уже находимся в душном номере отеля в тропическом городке Тарапото в ожидании встречи с шаманом по имени Альберто. Мне посоветовали его знающие друзья, они уже много раз бывали у него на церемониях и хорошо отзывались о его профессионализме. Было интересно посмотреть на шамана, которому я доверю стать моим первым проводником для встречи с духом Матери-Земли.

Позже, когда мы встретились, я увидел перед собой маленького жизнерадостного человека средних лет. Заглянув в его карие глаза и увидев в них доброту, любовь, светлый и ясный взгляд, я инстинктивно понял, что этому человеку можно доверять. Мы вместе поехали в маленький поселок, рядом с которым в джунглях находился его небольшой, но уютный центр Аяуваски.

Церемония была запланирована на следующий день, а пока нам предстояло освоиться и пройти очистку напитком из настойки табака. Для меня задача усложнялась тем, что я поехал на прохождение церемонии с незаконченной практикой «Сто дней» и каждый день при любых обстоятельствах должен был выполнять полную программу своих медитаций.

На следующий день вечером мы собрались в Малоке – это специальное церемониальное здание, круглое, деревян-

ное, с конусообразной крышей, покрытой банановыми листьями. Выглядит такое строение очень мистически, да ещё и посреди джунглей, из которых доносится пение бесконечного множества цикад, по своей интенсивности напоминающее несмолкаемый шум прибрежного океана.

Шаман инициировал начало церемонии и поочерёдно позвал каждого из нас к себе для того, чтобы выпить Аяуваски. Но, прежде чем выпить, нужно было сформулировать желание, как бы обратиться к духу о помощи. Выпив отвар, мы вернулись на свои места в Малоке и стали ожидать действия. Я сгорал от интереса – что же будет дальше?

Глава 6. Таинственная Аяуваска

Я слышал много рассказов от разных людей об их опыте прохождения церемонии Аяуваски. Все они рассказывали невероятные вещи: один общался с духами, другой встречался с тотемным животным³, третий в своих видениях бегал по лесу и чувствовал в себе невероятную силу, четвёртый вступал в контакт с высшим сознанием.

Все рассказы были абсолютно разными, но их объединяла одна главная особенность – чрезвычайная мистичность и при этом реалистичность, о которой говорили рассказчики. Я слушал, а моё воображение создавало образы этих миров. Постепенно у меня сложилось представление, что это должно быть крайне интересное и интригующее путешествие в глубины самопознания. Я представлял фантастические, пестрящие красками астральные миры и даже немного приукрасил их в своём воображении. Но то, с чем пришлось столкнуться, всё равно крайне удивило меня.

Примерно через сорок минут после того, как мы выпили отвар, начались видения. Сначала это были вспышки света, затем они сменились мерцающими, меняющими формы

³ Тотемное животное – символический образ, обладающий уникальной энергией и влияющий на всю жизнь человека. Знания о тотемах пришли к нам из древности, когда люди поклонялись тем или иным животным, приносили им жертвы, просили покровительства и защиты.

и цвета геометрическими фигурами, потом – хаотично бегущими человечками странных форм, появляющимися и исчезающими рожицами. Всё это вместе с фоновой скрипяще-ноющей музыкой порой создавало очень дискомфортные ощущения, хотелось крикнуть: «*хватит!*» и остановить, но я понимал, что нужно погружаться дальше и доверять всему, что происходит. Я же приехал за помощью к духу Матери-Земли (Pacha Mama) и теперь должен полностью довериться, не сопротивляться, смело принять любые испытания. Ведь это моя мама, она не причинит вреда и знает, как мне помочь, и я готов пройти через всё, даже если будет очень сложно и неприятно.

Как только я мысленно проговорил это внутри себя, стало комфортнее и появились красочные фракталы, которые постоянно меняли формы, снова и снова удивляя меня своими яркими, постоянно меняющимися и никогда не повторяющимися формами. Это было грандиозное шоу, ничего подобного в своей жизни я не то, что не видел, а даже не мог представить в самых смелых фантазиях. Всё это буйство постоянно меняющихся красок и форм создавало огромный водоворот, который потихоньку закручивал меня своим круговым движением по часовой стрелке, ускоряясь по мере приближения к центру. Всё это время я наблюдал за всеми этими событиями как бы со стороны, словно находясь в каком-то мегавысокотехнологически продвинутом кинотеатре с экраном 360° и смотря 3D-графику высочайшего качества.

Но когда я приблизился к центру воронки, и она затянула меня внутрь, я осознал, что всецело нахожусь в другом мире, в каком-то необычном пространстве.

К сожалению, я не смогу его описать, но не так важно описание, как ощущение единения со всем пространством, которое я испытал. Как будто границы моего тела растаяли, и я слился в единое поле со всем, что меня окружает. И когда я почувствовал контакт с чем-то великим, крайне фундаментальным, я стал покорно и беспрекословно внимать всей информации, которая вливалась в меня через бесчисленные каналы восприятия.

Мне показали всю мою жизнь, все мои проявления, все мои помыслы и действия, я прожил всё ещё раз с самого начала и по настоящий момент, но теперь я обладал безгранично расширенным сознанием и пониманием всех незыблемых космических законов. До этого момента я был просто уверен в безупречности своей личности, в том, что весь такой крутой и продвинутой, занимаюсь энергетическими практиками, питаюсь правильно, действую правильно, просто мне не везёт из-за какой-то вселенской несправедливости, из-за которой страдают «самые хорошие ребята».

Но сейчас я увидел всю реальность своей сущности, все свои прогнившие догмы и убеждения, всю мою мелочность и напыщенность, то, как я каждый день врал себе и всем вокруг, свою хитрость, слабость, свои страхи и своё невежество и то, что я проживал свою жизнь зря, впустую прожигал вы-

деленное мне бесценное время. И вместо того, чтобы стремиться к высшим духовным идеалам, выполняя своё истинное предназначение, я барахтался, по уши увязнув в вонючем болоте материальных ценностей. И мне стало так тошно от самого себя, что я начал рвать, рвать самим собой, всеми паразитическими проявлениями, ложными убеждениями, страхами, ленью, хитростью и вредными привычками. Я чувствовал, как это всё покидает меня и мне становится намного легче, я бы сказал, благоднее.

После этой чистки некая сила переместила меня в другое пространство, как я потом понял, это было что-то наподобие астрального института, где я начал проходить экспресс-обучение. Я не знаю, сколько там пробыл, но по той информации, которую в меня закачали, и по моим ощущениям – не меньше недели. Причём в тот момент я не осознавал, что где-то в джунглях сейчас лежит мое тело и проходит церемония. Я всецело находился там, в астральном мире.

Обучение было очень интересным, мне показывали принципы работы энергии, обучали космическим законам природы, показывали, как на нас, людей, воздействует энергия, которую излучает Земля, наша мать. Как она любит нас и оберегает, как наполняет нас мощным потоком энергии зеленоватого оттенка, постоянно излучающимся из её недр. Как эта энергия дает нам много сил и защищает от любых болезней, но только в том случае, когда у человека не утеряна связь с

Землёй и природой, когда мы с ней вибрируем на одной частоте. А теряется эта связь, как объяснили мне, из-за неправильных действий, которые разрушают нас: алкоголь, наркотики, агрессия, бранная речь, зависть, обиды, жестокость. Всё это огрубляет частоту нашей вибрации и ворует у нас любовь к себе, лишая нас возможности подключаться к энергии Земли, так как она может проникать в наше тело, только если вибрирует с ним на одной частоте – частоте любви.

Таким образом, ведя невежественный и разрушительный образ жизни, человек отдаляется от природы и самого себя, теряя способность ежесекундно получать безграничные энергетические дары от матушки-природы. Стоит только исправить неправильные настройки с нелюбви на любовь, искоренить вредные привычки и с помощью энергетических практик ускорить со-настройку человека и природы, как в этот момент происходит чудо.

Всё начинает меняться в лучшую сторону, в жизнь приходит больше спокойствия и радости, организм расцветает, наполняется жизненной силой, что приводит к здоровой и полноценной жизни, человек справляется даже с самыми тяжёлыми заболеваниями.

И мне подробно показывали, как эти настройки исправлять, как сонстраивать, как пробудить любовь. Но самое главное – меня строго-настрого первым делом самого обя-

зали придерживаться чистоты своих действий и намерений, исключить алкоголь из своей жизни раз и навсегда, придерживаться правильного питания и серьёзно заняться духовным ростом. Только так я смогу в дальнейшем помогать другим, показывая на собственном примере – к чему нужно стремиться. И чем чище я буду, тем больше энергии смогу, как проводник, через себя пропускать, и тем большему количеству людей смогу помочь.

Теперь, по прошествии времени, я могу точно утверждать, что это была встреча с Богом или высшим сознанием, в котором я так сильно нуждался в тот момент. Таким образом, я уверовал и почувствовал огромную ответственность, которая была возложена на меня.

Как только закончилось обучение, я вернулся в тело, долго не мог к нему привыкнуть и лежал, преисполненный благодарности, любви и благодати, я постоянно произносил вслух: Gracias, Gracias, Gracias... всем, шаману, Аяуваске, Богу. В тот момент я хотел обнять в знак своей благодарности всю нашу планету и всех живых существ, которые на ней проживают, никогда ещё в жизни я так искренне никого не любил и не благодарил. Я лежал и купался в океане радости и спокойствия, было такое впечатление, что с моей души сняли груз весом в тысячи тонн.

Через какое-то время мне стало душно в помещении, и я решил выйти на улицу, поближе к природе. Кое-как на чет-

вереньках выполз из Малоки на улицу, небо было чистое, наполненное светом огромной луны и миллиардов сверкающих звёзд. Став коленями на мягкую траву, подняв голову вверх и увидев эту красоту, я застыл от удивления.

С новым восприятием реальности всё выглядело совсем по-другому, это были теперь не просто звезды и луна, это было фантастически прекрасное проявление самой жизни. И оно всегда окружало меня, только раньше из-за повседневной суеты я не замечал его.

Я смотрел на эту красоту, а в голове прокручивалась вся информация, только что полученная в виде образов. Я не понимал, как можно за такой короткий промежуток времени вложить в моё сознание такой большой объём информации, но я ясно осознавал, что показали мне это всё не просто так, и теперь на мне лежит ответственность за то, чтобы поделиться ею с другими людьми. Осознав это, я искренне обратился к небесам, спросив:

– Почему я? Что мне теперь со всем этим делать? Как я смогу рассказать об этом людям? Они же подумают, что я сумасшедший!

Возникла длинная пауза, даже мысли остановились, я чётко слышал своё дыхание и сердцебиение, как вдруг из глубины сознания спокойно и уверенно прозвучало:

– Ты сможешь!

И всё, больше ничего я не услышал, но, к удивлению, этого оказалось достаточно, чтобы вдохновить меня на новую жизнь, вселить уверенность в себе и в своих силах. Самое интересное, что это вдохновение со временем не угасло, напротив, день ото дня уже много лет разгорается всё более ярким пламенем.



Я и дон Альберто после церемоний

Глава 7. Самая важная цель

Сказать, что я изменился за три церемонии Аяуваски и неделю пребывания в центре у Альберто – не сказать ничего. Таких мощных и стремительных изменений я не ощущал никогда в своей жизни, это как второе рождение. Впрочем, почему «как» – это и есть самое настоящее второе рождение: тот, прежний я остался лежать там, в джунглях, а новый возвращался в Лиму.

Но ты не подумай, что новый я полностью искоренил привычки обманывать себя и всех остальных или победил гордыню и лень. Нет, это всё ещё присутствовало во мне, хотя и намного меньше. Новый я ещё не исправил все свои поломанные настройки, но уже осознал, что они поломаны и их срочно нужно исправлять. Я был полон сил и решительности для внутренних изменений.

Важно осознавать, что Аяуваска и другие растения силы – это уникальные инструменты помощи по преодолению пути, но не сам путь.

Чтобы тебе было легче это понять, представь ситуацию: с рождения ты живешь в помещении, которое изолировано от внешнего мира. Это очень удобное, большое, красивое пространство, там есть всё для беззаботной, комфортной и

полноценной жизни. Ты там родился и вырос, и никогда не выходил за его пределы. С детства тебе внушали, что такова реальность мира и нет ничего за его пределами. И вдруг в возрасте тридцати лет к тебе приходит незнакомый человек и говорит, что это помещение находится в огромном мире, посреди красивой поляны, рядом с большим озером и высокими горами, что за этими стенами прекрасный мир с ясным голубым небом и сияющим солнцем. Но попасть туда очень трудно, нужно приложить серьёзные усилия и преодолеть множество дверей, отделяющих тебя от внешнего мира. Ты поверил бы полученной от незнакомого человека информации, противоречащей вложенным в тебя с раннего детства фундаментальным знаниям?

Думаю, лишь небольшой процент людей принялся бы за трудоёмкую работу по преодолению закрытых дверей, отделяющих их от прекрасного внешнего мира. Остальные бы покрутили пальцем у виска и вернулись к повседневным делам в своём маленьком, но комфортном мирке. Даже те, кто кинулся бы в работу и начал искать путь во внешний мир, столкнувшись с трудностями по преодолению этого пути, вскоре потеряли бы интерес из-за неуверенности в достоверности полученной информации. Только единицы из миллионов подобрали бы нужный инструмент, чтобы выйти наружу. Ведь для этого нужно по-настоящему уверовать в реальность существования внешнего мира, проявить невероятную стойкость и упорство в достижении цели, посвятить этому

всё своё время и преодолеть путь, открыв все двери.

А теперь представь, что тот человек во время рассказа о внешнем мире отыскал бы потайное окно и показал тебе огромный и прекрасный мир снаружи. Ты бы своими глазами увидел и поверил в это чудо. Так вот окно – это Аяуваска, а инструменты для открывания дверей – твоя работа и твой путь – это ежедневные занятия по саморазвитию через йогу и медитационные техники, развивающие тело, энергию и сознание.

Если заниматься духовными практиками и не быть до конца уверенным в том, к чему движешься, очень трудно, хотя и возможно, удержаться на этом нелегком пути и достичь окончательного результата в виде духовного просветления и самореализации.

Дальнейшие практические исследования совмещения растений силы и йогических практик показали очень интересные результаты.

Когда я обучал медитационным техникам группу людей без использования растений силы, через год из десяти человек продолжало практиковать только двое. А из такой же по количеству группы, получившей такие же практики во время ретрита с использованием Аяуваски, через год продолжало медитировать семь из десяти. И это не случайность, а мно-

горазово подтвержденный факт, который говорит о крайней эффективности совместного использования двух древних систем духовной трансформации человека на начальных этапах его развития.

Достаточно даже нескольких церемоний с растениями силы, чтобы человек вдохновился полученным опытом прикосновения к высшему сознанию и дальше развивался через древние научные йогические практики, полагаясь на этот опыт.

Я знал, что после всего увиденного больше никогда не буду прежним. После всех полученных уроков и после осознания важности ежедневного использования техник мой внутренний мир теперь будет трансформироваться под воздействием духовных практик. И пусть на это уйдут годы или десятилетия – неважно.

Важно то, что я обязательно достигну результата, осознав и проявив в себе лучшие человеческие качества: любовь, правдивость, доброту, искренность, стойкость, отвагу, доблесть, бесстрашие, чистоту сердца, самодисциплину, прямоту, скромность, непоколебимость и силу характера.

И это теперь самая важная цель. Иначе жизнь моя будет примитивна и прожита впустую, иначе я не только другим, но и себе помочь не смогу. Вот с таким настроем я вернулся в Лиму.

У меня были цели и был инструмент, энергии было бо-

лее чем достаточно, я как раз только что закончил практику «Сто дней». Времени для новых начинаний лучше и не придумаешь. Так что всё складывалось наилучшим образом.

Первое, что я изменил в своей жизни, – начал соблюдать режим, вставал рано, ложился спать тоже пораньше, отказался от любых алкогольных напитков, добавил в своё расписание, кроме ежедневных трёх часов практики, занятия спортом. Я стал чувствовать ещё больше сил и возможностей, но на материальном плане это пока никак не отражалось, и честно говоря, меня не могла не беспокоить эта ситуация. Я даже попытался устроиться на работу официантом в какой-нибудь ресторан или кафе, но без рабочей визы это не получилось.

И тут в одной из медитаций мне пришла в голову интересная идея: я слышал, что в Лиме давно уже живет некий Андрей из Украины. Он хороший специалист по самбо, тренировал перуанских военнослужащих по контракту и в свободное от работы время проводил обучение гражданских в одном из спортзалов города. Идея заключалась в том, чтобы познакомиться с ним и предложить провести у него на секции небольшой семинар по владению ножом и ножевому бою. Благо этими знаниями я обладал, так как спортивный ножевой бой был одним из моих любимых хобби.

Через пару дней удалось встретиться с Андреем и договориться о небольшом семинаре. Я пришёл в назначенное время. Собралось восемь или десять человек, точно уже не помню. Мы пообщались, я рассказал теорию и дал немного прак-

тики, всем понравилось. После семинара ко мне подошел парень, его звали Луис, он поблагодарил и высказал свою заинтересованность в частных уроках, готов был приезжать ко мне на тренировки. Мы договорились тренироваться три раза в неделю. Так у меня появилась первая работа в Перу.

Он приезжал ко мне домой, и мы тренировались, всё шло как обычно: встретились, размялись, повторили технику, поработали новую, пообщались и разъехались. Но однажды на тренировке произошёл случай, который в корне изменил весь ход последующих событий.

При выполнении одного из упражнений у Луиса что-то произошло с плечом, и он не мог продолжать тренировку из-за сильной боли. Он рассказал, что уже несколько лет мучается с этой проблемой – если начинается боль, то она затягивается на несколько дней. Луис уже много раз был у врачей, делал всевозможные процедуры, и ничего не помогло.

Я выслушал, посочувствовал и уже было собрался заканчивать тренировку, как вдруг почувствовал, что могу ему помочь и обязательно должен предложить свою помощь. Так я и сделал. Луис позволил осмотреть его плечо, хотя и отнесся к этой затее с ироническим скептицизмом. Когда я начал осмотр и диагностику, во мне как будто включилась заложенная программа, я вспомнил всё то, чему учил мастер Сюй Минтан, и подошёл к лечению этой проблемы, применяя метод имидж-медицины.

Физиологически плечо было здорово, я обнаружил толь-

ко небольшой воспалительный процесс, осталось выяснить причину. С помощью энергетической диагностики обнаружился блок, ближе к позвоночнику, осталось его устранить с помощью энергетического прохлопывания с применением специальных образов, а затем с помощью мантры убрать информацию боли из плеча. Что я и сделал.

Вся процедура вместе с осмотром заняла десять минут. После терапии я увидел удивление на лице Луиса, он не верил в то, что только что произошло. У него вообще перестало болеть плечо, такого раньше не случалось. Обычно, чтобы убрать боль, уходило минимум три дня с применением мази и устранением нагрузок на эту руку.

Он в недоумении спросил, как я это сделал. Тогда я объяснил, что владею техниками имидж-медицины, и добавил, что это пустяки, могу и что-то потяжелее вылечить. Хотя в глубине души я сам был шокирован и крайне удивлён тому, как быстро я справился с проблемой, которую годы не могла устранить современная медицина, да и вообще тому, что я лечил человека, ведь, по сути, это был мой первый раз! Но откуда-то во мне была глубокая уверенность в своих целительских способностях. Я точно знал, что это не случайность, так как во время терапии я чётко ощущал потоки энергии и видел образы устранения проблемы. И она устранилась, как и было в моих образах, теперь осталось только дать недельку-другую для полной регенерации, и эта проблема больше не вернётся, так как причина устранена.

Через пару дней Луис приехал и попросил помочь его родному брату, у которого была проблема с коленями. Из-за мениска он не мог кататься на серфе и пребывал в депрессии. Я с радостью согласился, так как это была хорошая возможность попрактиковать и одновременно улучшить своё финансовое положение.

После первых двух терапий с братом Луиса от его депрессии не осталось и следа, а вот с коленями пришлось повозиться. Но после месяца тренировок, используя техники со статическими упражнениями, нацеленными на укрепление сухожилий, мы решили и эту проблему.

После этого обо мне потихоньку поползли слухи, сарафанное радио заработало, и вскоре пришло ещё пару пациентов с разными проблемами, которые я быстро устранил. Естественно, к каждому пациенту я применял индивидуальный подход, серьёзно и детально изучая его проблему, используя статьи авторитетных врачей, которые находил в интернете. С приходом новых пациентов возросло и чувство ответственности перед ними, я стал более требовательным к себе и своей трансформации, усилил практики и теоретическую подготовку.

Я понимал, что исцеляю не я, а поток космической энергии, протекающей сквозь меня. И чем чище я как проводник, тем больше энергии сможет пройти через меня для помощи

людям.

Глава 8. Главное желание – жить

Удивительно, но все лечебные практики давались мне с особой лёгкостью. Я чувствовал много сил, это придавало мне уверенности в том, что я всё делаю правильно. Хорошим подспорьем служило то, что я действительно много медитировал, а это очень важно для терапевта имидж-медицины. Чем больше медитаций, тем выше уровень энергии и сильнее концентрация внимания.

Мои пациенты оставались довольны результатами лечения и советовали меня своим знакомым. Как-то раз меня спросили, не возьмусь ли я помочь одной семидесятипятилетней женщине по имени Рабель, страдающей последней стадией эмфиземы легких⁴. Я, не задумываясь, согласился, так как на тот момент чувствовал, что смогу справиться с любой болезнью. Но я даже представить себе не мог, с какими трудностями придется столкнуться и сколько бесценного опыта я получу, борясь за жизнь этой пациентки.

Первая настороженность появилась после того, как я изучил в интернете всё об эмфиземе и понял, что в мире еще не было случая выздоровления без пересадки легких. Но людям этого возраста такую операцию сделать невозможно, так как

⁴ Эмфизема легких – грозное заболевание дыхательных путей, характеризуется прогрессирующей одышкой из-за разрушения воздушных мешочков в лёгких (альвеол).

они её попросту физически не переживут. И всё же я решил принять вызов и договорился о встрече. В этом случае ехать пришлось мне, так как Ракель была в таком состоянии, при котором невозможно покинуть свою квартиру.

Когда я позвонил в её двери, мне открыла сухая, сгорбленная под тяжестью болезни, очень строгая на вид и даже немного озлобленная пожилая женщина с трясущимися руками. Она передвигалась по своей квартире, волоча за собой устройство, вырабатывающее кислород, установленное на специальной тележке с двумя колесиками, похожей на ту, с которой у нас ходят за продуктами на базар. От баллона тянулась длинная прозрачная трубка, концы которой заходили прямо в нос женщины, по одному в каждую ноздрю. Зрелище, скажу тебе, совсем не оптимистичное, даже удручающее.

Когда мы сели друг напротив друга и я начал рассказывать ей о себе и о том, как собираюсь её лечить, то увидел в её глазах обречённость и абсолютное недоверие ко всему, о чём я говорю, и ко мне в первую очередь. И, скорее всего, она попрощалась бы со мной, так и не выслушав мое повествование, если бы не её безнадежное положение и моя уверенность в своих словах, которая подпитывалась мощным потоком внутренней энергии и порождаемой ею жизненной силой.

– Ты до конца отдаешь себе отчет, что это за проблема? У тебя есть опыт лечения такой болезни? – спросила она.

– Я не сталкивался раньше с подобным, но чётко понимаю всю серьёзность ситуации.

Я объяснил, что в этом деле важно найти и устранить причину проблемы, остановить процесс уничтожения организма, а затем постепенно укрепить его и привести в порядок.

Человек – существо, функционирующее на энергии. То есть, по сути, человек – это фантастически сложный электрический прибор, а у всех электрических приборов, независимо от их сложности, есть только две причины поломки: первая – нет электричества там, где оно должно быть, и вторая – есть электричество там, где его быть не должно. Вот и всё.

Теперь наша задача найти одну из двух причин и устранить её. А для этого мне будет необходима помощь Ракель, так как без неё я не справлюсь. Она спросила, в чем будет заключаться её помощь, и я ответил, что, в первую очередь, нужно поменять питание, убрать из меню мясо и сахар, соблюдать режим, каждый день делать медитации, которым я обучу. Также делать дыхательную гимнастику, но это позже, как только организм немного окрепнет. Остальное я беру на себя.

После этих слов я увидел, как в ее обречённых глазах проскочил лучик надежды. Только позже я узнал, что она прошла лечение у лучших специалистов Перу, её лечащим вра-

чом был именитый перуанский профессор, постоянно принимающий участие во всех международных конференциях, освещающих эту тему. У неё было достаточно финансовых возможностей, чтобы провести самое дорогостоящее лечение. Под руководством этого профессора она опробовала уже всё. Вот только недавно закончился курс лечения стволовыми клетками – и всё тщетно, все попытки спастись были бесполезны, состояние только ухудшалось день ото дня, она задыхалась и приближалась к неминуемой смерти от удушья.

После последней встречи с профессором, где он окончательно беспомощно развёл руками, она совсем отчаялась, и как раз в этот момент пришёл я. Непонятно откуда появившийся молодой человек, без медицинского образования и опыта лечения этой болезни, но уверенно утверждающий, что сможет помочь. Естественно, она отнеслась ко мне с недоверием, но что-то в моей уверенности заставило её поверить.

Я действительно в тот момент, несмотря на всю сложность и, казалось бы, безысходность её положения, искренне верил, что смогу помочь. С первых минут я почувствовал какую-то кармическую связь с этим человеком.

Пообщавшись с ней, я сделал диагностику, после которой точно определил причину заболевания. Причина была психического характера: очень много переживаний, эмоциональных всплесков и беспокойства, тоска по ушедшим родителям, с которыми у неё была необычайно сильная связь,

постоянные распри с близкими родственниками, ведение семейного бизнеса – всё это постепенно истощило энергетические возможности её иммунной системы, и в один момент она дала сбой.

Первоочередная задача, которую я поставил перед собой, – изменить образ её мышления путём введения в её жизнь духовных медитационных практик. А для того чтобы усилить работу иммунной системы, необходимо было активизировать энергетические центры, очистить энергетические каналы от блоков, тем самым приведя в порядок всю энергетическую систему. В таком случае иммунная система получит столько энергии, сколько необходимо для её эффективного функционирования. Всё это я мог проделать, только используя метод имидж-медицины.

Итак, я приступил к лечению. После диагностики я сделал терапию, объяснив в точности все её дальнейшие действия. Следующие два дня я приезжал к ней, общался и проводил терапии. Во время терапий я ясно видел и ощущал, в каком плачевном состоянии находилась её энергетическая система, все энергетические центры почти не функционировали, организм потихоньку заканчивал свою работу и готовился к смерти.

Но, к моей радости, во время второй и третьей терапий удалось запустить в работу нижний энергетический центр

Даньтянь⁵, и я почувствовал, как жизнь потихоньку начинает растекаться по её телу, постепенно заполняя его. Я был несказанно рад и вдохновлён после третьей терапии. Это был очень хороший результат, он говорил о том, что мне удалось обратить вспять сворачивание всех систем жизнедеятельности её организма.

Но когда я пришел в следующий раз, к моему удивлению, я застал Ракель в крайне злом и раздражённом состоянии. Она сухо пригласила меня пройти в комнату, усадила на диван, а сама села в кресло напротив. Очень строго и с оттенком раздражения она сообщила мне:

– Мы не сможем больше взаимодействовать. После этих терапий я чувствую себя намного хуже. Всё обострилось, дышать тяжелее, и всё тело болит.

Я внимательно выслушал её, обращая внимание на изменения, произошедшие за пару дней, её глаза стали чуть ярче, а щеки порозовели. Я прекрасно понимал, что всё идёт как надо и мы на правильном пути. Теперь осталось объяснить это ей, ведь если я сейчас уйду, то у неё просто не будет шанса на выздоровление. Я не мог позволить этому произойти.

⁵ Нижний Даньтянь – это энергетический центр, который находится внутри тела примерно на 3–4 пальца ниже пупка и отвечает за физиологическое состояние человека.

– Сейчас началось обострение, а значит, лечение работает. Иммунная система получает энергию, она включилась на полную! Я очень верю в успех. Дайте мне еще пять дней. Если ситуация не изменится, мы закончим. И за это не нужно будет платить, – сказал я.

Во мне было столько уверенности, что, чувствуя её, она успокоилась и согласилась на моё предложение. В этот момент я ощутил внутреннее ликование, так как глубоко внутри был абсолютно уверен в том, что она скоро пойдет на поправку. Её испуганному осложнением сознания не удалось лишиться себя шанса на выздоровление.

Прошло четыре дня, и я увидел счастливое, сияющее лицо Ракель. Ей стало значительно лучше, она чувствовала больше сил и находилась в состоянии спокойствия. Это говорило о том, что я всё делал правильно и нужно продолжать придерживаться намеченной стратегии действий.

Через месяц лечения Ракель окрепла и была готова к дыхательным упражнениям по системе Стрельниковой – это очень эффективная восстановительно-профилактическая дыхательная практика. Я приходил каждый день, и мы делали весь комплекс упражнений вместе, ей была необходима моя поддержка и подбадривание.

Всё это время она двадцать четыре часа в сутки продолжала дышать поступающим через трубочки кислородом. В последнее время я просил её отключать подачу кислорода

хотя бы на время дыхательных упражнений, я чувствовал, что организм ленится, не добывая кислород сам. Но она не слушала, так как в ней сидел сильный страх удушья.

Как-то раз, через два месяца после начала лечения, мы вместе делали дыхательные упражнения, занимало это примерно минут сорок. Закончив, она подошла к своей тележке, чтобы взять её с собой, и... замерла в изумлении. Она улыбаясь смотрела на меня, явно желая что-то сказать, но в своём глубочайшем удивлении не могла произнести ни слова. Я подождал немного и спросил:

– *Что случилось?*

– *Устройство для подачи кислорода было выключено! – ответила она.*

Это был переломный момент. По случайности, забыв включить устройство, она убедилась, что уже может какое-то время обходиться без дополнительной подачи кислорода.

За восемь месяцев нашей совместной борьбы с этим недугом мы добились ошеломляющих результатов. Болезнь была остановлена, лёгкие перестали терять дыхательные способности. Правда, ту часть лёгких, которая уже была разрушена, восстановить было невозможно. Но благодаря дыхательным упражнениям нам удалось поднять эффективность дыхания неповрежденной части лёгких настолько, что при прохождении дыхательных тестов в клинике её показатели были луч-

ше, чем у людей такого же возраста, не имеющих проблем с лёгкими. Когда она пришла к своему профессору и показала результаты тестов, он не поверил своим глазам. Тогда она задала ему вопрос:

– Как вы можете это объяснить, доктор?

– Имеется только одно объяснение – передо мной сидит ваша сестра-близнец. Которой, конечно же, не существует, – с иронией ответил профессор.

Вот так, благодаря своему упорству и желанию жить, семидесятипятилетняя женщина смогла полностью изменить свою жизнь. Ежедневные медитации наладили работу её сознания, сделав ее спокойной, радостной, уравновешенной и устойчивой к стрессовым ситуациям. А терапии и дыхательные практики восстановили её тело и энергию до такого уровня, что она использовала устройство для подачи кислорода только во время сна, а в дневное время могла спокойно, без помощи сиделки перемещаться по городу за рулём своего автомобиля. Она даже слетала на отдых в Европу, осуществив свою давнюю мечту. Заинтересовалась духовными практиками и стала посещать все самые интересные семинары в городе, связанные с этой темой.

Я надеюсь, не нужно объяснять, что она стала очень счастливым человеком, приобретя здоровье и новый, радостный взгляд на свою жизнь. Спустя год, когда мы снимали фильм

«Инструменты счастья», она дала интервью, я обязательно переведу и опубликую его, чтобы все интересующиеся могли вдохновиться подвигом этой хрупкой и очень стойкой женщины.

Глава 9. Новое место силы

Все изменения, которые происходили внутри меня, непременно сразу же отражались во внешних проявлениях. Усиленные занятия медитацией породили глубокие трансформации моей личности. Чудесным образом моя жизнь становилась лучше, меня стали окружать интересные люди, которые могли поделиться своим духовным опытом. Я переехал в большую квартиру, которую мне на время бесплатно предоставил брат Луиса. Продолжал заниматься лечением пациентов, и в неделю принимал два–три человека, но понимал, что необходимо делать что-то более серьёзное, например, открыть лечебный центр.

Но даже несмотря на все успехи в лечении людей, я ясно осознавал, что у меня не хватает знаний в имидж-медицине, так как те курсы, которые я заканчивал, были короткими, каждый из них длился максимум неделю. Для более глубокого изучения нужно было ехать на несколько месяцев в Пекин, в институт «Кундавелл». В данный момент это было невыполнимо по многим причинам, из которых основными были финансовые трудности.

Вопрос о повышении квалификации плотно засел в моей голове, но подходящего решения я пока найти не мог.

И вот однажды в одной из медитаций я увидел образ Кристины, личной ученицы Сюй Минтана, которая, как я рас-

сказывал, несколько лет прожила в Китае, обучаясь в институте «Кундавелл». У неё было много опыта и знаний в имидж-медицине. Именно она посоветовала мне обратиться в медитации за помощью к духовным учителям.

В этот же день я написал ей и сообщил о личных изменениях и своих успехах в лечении людей. Объяснил, что не помешала бы её помощь в обучении и открытии лечебного центра в Лиме, и спросил, не хочет ли она приехать в Перу.

По удивительному совпадению, она месяц назад вернулась из Китая в Киев и как раз размышляла, где бы применить свои знания и умения. Недолго думая, Кристина приняла приглашение приехать в Перу, и все сложилось так, что каким-то чудесным образом нашлись деньги на её перелёт и уже через двадцать дней она была в Лиме.

Я познакомил её с дальнейшими планами и рассказал о своих осознаниях и успехах в имидж-медицине. Она очень удивилась, что с достаточно ограниченными знаниями я смог справиться с болезнью такого уровня, с которой, по её мнению, мог бы совладать только мастер. Сказала, что у меня есть большой потенциал, но он совсем ещё не раскрыт, и нужно увеличить время практик, например, практиковать Большое дерево не один, а два часа, а остальные практики делать не только утром, но и вечером.

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.