

Джеймс Т. Манган

СЕКРЕТ ЛЁГКОЙ ЖИЗНИ

КАК ЖИТЬ БЕЗ ПРОБЛЕМ



ПАРОЛЬ ДЛЯ ПОДСОЗНАНИЯ

МОМЕНТАЛЬНОЕ ИСПОЛНЕНИЕ
ЖЕЛАНИЙ

СЛОВА-ПЕРЕКЛЮЧАТЕЛИ
ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛИ

«КРЫЛОВ»

Джеймс Т. Манган
Секрет легкой жизни.
Как жить без проблем
Серия «Жизнь по желанию»

текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=4585947

*Джеймс Т. Манган. Секрет легкой жизни. Как жить без проблем:
Крылов; Санкт-Петербург; 2010
ISBN 978-5-4226-0116-5*

Аннотация

Энергетика слов-паролей – своего рода «обыкновенное чудо», позволяющее обычную человеческую жизнь превратить в «рай на Земле». Современный мир хорошо знаком с воздействием на наше подсознание мантр или аффирмаций, но существует гораздо более простой метод внутреннего преобразования – использование слов-переключателей по методу Дж. ангана.

Одно-единственное слово поможет не только найти потерянную вещь или новых друзей, но и вернет здоровье или даже удержит от рокового шага. Вечная молодость, сопутствующая легкой жизни, перестанет быть недостижимым идеалом. Вы получите все, к чему безуспешно стремились долгие годы – успех, удачу, счастье.

Не верите? Попробуйте сами, и великая радость легкой жизни станет вашей повседневностью.

Содержание

Предисловие	5
Новое учение: «Нажми на кнопку»	8
Для чего мы живем?	18
Обретение рая на земле	26
Конец ознакомительного фрагмента.	30

Джеймс Т. Манган

Секрет легкой жизни.

Как жить без проблем

Предисловие

Система, которую я назвал «легкая жизнь», стала итогом исследований, длившихся 45 лет, плодом многолетней работы с людьми, испытывавшими различные жизненные затруднения. В чем же заключается ее суть?

Легкая жизнь достижима при условии полного сосредоточения на себе с целью приобретения личного счастья. Это возможно, если удастся наладить связь между своими сознанием и подсознанием. Об этой связи уже много написано, еще больше сказано, но сделано слишком мало для того, чтобы она действительно стала возможной. В исследованиях сознания я прежде всего концентрировался на поиске практического метода воссоединения этих двух составляющих нашей личности. В итоге была открыта техника, которую я представляю вашему вниманию.

Система легкой жизни основана на четырех определенных принципах и действует при использовании соответствующих слов и фраз. Эти слова являются своего рода ключами,

отпирающими двери подсознания. В результате сознание начинает улавливать и понимать сигналы, подаваемые подсознанием. Поддержка подсознания не только позволяет гармонизировать нашу внутреннюю жизнь, создавая душевный комфорт, но и приводит к моментальному осуществлению наших желаний.

Например, многих из нас нередко мучает головная боль. Таблетка аспирина избавляет от нее на некоторое время, но не способна победить раз и навсегда. Дело в том, что простая таблетка не может устранить причину боли. А как бы нам хотелось найти такое средство, которое как по волшебству освобождает нас от недуга... Разве мы не мечтаем о состоянии, в котором достаточно сказать одно лишь слово, чтобы боль исчезла? Но это слово действительно существует, и в этой книге рассказывается, как им воспользоваться.

Возьмем другой пример. Допустим, вы потеряли любимую вещь, и чем больше ее ищете, тем яснее чувствуете, что никогда не найдете ее. Но – о чудо! Вы можете позволить себе расслабиться и при помощи определенного слова дать своему внутреннему «я» привести вас к потерянной вещи.

Это лишь два простых примера того, что может сделать для вас система легкой жизни. На самом деле ее возможности гораздо шире – вы способны достичь всего, чего хотите. Так, вы без труда сможете:

- избавиться от всех своих страхов,
- научиться расслабляться,

- сохранить вечную молодость,
- побороть хандру и отчаяние,
- познать самого себя,
- лучше понять людей,
- ставить перед собой цели и достигать их,
- зарабатывать деньги и добиваться успеха,
- освободиться от дурных привычек,
- справиться со всеми недомоганиями, обрести здоровье,
- открыть в себе неизвестные ранее способности,
- наконец, стать счастливым человеком, не поддающимся

никаким ударам судьбы.

Этот перечень не исчерпывает всех достижений системы легкой жизни. Их значительно больше и все они описаны в этой книге. Почему бы не воплотить в жизнь этот феномен? Почему бы не сделать так, чтобы система легкой жизни стала вашей повседневной практикой?

Новое учение: «Нажми на кнопку»

Бывали ли в вашей жизни дни, когда все шло наперекосяк? Наверняка! В такие моменты появляется ощущение, будто ваша душа словно разламывается на две половины. Одна половина борется с другой, делая все, чтобы свести на нет усилия своей соперницы...

Вот история продавца обуви, который испытал нечто подобное.

Продавец обуви, цитирующий Гёте

Продавец полон энтузиазма. Первый ботинок уже надет, очередь за вторым. Сейчас покупатель сам убедится, насколько они удобны. Итак, второй... Но куда, черт подери, подевалась ложка для обуви?!

Беспокойство превращается в панику. Продавец судорожно оглядывается вокруг – секунду назад он держал ее в руке... Клиент равнодушно смотрит на него и спокойно интересуется: «Извольте шутить сами над собой?» Продавец оборачивается, видит обувную ложку и раздражается смехом: «Правда! Черт возьми, это действительно правда... Но великий Гёте сказал об этом лучше: «Две души живут в моей груди, одна другую рада бы убить».

Одна из душ – хитрая, как лиса, и ловкая, как карточный шулер, – спрятала ложку под самым его носом. Да уж, мы часто устраиваем себе по-настоящему адские истории.

Впрочем, иногда случается, что все идет как по маслу. Мы действуем быстро и ловко. Используем каждый подвернувшийся случай. И ничто, кажется, не в состоянии нам помешать. Может показаться, что внутренняя борьба уже закончена. Мы ощущаем в себе столько силы. Мы невероятно сильны!

Борьба с занавесками

Ваша рука тянется к занавеске. Ее надо всего лишь задернуть. Привычный жест, но почему-то вы дергаете не за тот шнурок... Вы делаете это каждый день, но сегодня никак не можете совершить простое действие – закрыть шторы. Может, надо чаще тренироваться?.. Или лучше сосредотачиваться... В голове настойчиво звучит внутренний голос: «Эй ты, деревенщина! Это я заставляю тебя ошибаться. А делаю я это, чтобы показать тебе – ты вовсе не столь умен и находчив, как думаешь!» И тогда в душу закрадывается сомнение: у этого вечного насмешника, худшей части твоей души, память и ум лучше, чем у другой – сознательной части...

Потерянное рядом

Каждый день вы тратите уйму времени на поиск вещей, которые случайно потеряли или просто положили не на свое место. Не можете найти то, что у вас под носом. Вот и у старого Билла, болтуна и любимца всего дома, где я живу, неожиданно пропала охота болтать с приятелями. И по какой же причине? Неожиданно он забыл имена всех своих старых друзей.

Катастрофа! Неудивительно, что Билл расстроился и загрустил. Но у него еще есть надежда. У каждого из нас – молодого или старого – бывают в жизни моменты, когда вместо имен старых друзей в голове образуются черные дыры. Ты изо всех сил стараешься напасть на след этого имени, а оно все быстрее погружается в небытие. Ты его вроде бы знаешь, но не в состоянии произнести...

Продавец обуви отлично знал место, куда положил ложку, – но не мог его осознать. Хозяйка, ищущая ножницы, муж, потерявший очки, знают, где они находятся. Но что-то в них самих, какая-то частичка их собственного «я» парализует их сознание.

Наши желания и страхи приводят нас в ловушки, угрожающие спокойствию духа. Если бы мне нужно было охарактеризовать человеческую жизнь одной фразой, она звучала бы так: «Вечная война двух душ в одном человеческом теле».

Новое учение, или Разговор с таксистом

Однажды я ехал на такси из нью-йоркского аэропорта Ай-длвайлд в центр города. Поскольку местные таксисты необычайно всезнающи и циничны, я решил поговорить с моим водителем о новых принципах легкой жизни. И рассказал ему о продавце обуви.

Обе души, описанные Гёте, должны соединиться, но не хотят этого. Та, что сильнее, часто называемая подсознанием (в действительности она больше, чем подсознание), владеет подавляющей частью нашего жизненного опыта. Но слабейшая, та, которую мы называем сознанием, – вроде простого чиновника, который постоянно отдает приказы подсознанию, истинному директору предприятия. Вот почему они редко бывают единомышленны. Если бы было иначе, наша жизнь на земле превратилась бы в рай.

Я рассказал таксисту теорию «контакторов» – односложных паролей, которые способны привести в движение могущественные механизмы, если только мы действительно верим в них. Фабрика личного опыта – все, что я делаю, чувствую, о чем думаю и мечтаю, – это нечто вроде огромной системы автоматов, которые по первому нашему требованию могут исполнить любое желание или победить страх. Любимым и кратчайшим паролем Тома Уотсона, отца компьютеров IBM, было слово «думай». Разные желания и страхи

нуждаются в различных паролях, которые могут активизировать защитные механизмы человека.

Шофер, естественно, потребовал конкретных примеров. Я с легкостью привел ему дюжину случаев из жизни.

Потерянный ключ

Один из таких эпизодов произошел на прошлой неделе в Чикаго. Молодой клерк, сторонник философии легкой жизни, рано утром отправился к парикмахеру. Подходя к своей машине, он вдруг отчетливо услышал звук упавшего ключа. Это из расстегнутого кошелька на поясе выпал ключ от гаража. Он пропал! Суетливое ползание по бетонному полу не принесло никакого результата.

Наш герой вывел машину из гаража и продолжил поиски. Он проверил даже отвороты брюк, но и там ничего не было. Впрочем, он ведь слышал звук ключа, упавшего на пол! «Надо ехать к парикмахеру, – подумал он. – Поищу, когда вернусь. Он должен быть где-то в гараже».

У парикмахерской молодой человек вновь вспомнил о таинственной пропаже. Исчезновение ключа было совсем некстати. «Может, воспользоваться методом легкой жизни, – вдруг подумалось ему. – Сказать: «*обрести*» – и посмотреть, что из этого выйдет?» Он произнес пароль и тут же услышал звук упавшего на землю предмета. Посмотрел на бетон и увидел... свой ключ, который несколько минут назад потерял в гараже.

«Ну уж нет, это невозможно!» – воскликнул мой шофер.

«Почему бы нет, – ответил ему я. – Ведь проверяя брюки, молодой человек тщательно ощупал только правую штанину, а левую – лишь мимоходом. Это единственное логическое объяснение. В момент произнесения пароля он подсознательно слегка дернул левой ногой. В результате ключ, находившийся в отверстии брюк, просто выпал».

Лекарство от опухолей

А вот другая история. У одного сорокалетнего мужчины на веке вдруг появились маленькие опухоли. В отличие от ячменя они росли медленно, но непрерывно. Вскоре он уже не мог нормально открывать и закрывать глаз. Страдалец обратился к окулисту. Тот объявил, что не может оперировать опухоль, пока не пройдет двух месяцев с момента ее появления.

Помощь пришла неожиданно от одного из друзей. Последний слышал о философии легкой жизни и посоветовал больному произнести особый пароль. Достаточно было сказать слово «изменение», а потом автоматически сделать то, что подсказывает инстинкт.

Назвав слово-пароль, больной, подобно лунатику, спустился в подвал. Он взял теннисную ракетку, мячик и начал бить им о стену. Эта игра, которая требовала от него большой концентрации, дала ему столь сильное удовлетворение от собственной ловкости, что он посвятил ей целых три дня. Вскоре опухоль бесследно исчезла.

Восстановленные килограммы

Семидесятилетний Джим Б. за короткое время потерял более десяти килограммов. Его вес уменьшился с 81 до 58 килограммов. Вероятно, Джим продолжал бы таять на глазах, если бы не один из его друзей, произнесший слово «*изменение*». И хотя наш герой не произнес пароль непосредственно, а просто сменил врача, чудо произошло. Новое лечение помогло ему вернуть прежний вес. Сейчас он в значительно лучшей форме, чем когда-либо прежде.

В роли сантехника

Один молодой журналист жил в респектабельном квартале, который славился своими ценами на любые услуги. Однажды он обнаружил, что в туалете подтекает труба. Попытка починить неполадку своими руками не дала результата. Но журналист не сдавался. Раз за разом он заглядывал в бачок и изучал сложную систему труб, пытаясь проникнуть в тайну протечки. Он не был готов расстаться с 50 франками, которых стоил визит сантехника. Проблема казалась ему слишком мелкой для такой траты.

В конце концов он посоветовался с другом, у которого были золотые руки. Тот сказал ему: «Уверен, ты такой же хороший сантехник, как и я. Достаточно произнести пароль «*получается*», и проблема сама собой разрешится. Скажи это, подумай о том, как сильно ты хочешь починить трубу, и инстинкт подскажет тебе, что делать».

Журналист был готов на все, лишь бы не тратиться на сантехника. Он произнес пароль, бессознательно взял отвертку,

пошел в туалет и несколькими движениями закрутил один шуруп. Протечка была ликвидирована.

Лишние сто тысяч

Один скептик, интеллигентный и амбициозный мужчина, в разговоре со своим приятелем, сторонником системы легкой жизни, заявил, что она не что иное, как недостойная внимания чепуха. На вопрос, чего он желает больше всего, мужчина ответил – денег! Тогда друг открыл ему пароль *«получается»*. И добавил: «Если ты согласишься в такую возможность, то сможешь заработать по меньшей мере 50 тысяч франков. Надо просто время от времени повторять пароль и постоянно думать о своей цели – заработать дополнительную сумму».

Наш скептик решил, что по большому счету ничего не теряет. И решил испытать этот метод. Каково было его изумление, когда в следующем году он заработал на 100 тысяч франков больше, чем обычно. Одно слово, произнесенное с верой в его силу, сделало невозможное.

Вы можете добиться практически всего

Таксист был определенно заинтригован. Он даже перебил мой рассказ, чтобы задать несколько вопросов. В принципе, все они касались одного: разве может быть такое? Каким образом это работает?

Я ответил, что каждый из нас способен практически на

все. Мы можем сделать любую вещь, ибо многократно совершали это в своих фантазиях, снах или подсознательно наблюдая, как это выполняют другие. Конечно, чаще всего мы воспринимаем это автоматически. Информация поступает к нам со всех сторон и в таком количестве, что, казалось бы, мы не можем ее уловить. Но усвоение опыта все-таки происходит. Этот механизм действует так же, как работает реклама в кино: после просмотра вы выходите и покупаете попкорн и сок, которые только что вам показали на экране. Возможно, объяснить это непросто. Но как, с другой стороны, объяснить, почему, например, человек сжимает пальцы? Или как он переваривает пищу? А что заставляет нас неожиданно начать спонтанно и радостно смеяться?

Вы можете изобразить улыбку, но настоящий смех должен быть естественным. Его не вызвать искусственным образом. Хотите попробовать зевнуть не по своему желанию, а специально? Вот пример разных способов зевания. Коснитесь кончиком языка внутренней стороны верхних зубов и попробуйте зевнуть. Может, у вас и получится, но лишь через какое-то время, да и сам «зевок» будет ненатуральным. А теперь попробуйте зевнуть, касаясь языком нижних зубов. Через минуту или две вы сделаете это автоматически и естественно. Шофер попробовал и подтвердил мои слова.

Тогда он спросил со смехом: «А как мне воспользоваться этой системой? Как можно запомнить все эти пароли?» Я уже собирался ответить, что как раз пишу об этом книгу,

когда мы остановились на светофоре. Рядом притормозило другое такси. Водитель крикнул моему шоферу: «Эй, Мак, о чем это вы спорите?» «О системе легкой жизни». – «Слушай, Мак, ты не против, если я припаркую тачку и пересяду к вам?» «Только не это», – крикнул мой шофер и рванул на как раз загоревшийся зеленый.

Наверное, он счел, что хорошей вещью не стоит делиться с каждым встречным. Я не отреагировал на это. Ведь эта система открыта для всех и доступна, как воздух. Человечество может без ограничений делиться своим опытом. Думаю, что второй шофер уже не раз произнес комплимент в мой адрес. И, как и ты, читатель, изучает сейчас свой экземпляр моей книги.

Для чего мы живем?

Существует ли универсальный рецепт легкой жизни?

С момента зарождения человеческой жизни на планете жило около восьмидесяти миллиардов человек. Сколько из них прожили ее счастливо? Одни называли ее благодатью, другие – проклятием. И если можно найти в ней радость, то как это сделать? Мир полон нищеты и убожества... Как от них избавиться или хотя бы как-то уменьшить.

Каждый из нас в определенный момент задается вопросом: «Чего я хочу больше всего?» На протяжении веков ученые и мудрецы стремились открыть секрет легкой жизни. Аристотель считал, что «лучше философствовать, чем зарабатывать на пропитание». А Геродот отвечал: «Не удаляйтесь далеко и надолго от ваших продовольственных припасов».

Семь мудрецов Древней Греции считали, что человек может обрести душевное равновесие благодаря следованию таким принципам.

«Познай самого себя».

«Избегай излишеств».

«Определи свои возможности».

«Самое главное – доверие к себе».

«Величайшее счастье – это возможность делать добро».

Этот список можно дополнить и другими «золотыми» фразами, изреченными крупнейшими мыслителями человечества.

«Сохраняй здравый рассудок» (Сократ).

«Подражай величию богов» (Платон).

«Терпи и воздерживайся» (Эпиктет).

«Цени свои идеалы» (Августин Аврелий).

«Все истинные вещи что-то дают» (Фома Аквинский).

«Живи в согласии с природой» (Ф. Бэкон).

«Существует лишь одна субстанция – то, что существует само в себе и представляется само через себя» (Спиноза).

«Я мыслю, следовательно, я существую» (Р. Декарт).

«Жалость – одна из основ нравственности» (А. Смит).

«В основе всего лежит гармония» (Г. Лейбниц).

«Универсальные всеобщие законы бытия» (И. Кант).

«Действие бесконечно» (Гегель).

«Мы должны быть несчастливы» (А. Шопенгауэр).

«Ищите источник уверенности в себе» (Дж. Ст. Милл).

«Нравственная интуиция» (Г. Спенсер).

«Выживает более приспособленный» (Ч. Дарвин).

«Искусство мыслить» (Б. Рассел).

«Законы жизни превыше законов логики» (Дж. Сантаяна).

«Оценивай истинное по результату» (В. Джеймс).

«Хороший человек – это тот, кто, как бы он ни был нравственно низок, меняется в лучшую сторону (Дж. Дьюи).

«Образование может сделать человека счастливым» (Р. Хатчинс).

Каждое из этих высказываний содержит зерно мудрости. Но даже все вместе они, увы, не дают единого, универсального рецепта счастливой жизни.

Ваш ответ на главный вопрос

Если бы мы задали один и тот же вопрос восьмидесяти биллионам наших предков – о том, к чему они стремились в своей жизни, – мы не получили бы 80 биллионов ответов. Их оказалось бы максимум двенадцать. Двенадцать – на восемьдесят биллионов возможностей! Среди этой дюжины вы наверняка найдете и свой ответ.

1. Обретение Бога.

Признание Бога своей конечной целью дает ощущение единства и сопричастности всему на свете. Так было во все времена. Бог – тот компас, с которым вы сверяете все свои действия. Вы определяете собственные поступки как хорошие или плохие по тому, помогают ли они вам приблизиться к конечной цели или отдаляют вас от нее.

2. Помощь ближним.

Давать приятнее, чем брать. Не случайно в Библии сказа-

но: возлюби ближнего своего как самого себя!

Возлюби его как брата, ибо все мы – братья. Это проповедовал Иисус, об этом говорится в Евангелии, это знают миллионы верующих людей.

3. Обретение мудрости.

Мудрость как цель дарует великую радость личного покоя – душевного и умственного равновесия. Она не связана с религиозными или философскими системами, ибо имеет отношение к основам жизни. Мудрость заставляет людей отказаться от войн и ссор, от возвышения себя перед другими и получения удовлетворения только для себя. Человек должен просматривать жизнь так, как зритель смотрит фильм на экране. С определенной дистанции.

4. Активная жизнь.

Мы все заперты в одном доме, именуемом жизнью, независимо от того, хотим мы этого или нет. Нам нужно действовать, производить, созидать. Нашей целью является успех, а средствами его достижения – наши страсть и энергия.

5. Искусство.

Чтобы стать кем-то великим, особенным, необходимо обладать истинным чувством прекрасного. Настоящий художник подражает Творцу. В моменты вдохновения он подобен ангелу. Но жизнь нелегка. Духовное развитие не всегда идет рука об руку с финансовым благополучием. И мы соглашаемся на это, говоря: «Искусство не для плебса, а для избранных».

6. Стремление к безопасности.

Есть люди, для которых важнее всего безопасность. Жизнь под угрозой – спасай ее!

Не думайте о том, как живете, – просто живите как можно дольше. Постарайтесь отложить немного денег, чтобы в старости не зависеть от других. Ведь страх – самый страшный наш враг, с этим согласны все без исключения.

7. Стремление к счастью.

Каждый говорит: «Я хотел бы быть счастливым». Однако при этом не делает ничего или слишком мало для того, чтобы реализовать эту мечту. Счастье превращается в какую-то абстрактную ценность. Короткие периоды счастья, которые мы иногда переживаем, убеждают нас в том, насколько оно желанно. Каждый мечтает найти свой рецепт счастливой жизни.

8. Деньги.

Для некоторых счастьем является обладание деньгами. Мудрец говорит: «Деньги не приносят счастья», но многие люди рассуждают иначе: «Дайте мне миллион долларов, и посмотрим, как обстоят дела в действительности».

Деньги притягивают своей простотой. Осязаемые блага, вольготная жизнь... С их помощью все мечты могут быть с легкостью реализованы. Чем больше мы имеем, тем лучше кажется нам жизнь.

Деньги как цель легко приспособляются к действительности, в которой мы существуем. Немногие из нас зарабаты-

вают с избытком. Однако все мы стремимся к этому и бьемся за материальное благополучие с яростью и самоотдачей.

9. Удовольствия.

«Ешь, пей и будь счастлив, ибо завтра ты можешь умереть». Тот, кто ищет в жизни удовольствий и чувственных наслаждений, утверждает, что жизнь – это сладкое блюдо. К ней не следует относиться серьезно. И лучше всего прожить ее, потребляя как можно больше приятных вещей.

Кажется, что удовольствие – это титульный лист в огромной книге счастья. Однако общество ограничивает наш аппетит: «Маленькие традиционные удовольствия – это все, что тебе дозволено».

Тысячи людей ищут в спорте и культуре сиюминутной радости и легкого развлечения. Конечно, они могут не видеть в них смысла жизни, но все равно стараются уделять этому как можно больше времени.

10. Здоровье.

Люди больные и старые утверждают, что нет ничего дороже здоровья. Кажется, призрак болезней маячит за каждой спиной. Парадоксально, но боль может быть инструментом радости. Ибо когда она проходит, мы считаем это началом счастья.

Рассуждая здраво, нельзя сказать, что здоровье само по себе является целью жизни. Тот, кто ставит здоровье на первое место, должен будет констатировать: «Моя главная цель – быть здоровым растением».

11. Любовь.

Многие поэты и философы утверждали, что важнее всего в жизни именно любовь. Любовь к мужчине или женщине, любовь родительская, любовь к родине, любовь к окружающему миру. Однако надо признать, что в этом мире ее слишком мало. Если бы мы открыли краны наших сердец и позволили свободно течь нашей любви...

Источник любви, который заключен в нашем сердце, неисчерпаем. Однако человеческое малодушие не позволяет любить по-настоящему. Надо всеми видами любви верх берет, к сожалению, любовь эгоистическая. У настоящей чистой любви мало шансов родиться и вырасти. Иногда в порыве любви мы боремся за такую жизнь, но чаще всего отказываемся от нее, не выдержав испытаний.

12. Развитие личности.

«Ты можешь быть лучше, чем ты есть», «Мне кажется, с каждым днем я становлюсь немного лучше»... Мало кто не попался в эту ловушку.

Голос рассудка постоянно твердит: «Исправься! Исправься!» Независимо от того, о работе, образовании или способностях идет речь, вам никогда нельзя почитать на лаврах. Нужно развиваться. Иногда случается, что предпринятые усилия дают человеку высокие посты и приносят всяческие почести. Это важные цели, но их сопровождает огромный риск саморазрушения.

Это не значит, что от развития надо отказаться. Наобо-

рот, развивая свой ум, вы заметите сначала ростки, а потом и разросшееся древо своей личности.

Смешанные ответы

У каждого из билионов людей, живших на Земле в течение многих веков, была своя биография. Не было двух одинаковых лиц и умов, а сложное сплетение эмоций и побуждений создавало неповторимую картину личности каждого.

Несмотря на это, двенадцать основных стремлений оказываются весьма представительной группой. Некоторые из них несовместимы. Тот, кто стремится к Богу, не сможет понять того, кто желает получать от жизни одни лишь удовольствия. Жизнь, основанная на медитативном недеянии, несовместима с активной жизненной позицией. Все это вводит нас в некоторое замешательство. Борясь за победу в жизни, мы стремимся достичь одной или нескольких целей. И одновременно осознаем: что то, к чему мы стремимся, – несовершенно.

Обретение рая на земле

Счастье есть

Все стремятся к счастью. Никто точно не знает, что это такое, но каждый страстно его желает...

Наверное, каждый из нас когда-нибудь переживал нечто такое, что можно назвать райским блаженством. Например, просто хорошо выспался. Съел вкусный завтрак, вышел из дома и попал в объятия теплых солнечных лучей. Мир прекрасен, жизнь чудесна! Ни одна проблема в данный момент не беспокоит.

Или получил хорошее известие. Неожиданно Фортуна махнула своим крылом – и вы выиграли деньги. А может, сделали трудное задание и были одобрены начальством. И хотя вы и ожидали похвалы, но все-таки...

Это замечательное чувство является лучшим доказательством того, что счастья можно добиться, ведь вы его уже пережили. Каждый испытывал нечто подобное, причем некоторые чаще, чем другие. Как бы то ни было, иногда это чувство стучится к нам в дверь – столь сладкое и чудесное. Если бы удалось сохранить его навсегда, жизнь стала бы волшебной сказкой.

Ощущение легкой жизни

Вспомните, когда и как это было в последний раз. Внимательно наблюдайте за своими эмоциями, когда вновь испытаете нечто подобное. Вы согласитесь: главное в этом переживании – ощущение, что вы пребываете в мире с окружающими и самим собой. В эти мгновения вам ничто не мешает: ни обстоятельства, ни люди, ни вы сами.

Внутренняя артиллерия прекратила огонь. Вы больше не ищете ошибок в жизни – своей или чужой. Война между вашими сознанием и подсознанием закончена. Страшная война, которая отравляла вам жизнь... В вас уже не борются две конфликтующие стороны – вы являетесь единством и пребываете на седьмом небе. Это столь редкое чувство, что посещает нас время от времени, является не чем иным, как единением двух половинок вашей личности. В эти минуты эйфории обе эти части идут плечом к плечу, чувствуют одним сердцем и доставляют вам редчайшее ощущение гармонии.

Сознание оперирует понятиями и словами, с помощью которых вы выражаете свои желания и мысли. Подсознание же безгранично. Оно включает в себя все, что вы когда-либо – сознательно или бессознательно – пережили. Этот опыт трудно выразить словами. Если бы вы попытались это сделать, то объяснили бы лишь малую его часть. Подсознание напоминает огромный айсберг, вершина которого видна на

поверхности воды, а вся мощь сокрыта в глубинах океана.

Подсознание – внутренний компьютер

Подсознание можно сравнить с компьютером. Оно записывает каждое свое действие. Фиксирует информацию в каждой области жизни: в сфере чувств, мыслей, событий, воображения, снов. Мы преувеличиваем роль сознания. А потому пребываем в неведении о своем внутреннем мире и не хотим узнать его истинный облик. Поскольку подсознание не имеет голоса, оно заглушается сознанием, громко превозносящим самое себя. Таким образом, сознание постоянно борется с подсознанием, угрожает ему, умаляет его значение, а порой даже отрицает его существование.

Объявление войны

У сознания – свои правила игры. Оно опирается на логику и здравый рассудок. Только то, что те считают достойным реализации, подлежит рассмотрению. Подсознание же упрямо стремится к чему-то иному. Оно учитывает собственный опыт и силу, и не соглашается отдать управление в руки «маленького» сознания. Начинается война. Сознание редко удовлетворяется. Лишь одному из ста человек, лечащихся от любого рода зависимости, удастся освободиться. Внутрен-

нее «я» искушает, мешает, выворачивает все наизнанку. В результате благое дело заканчивается постыдным поражением.

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.