

Петр Левин

# ОКО



НАСТОЯЩЕГО  
ВОЗРОЖДЕНИЯ

Как  
научиться  
ВЛИЯТЬ  
на людей

Древняя  
ПРАКТИКА  
ТИБЕТСКИХ ЛАМ



Петр Левин

**Око настоящего возрождения.  
Как научиться влиять на людей.  
Древняя практика тибетских лам**

«Издательство АСТ»

2012

## **Левин П.**

Око настоящего возрождения. Как научиться влиять на людей.  
Древняя практика тибетских лам / П. Левин — «Издательство АСТ», 2012

Посетивший закрытый монастырь в горах Тибета расскажет о семи упражнениях «Йоги сердца» – особого комплекса, который раскрывает естественную данную каждому человеку от рождения способность чувствовать других людей. Эти упражнения избавят от внешних программ, которые мешают нам быть естественными. «Йога сердца» – это возможность влиять на мысли, сознание и даже подсознание через тело. В этой книге – знание о том, как понимать и видеть суть человека, его истинные намерения, желания, чувства, как настраиваться на разных людей, быть привлекательным, учитывать интересы других, не ущемляя при этом свои, как помогать каждому, так чтобы люди помогали и тянулись к вам. Эта книга об истинном духовном лидерстве и умении вести людей за собой.

## Содержание

Вступление	5
Мой тибетский опыт дает практические плоды	5
Кто живет, тот должен идти – кто остановился, тот упадет	6
Кризис	7
Теплая встреча со старым другом	9
Ю демонстрирует, что видит меня насквозь	10
Чтобы понимать других, нужно вернуть свою силу	11
И снова монастырь	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

# **Петр Левин**

## **Око настоящего возрождения.**

### **Как научиться влиять на людей.**

#### **Древняя практика тибетских лам**

### **Вступление**

#### **Мой тибетский опыт дает практические плоды**

Многим, если не всем в жизни я обязан моим тибетским учителям. Мне еще не было и тридцати, когда в начале девяностых я оказался в Китае, а затем и в Тибете, в затерянном в горах монастыре, куда вела «дорога мертвых». Там произошло мое второе рождение. Там началась моя новая жизнь, наполненная энергией, силой, здоровьем и вечной молодостью. Об этом я рассказал в своей первой книге «Око настоящего возрождения».

Я вернулся с новыми знаниями и навыками, оказавшимися очень полезными для достижения успеха и при нашем обычном образе жизни, так непохожем на образ жизни тибетских лам.

Законь мироздания, которые я постигал в Тибете, универсальны: они действуют везде и всегда. Невозможно проиграть, если следуешь высшим истинам – и неважно, где ты при этом живешь, в Китае, в Америке или в России.

Но снова и снова какая-то сила вела меня в Тибет. Видимо, согласно Высшим замыслам, я должен был стать тем проводником, кто время от времени припадает к сокровенному источнику древних знаний, чтобы, вернувшись к своей обычной жизни, нести их соотечественникам – всем, кто искренне хочет познать тайны истинной Силы, нескончаемой энергии, вечной молодости и разумного управления своей жизнью.

Ближе к концу девяностых я оказался в Тибете второй раз – теперь чтобы узнать тайны благосостояния и богатства. Тому путешествию посвящена моя вторая книга. Тогда мне пришлось серьезно переосмыслить свои жизненные ценности и те способы, какими я пытался создать достаток для себя и своей семьи. Тибетские ламы в очередной раз открыли мне глаза на то, как на самом деле устроен мир, и как важно научиться вписываться в его законы, чтобы всевозможные блага начали входить в нашу жизнь практически сами собой.

## **Кто живет, тот должен идти – кто остановился, тот упадет**

И снова я убедился в действенности полученных знаний на практике. В короткие сроки с нуля я сумел сколотить крепкий бизнес. Дела шли хорошо. Моя фирма процветала и разрасталась. В семье все тоже было благополучно. Подростал уже второй ребенок.

Но тогда я еще лишь начинал постигать истину: раз встав на путь, нельзя останавливаться. Кто живет, тот должен идти. Кто остановился, тот упал.

Я по-прежнему практиковал все упражнения, освоенные в Тибете. Они давали силы, помогали выходить из трудных ситуаций и всегда поддерживали в тонусе и разум, и тело.

И все же в определенный момент это стало походить на пробуксовывание на месте. Все в моей жизни было ровно и стабильно. Я и не заметил, как стабильность превратилась в застой, не сразу понял, что таким образом жизнь требует от меня дальнейшего движения. Я выполнил задачу и остановился на этом, не замечая, что слишком долго «почиваю на лаврах». Тогда как новые задачи уже назрели. И, как это обычно бывает в таких случаях, заявили они о себе появлением в моей жизни неожиданных проблем.

Первой эти проблемы почувствовала моя жена. Однажды после какой-то мелкой размолвки (у кого их не бывает), она заявила, что я очень изменился. Что я уже не тот, с кем она познакомилась когда-то. Что я стал другим.

Сначала я хотел просто отмахнуться от этих слов. Ведь так сделал бы каждый, кто считается уверенным в себе человеком, не так ли? Мол, у меня все в порядке, и нечего выдумывать всякие глупости.

Но потом я рассудил, что уверенность в себе – это, конечно, хорошо, но даже самому уверенному в себе человеку неплохо бы иногда чуть-чуть засомневаться: а прав ли я? Потому что без этих сомнений ты просто остановишься в своем развитии.

И из живого человека превратишься в забронзовевший на пьедестале монумент.

Монументом мне быть не хотелось – я слишком ценил жизнь, и потому хотел быть живым, пусть ошибающимся и сомневающимся – но развивающимся, текучим, существующим в унисон с живыми энергиями вселенной.

Поэтому я оглянулся по сторонам – и увидел, в общем-то, плачевную картину. Нет, внешне все было прекрасно, многим на зависть. Бизнес, деньги, благополучная семья...

Что же меня смутило?

Я увидел вокруг себя пустыню. У меня было огромное количество знакомых, и переизбыток общения – правда, в основном связанного с работой. Бесконечные телефонные звонки, встречи, переговоры... И при всем этом я вдруг понял, что давно уже не вижу глаз и лиц людей.

Передо мной проходило множество человеческих фигур, с которыми я вступал в то или иное взаимодействие. Но это не было общением в полном смысле слова. Это было именно какое-то формальное взаимодействие. Суррогат общения. Как будто общался я не с людьми, а с куклами, роботами, функциями.

А главное – я сам из живого человека превращался в какую-то бездушную функцию. В глубине души подспудно зрела какая-то неудовлетворенность, на которую я до поры до времени просто не хотел обращать внимания.

Я был слишком поглощен работой. Все мои интересы замыкались только на мое дело – и неудивительно, ведь это мое детище, в которое я вложил слишком много времени, сил и энергии.

Но когда я понял, что предаю что-то важное в себе, стало ясно: надо остановиться. Надо вновь возвращаться к самому себе.

## Кризис

Оказалось, у меня давно уже не было настоящих друзей. Старые друзья куда-то исчезли, а новые не появились. Появился «круг общения». Но общение в этом кругу сводилось к череде ритуалов и «штампов». Не было подлинного интереса людей друг к другу. Не было понимания – и даже желания понимать. Душа пряталась за имиджем. И общались между собой будто бы не люди, а имиджи.

Даже взаимоотношения в собственной семье становились все более формальными. Я почти не видел детей. Они еще спали, когда я уходил на работу, и уже спали, когда возвращался. Уже несколько лет у меня не было ни отпусков, ни выходных.

Так что же на самом деле главное в моей жизни?

Пришла пора всерьез задуматься об этом.

Безусловно, работа наложила на меня какую-то печать. Кажется, психологи называют это деформацией личности. Пришлось признаться в этом самому себе: да, я стал похож на робота, который живет только своей работой. Я давно забыл о том, что такое симпатия между людьми, что такое искренние отношения. Даже эмоциональные реакции превратились в набор штампов.

И тут у меня словно открылись глаза. Я увидел, что недоволен не только моя жена – недоволен и коллектив моей фирмы. Люди не хотели быть винтиками, машинами, функциями системы. Они хотели человеческого отношения и взаимопонимания. А его не было.

В фирму пришло много молодых сотрудников. Я сам считал себя молодым – но вдруг выяснилось, что подросло уже следующее поколение, которое оказалось для меня абсолютно непонятным. Те, кто постарше, напротив, казались мне слишком понятными, не способными преподнести сюрпризов – но оказалось, я не знал ни тех, ни других. И даже со сверстниками я не находил общего языка – просто потому, что за своей работой не замечал и не хотел интересоваться ими и их жизнью.

Я пригласил в фирму психологов, которые обещали наладить нормальный морально-психологический климат в коллективе. Они усердно взялись за работу: провели серию тестов с каждым сотрудником, затем целую череду семинаров и тренингов. Кончилось это тем, что на моем столе лежало подробное «досье» на сотрудников. Теперь я знал всю «подноготную» каждого. Что несколько не прояснило для меня ситуацию: я не понимал, для чего мне эти знания и по-прежнему не представлял, как грамотно строить отношения.

Тренинги тоже не улучшили ситуацию – более того, в коллективе начались раздоры, потому что неблагополучие, не осознаваемое раньше, вдруг стало явным и осознанным. Последовала череда увольнений. Оставшиеся работали спустя рукава.

То ли психологи оказались непрофессионалами, то ли я сам не сделал должных выводов из их рекомендаций.

Одновременно начали снижаться экономические показатели фирмы – чего давно следовало ожидать.

Я упал духом и не знал, где искать выход. Результат – череда провалов на важных переговорах, и, как следствие, серьезный кризис всего дела.

У меня началась бессонница. Долгими ночами я думал. Сначала только о работе. Потом мои мысли переключились на Тибет. Я будто воочию видел перед собой Ю.

В какой-то момент вспышкой, озарением пришла мысль: мне нужно срочно ехать туда.

Ведь только там я смогу найти ответы на все свои вопросы. Только там я распутая слишком запутавшийся клубок проблем.

Но как в кризисной ситуации бросить дела и уехать? Тем более я понимал, что одного отпуска мне будет мало.

И все же другого выхода не было. Либо все будет катиться и дальше к полному краху – либо я попытаюсь что-то изменить. На следующий же день я объявил, что отхожу от дел и передаю бразды правления совету директоров.

У меня сложилось впечатление, что все только и ждали этого моего решения.

Я уезжал с легким сердцем.

## Теплая встреча со старым другом

Ю встретил меня как старого друга. Да по сути мы ведь и были старыми добрыми друзьями. Я был искренне рад ему и видел, что он рад мне.

Ю выглядел точно так же, как в нашу первую встречу – то есть максимум лет на пятьдесят с небольшим. А ведь по моим подсчетам ему уже давно должно было перевалить за девяносто.

Тепло окутало меня – а я ведь и забыл, что это такое, когда два человека смотрят друг другу в глаза, и чувства без слов переполняют их.

Мы долго разговаривали. Я поведал ему все, что пережил и перечувствовал за последнее время.

Я сказал, что утратил что-то очень важное. Что из моей жизни ушло то тепло, тот интерес к людям, чувство симпатии к ним, о которых я вспоминаю только здесь.

– Я не нахожу общего языка с людьми, – сказал я. – Как будто не могу перейти какой-то барьер. Или затрудняюсь подыскать нужные слова.

– Общение – это ведь не только, и даже не столько слова, – тихо ответил Ю. – Это прежде всего умение услышать другого человека. И услышать опять же не ушами. Почувствовать те невидимые токи, которые текут между людьми. Они и составляют суть общения.

– Токи?.. – машинально переспросил я.

Никаких токов я как раз и не чувствовал. А ведь знал, что они есть! И когда-то ощущал их. В далекой уже юности.

– Каждый человек – это поток, – продолжал Ю. – Это живая энергия с особым индивидуальным ритмом, звучанием, окраской. Это живая вибрация. А когда ты с живым обращаешься как с неживым – живое протестует. И оборачивается против тебя.

Я услышал в этом заслуженный упрек. Бизнес, дела, круговерть событий, мысли только о работе – все это захватило меня, и увело от сути: удивления перед чудом жизни, радости от того, что рядом живые люди.

– Твоя ошибка в том, что ты перестал чувствовать и свой собственный живой ритм, – продолжал Ю. – А тот, кто не слышит сам себя, становится фальшивым голосом в хоре. Поэтому и весь хор начинает звучать диссонансно. И в итоге распадается, перестает быть хором.

– Особенно когда дирижер – тупой, глухой и бесчувственный болван, – сказал я, окончательно падая духом.

Ю засмеялся:

– Не надо слишком себя корить. В том, что происходит – не твоей вины. Происходящее с тобой – это знак, что ты должен подняться на следующую ступень. Получить новые знания. В этом твоя кармическая задача. Неужели ты еще не понял, что ты призван нести людям Знание. Вспомни, что происходило с тобой прежде.

Твои проблемы – не только твои. Они достаточно типичны для людей твоего положения в наше время. Ты – катализатор, который выявляет эти проблемы, чтобы не только решить их самому, но и помочь в этом другим. Ведь помочь другим невозможно, если ты не пережил сначала все это на своем опыте.

Эти слова меня немного успокоили. И в дальнейшем я сам вывел правило: каждую проблему считать не столько проблемой, сколько сигналом о необходимости научиться чему-то новому.

## Ю демонстрирует, что видит меня насквозь

Меня очень интересовало все, что связано с монастырем. Я расспрашивал Ю о том, как поживают мои учителя Чен и Санму, и о том, как давно он сам был в монастыре и когда собирается опять. Но Ю не спешил меня вести туда. Он говорил, что надо выждать время. И добавлял:

– Ведь времени у тебя достаточно, не так ли?

Я не понимал, откуда Ю мог знать, каким временем я располагаю, и на мои вопросы отвечал как обычно загадочно:

– Если ты торопишься, то можешь вернуться домой хоть сейчас. Но ты этого не сделаешь, так как знаешь, что тебя ждет по возвращении: полный крах. Поэтому ты принял для себя решение: отложить все дела на столько времени, сколько нужно будет тебе для перехода на новую ступень твоего развития.

Я отвечал, что не принимал такого решения, на что Ю говорил мне, что я, безусловно, принял его – хоть и сделал это неосознанно. Потому что на самом деле такого рода решения принимает наша глубинная суть. Мы можем не всегда отдавать себе в этом отчет. Но все в нашей жизни складывается именно в согласии с такого рода глубинными решениями. А вовсе не с теми решениями, что принимает наш ограниченный суетливый разум.

Я спросил Ю, откуда он знает о моих глубинных решениях, если о них не знаю даже я сам. Неужели он видит меня насквозь?

Он опять загадочно улыбнулся и сказал:

– Я же тебе уже говорил, что каждый человек – это поток. А в поток можно смотреть – как смотрят в ручей или горную реку. Если смотреть особым образом – то можно увидеть многое.

Вот это да! Я был ошарашен. Только и смог переспросить:

– И что же можно увидеть в этом потоке?

– Многое. Во-первых, мутный он или чистый. Течет ли гладко или то и дело натывается на препятствия. А еще можно увидеть там истинные намерения человека.

– Интересно... Значит, никто никогда тебя уже не обманет, не обведет вокруг пальца?

– Да, и это тоже. Но не только. Видя истинные намерения человека, ты можешь помочь ему найти истинный путь в жизни. Можешь понять, чего он хочет, к чему стремится, от чего страдает и в чем нуждается. Когда ты позволишь другим действовать в соответствии с их подлинными интересами – пользу от этого получают все.

– Да, но в нашем мире не всегда возможно руководствоваться интересами других. Ради общего дела, напротив, приходится порой идти наперекор личным интересам. Как тогда управлять людьми, требовать от них нужных результатов, если учитывать интересы всех и каждого?

– Мудрое управление всегда начинается с понимания, – сказал Ю. – Ты можешь заставить человека раз, другой, третий пожертвовать своими интересами. Но в конце концов он или откажется тебе подчиняться, или, что называется, перегорит и просто не сможет справляться даже с элементарными обязанностями. Тогда ты как поступишь? Уволишь его, да и только. Как будто это не живой человек, а отслуживший свое механизм. Но даже с механизмом нужно обращаться бережно, предварительно ознакомившись с его устройством и предназначением. А тут речь не о механизмах – о живых людях. Поймешь, что у него за душой – он будет работать на тебя не просто так, а радостью.

## **Чтобы понимать других, нужно вернуть свою силу**

Я чувствовал: Ю хорошо знает предмет, о котором говорит. Он подтвердил, что тибетские ламы владеют искусством управления лучше, чем кто бы то ни было другой. И, конечно, Ю учился этому там, в монастыре. Он рассказал мне, что в какой-то момент тоже потерял силу, которая необходима для понимания людей и для подлинных взаимоотношений. Силу, которой мы все владеем в детстве и ранней юности.

– Силу? – переспросил я. – Разве для этого нужна сила?

– Говоря о силе, я имею в виду энергию, – уточнил Ю. – Да, для этого нужна сила. Вспомни, как общался с другими ты сам, когда был ребенком. Ты был искренним и непосредственным. Ты был самим собой. Ты ничего не смыслил в законах имиджа и искусстве этикета. И все же ты успешно устанавливал и поддерживал самые удивительные взаимоотношения. Потому что у тебя была для этого сила – природная, данная от рождения, еще ничем не замутненная.

Ю рассказал мне, что с годами эта сила начинает таять у всех людей. Но ее можно и нужно поддерживать. И чем старше человек становится – тем больше растет потребность в Силе. Вот и я подошел к той черте, когда надо заново открывать в своей энергетической структуре каналы, которые отвечают за общение и понимание между людьми.

Ю сказал, что если я открою эти каналы, то смогу настраиваться на любого человека, чтобы видеть и понимать его. Тогда я смогу понять людей любого возраста и социального положения, и у меня ни с кем не будет возникать ощущения невидимого барьера. А затем больше – я смогу чувствовать токи, которые рождаются в процессе общения. И не только чувствовать, но и управлять ими. Именно в этом – ключ к лидерству. Подлинный лидер всегда чувствует эти токи, хотя редко кто способен это осознать.

– Ты уже в том возрасте, когда тебе необходимо изучить науку подлинного управления, – добавил Ю. – Если, конечно, ты хочешь продолжать работать с людьми и не превратиться при этом в бездушную машину.

Я рассказал Ю и о своем неудачном опыте с психологами.

– Психологию иногда не мешает изучать, – ответил Ю. – Но есть подлинное знание, в сравнении с которым психология дает очень мало.

Мы выезжали из города и подолгу гуляли по предгорьям, проводя время в беседах или в молчании, и просто в созерцании величественной природы. Лавочка Ю уже не требовала от него постоянного внимания, он постепенно отходил от дел, найдя себе преемников. Теперь всем заправляли два молодых человека, по виду деловых и ловких. Я не знал, кем они приходятся Ю – родственниками, или же просто партнерами по бизнесу. Но я уже знал, что он умел разбираться в людях, и несомненно, передавал свое дело в надежные и честные руки.

За прогулками и беседами текло время и я успокаивался и настраивался на иной лад. Природа вокруг, казалось, излучала благодать. И я снова начал ощущать вкус жизни, радость ее мирного, спокойного течения, глубокий смысл каждого дня, даже если ничего особенного не происходило.

– В твоих силах принести эту радость и умиротворение в любое место, где бы ты ни находился, – говорил мне Ю. – Даже оказавшись в самой гуще дел, ты можешь постоянно ощущать, что главное – сама жизнь с ее радостью, смыслом, любовью. Даже в деловом общении ты будешь выражать свою любовь к жизни. Ты станешь легким, как бы искрящимся. Ты поймешь, что можешь сам готовить «блюдо» общения так, будто ты повар, мудро использующий различные приправы: юмор, смех, меткие наблюдения, а главное – мягкие прикосновения к душе каждого, с кем ты имеешь дело.

Я думал о том, что в моем общении было что угодно – напор, раздражение, страх или уважение, желание добиваться своего, и даже, пожалуй, желание помогать другим – но только не то, о чем говорил Ю: не радость и не любовь.

Я понимал, что теоретически то, о чем он говорит, возможно и даже правильно. Но в моей голове пока плохо укладывалось, как все это совместить с моими ежедневными делами и заботами.

## И снова монастырь

И вот настал день, когда Ю сказал мне, что на завтра можно отправляться в монастырь. Я чувствовал себя уже вполне отдохнувшим и готовым принять новые знания. Не буду в очередной раз вдаваться в подробности преодоления «дороги мертвых». Она меня уже пугала далеко не так сильно, как в первый раз – возможно, поэтому преодолена была без особых приключений. Но все же долгий путь порядком меня утомил, и по прибытии в монастырь я сразу уединился в келье и заснул.

На следующее утро Ю сказал мне:

– Тебе повезло. Только что прибыл известный учитель, который учит как раз тому, что тебе нужно. Он мастер особого направления – йоги сердца. В искусстве взаимоотношений и управления ему нет равных.

– Да, но захочет ли он меня учить?

Ю посмотрел на меня пристально, как бы оценивающе, а затем сказал:

– Пожалуй, тебе нужно дня три на адаптацию. Твои энергетические потоки еще в полном беспорядке. Будешь пока выполнять комплекс второго рождения и настраивать свой разум на восприятие новых знаний. Затем учитель будет готов тебя принять. Но только учти: он ни с кем не занимается индивидуально. Его особые знания и методы предназначены для занятий в группе.

Я был немного разочарован, привыкнув к тому, что время уделяли всегда мне одному.

– Но будет ли достаточно эффективно обучение в группе? – спросил я.

– В данном случае оно будет более эффективно, чем если бы мастер занимался с тобой один на один.

Я решил принять ситуацию как есть и последовал совету Ю: в течение трех дней выполнял комплекс второго рождения, медитировал, посещал общие молитвы – словом, принимал участие в обычной жизни монастыря.

А на четвертый день Ю повел меня знакомиться с новым учителем.

\* \* \*

В этой книге, как и в двух предыдущих, я поведаю обо всех подробностях моего обучения. Ю был прав, когда говорил, что моя проблема – далеко не только моя, с чем-то подобным сталкивается множество людей, а может даже в той или иной степени все люди. Все мы связаны между собой, наш мир устроен так, что человек не может существовать в вакууме. В каждом из нас заложена огромная потребность в общении. Кроме того, экономическое и социальное устройство общества требует от людей постоянных контактов друг с другом, иначе мы просто не смогли бы заниматься делом и зарабатывать себе на жизнь.

## **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.