



ТОЛЬКО
на
ЛИТРЕС

ТАЙНА
ЛЮБВИ,
ЗДОРОВЬЯ
И ДЕНЕГ

МАСТЕР-КЛАСС

Ронда Берн

Ронда Берн

Сенсация (Эксмо)

Ронда Берн

**Тайна любви, здоровья
и денег. Мастер-класс**

«Эксмо»

2020

УДК 159.923.2
ББК 88.52

Берн Р.

Тайна любви, здоровья и денег. Мастер-класс / Р. Берн —
«Эксмо», 2020 — (Сенсация (Эксмо))

ISBN 978-5-04-184538-4

В своей новой книге Ронда Берн, автор документального фильма «The Secret» и мегабестселлера «Тайна», поделится тайным знанием о том, как работает закон притяжения, и научит применять его к трем ключевым сферам нашей жизни: отношениям, здоровью и деньгам. Книга создана в форме мастер-класса и представляет собой бесценную коллекцию уроков, советов, тематических исследований и примеров из практики автора. «Хотите изменить свою жизнь? Измените свое отношение к ней», — говорит Ронда Берн и увлекает читателя вслед за собой, мягко и бережно настраивая его на вибрацию удачи и позитивных перемен. В формате a4.pdf сохранен издательский макет.

УДК 159.923.2

ББК 88.52

ISBN 978-5-04-184538-4

© Берн Р., 2020

© Эксмо, 2020

Содержание

Тайна любви	6
Вступление	8
Урок 1	9
Урок 2	13
Урок 3	18
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Ронда Берн

Тайна любви, здоровья и денег

Мастер-класс

*Посвящается вам.
Пусть на протяжении всей жизни «Тайна» приносит вам любовь
и радость.
Это мое послание вам и всему миру.*

Rhonda Byrne
The Secret to Love, Health, and Money

* * *

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

«The Secret to Health Masterclass» copyright © 2020 Making Good LLC

«The Secret to Money Masterclass» copyright © 2020 Making Good LLC

«The Secret to Relationships Masterclass» copyright © 2020 Making Good LLC

Titles were previously published separately in audio format by Simon & Schuster Audio in 2020

www.theseecret.tv

All Rights Reserved

Published by arrangement with the original publisher, Atria Books, a Division of Simon & Schuster, Inc.

© Половинко Н., перевод на русский язык, 2023

© Оформление. ООО «Издательство „Эксмо“», 2023

Тайна любви



Вступление Тайна любви

Моя жизнь рухнула 14 лет назад. Я довела себя до изнеможения. Внезапная смерть отца, вконец испорченные отношения с друзьями и коллегами по работе. Именно в тот момент мне открылась «Тайна», перевернувшая всю мою жизнь, включая здоровье, финансы и отношения. Тогда я решила поделиться этим знанием с миром, и с тех пор «Тайна» помогла десяткам миллионам людей по всему миру. Уверена, она поможет и вам.

Если к вам в руки попала эта книга, возможно, вы хотите спасти текущие отношения или, кто знает, найти новые. Может быть, вы ищете идеального партнера, пытаетесь спасти брак, стремитесь улучшить отношения с коллегами или друзьями. «Тайна» поможет вам не только в этом, но и во многом другом.

С помощью Тайны вы добьетесь успеха в любой сфере вашей жизни.

Как вы думаете, в чем истинный смысл жизни? Вряд ли ее полноту можно оценить без отношений с человеком, с которым можно делиться печалью и радостями, достигать новых высот и получать новый опыт.

Представьте, вы единственный человек на Земле. Хотелось бы вам такой участи? В чем смысл создавать что-то исключительно для себя? Рисовать картину, которую никто не увидит. Сочинять музыку в отсутствие слушателей. Изобретать что-то, чем никто никогда не воспользуется. Путешествия потеряют смысл, ведь куда бы вы ни отправились, везде вас будет ждать одно и то же – пустота. То же самое с развлечениями. *Именно связи и опыт общения с людьми наполняют вашу жизнь радостью, целями и смыслом.*

Ваши отношения – это безграничные возможности для преобразования жизни с помощью позитивных мыслей и чувств. Чем чаще мы благодарим окружающих за отношения, чем больше доброты к ним проявляем, тем сильнее ощущаем, как улучшается наша жизнь. С любовью точно так же: все чувства, которые мы проявляем, возвращаются к нам. И это удивительно!

Отношения влияют на вашу жизнь гораздо сильнее, чем вы можете себе представить, поэтому логично, что счастливый и гармоничный союз должен быть приоритетом для всех нас. Эта книга поможет вам создать его. Вы на себе ощутите, как преобразятся все сферы вашей жизни: финансы, здоровье, цели и мечты, эмоции.

Урок 1

Любовь и Закон притяжения



Вселенная подвластна законам природы. Мы летаем на самолетах, потому что они подчиняются принципам аэродинамики. Никто не подстраивал законы физики так, чтобы люди могли летать – мы сами подстроились под них. Есть еще один закон, который управляет нами так же, как физика самолетами. Чтобы улучшить текущие, возобновить старые или привлечь новые отношения, необходимо постичь самый могущественный закон во Вселенной – Закон притяжения.

Именно он удерживает каждую звезду в Космосе на своем месте, формирует атомные и молекулярные связи. Притяжение Солнца удерживает планеты в границах солнечной системы, не давая им улететь в космос. Сила гравитации притягивает людей, животных, растения и минералы к Земле. Притяжению подчиняется вся природа: цветок манит пчелу, а живые существа необъяснимо тянутся к своему виду. Рыбы в море, птицы в небе и на земле постоянно размножаются, образуя косяки и стаи. Притяжение скрепляет клетки вашего тела, конструкции вашего дома и мебель, на которой вы сидите. Оно удерживает автомобиль на дороге и воду в стакане. Практически каждый предмет, которым вы пользуетесь, сохраняет свою целостность благодаря силе притяжения.

Она подталкивает людей друг к другу, побуждает их к созданию групп, сообществ с общими интересами. Кого-то она влечет к науке, других – к искусству. Благодаря этой тяге люди увлекаются спортом, модой, музыкальными стилями, проникаются нежностью к животным. Она влечет вас к любимым вещам и местам, к друзьям и дорогим сердцу людям.

Закон притяжения – мощная сила, которая поддерживает гармонию во всем, от атомов до бесчисленных галактик. Он действует для каждого и везде во Вселенной. Именно этот закон управляет вашей жизнью.

Как это работает? *Квантовая физика* объясняет, что все во Вселенной состоит из энергии, вибрирующей на определенной частоте, в том числе и ваши мысли. Их можно измерить, у каждой будет определенная частота. Ваши мысли притягивают людей, обстоятельства и события, которые находятся на той же частоте. Подобное притягивает подобное. Знакомо, не правда

ли? По закону притяжения, в вашу жизнь приходит то, о чем вы больше всего думаете. Другими словами, мысли формируют жизнь.

Как и все законы природы, Закон притяжения непреложен: работает для всех без исключений. Он вездесущ и действует одинаково для любых мыслей и предметов.

Отношения и Закон притяжения

Что вы думаете о своем союзе, то и притянете в него – так работает Закон притяжения в контексте отношений. Невозможно постоянно думать о неудовлетворенности и одновременно наслаждаться отношениями, наполненными гармонией и счастьем. Говорить себе: «Он больше не любит меня, как раньше» и при этом ощущать, что партнер стал трепетнее и нежнее. Чтобы привлечь любовь, необходимо думать о ней. Вы магнит, и по Закону притяжения все, о чем вы думаете, вернется к вам через людей, обстоятельства и события.

Вспомните старую поговорку: что посеешь, то и пожнешь. Мысли в вашей голове – это семена, поэтому урожай будет зависеть от того, что вы посадите. Думайте позитивно, и вы привлечете в свою жизнь приятных людей, желанные обстоятельства и радостные события. Прокручивая в голове негатив, вы притянете к себе пессимистов, а ваша жизнь наполнится разочарованием. Так устроена физика разума и математика Вселенной (или ментальная Вселенная, как говорят физики).

Итак, начнем с определения позитивных и негативных мыслей.

Позитивные мысли – это размышления о том, что вам хочется нравиться, о том, что вы желаете. Негативные – о том, чего не хотите, что доставляет вам дискомфорт.

То, что вы притянете в свою жизнь, напрямую зависит от ваших мыслей – позитивных или негативных. Ваш нынешний образ жизни – прямое следствие ваших мыслей в прошлом. Возможно, вы не представляли, насколько мощна сила мысли и как легко в вашей жизни может появиться то, чего вам на самом деле совсем не хотелось. С этого момента все изменится – благодаря знанию, которое вы для себя откроете.

Все в жизни неслучайно. Как и то, что сейчас происходит с вашими отношениями или с другой сферой вашей жизни. «Думай о других хорошо», – не просто слова. Позитивные мысли об окружающих вернутся сполна теплом и любовью в ваши отношения и подтянут за собой остальные сферы жизни.

Думая позитивно, вы привлекаете в свою жизнь все хорошее: людей, события, обстоятельства. Негатив и злые мысли mnoжат вокруг неприятные ощущения и плохие условия.

Замечали, что, жалуясь, обвиняя, злясь на других, вы привлекаете больше негатива в свою жизнь? А когда он возвращается, то вызывает в вас еще больше подобных мыслей. Отрицательная энергия растет подобно снежному кому.

То же самое происходит, когда вы заикливайтесь на жалобах другого человека. Проявляя сочувствие или соглашаясь с ним, вы притягиваете больше подобных ситуаций и тех, кого можно обвинить или на кого пожаловаться. Это происходит вне зависимости от того, насколько обоснованы жалобы или обвинения.

Однажды я услышала историю о женщине, которая проходила через непростой период в отношениях. С помощью специалистов ей удалось отследить причины происходящего, вплоть до насилия, пережитого ею в детстве. Девушка не отрицала и тот факт, что плохим отношениям также способствовала склонность жаловаться и обвинять других в своих проблемах. Когда она решила мыслить иначе, перестала искать причины в других и вместо этого начала любить и ценить людей рядом, все изменилось.

Вскоре она познакомилась со своим суженым. Начиная с ценностей и заканчивая цветом глаз и волос, это был мужчина ее мечты. Через три месяца он сделал ей предложение, а спустя два года они обручились. Самое удивительное в судьбе этой пары – оказалось, что

их жизни пересекались на протяжении 20 лет. У их семей были общие знакомые, любимые места для отдыха. Три года они даже работали в одной компании, но никогда не встречались. Казалось, Вселенная нарочно не сводила их до того знаменательного дня, когда наша героиня осознала необходимость перестать жаловаться и обвинять других.

Игра в виноватых

Слова обладают огромной силой, и по Закону притяжения все, что вы думаете или говорите о других, притягиваете к себе. Когда обвиняете или жалуетесь на кого-то, сильнее всего вредите себе.

Обвинения и жалобы несут мощную негативную силу. Они приносят столько раздора. Каждый раз, пытаясь отыскать причины неудачи в других, вы притягиваете к себе еще больше негативных ситуаций. Претензии к партнеру, детям, родителям, соседям, длинные очереди, неуютное правительствo, экономика, цены на еду, работа, шум или некачественное обслуживание – кажется, все это безобидные мелочи, с кем не бывает? Но накапливаясь, словно комок негативной энергии, они разрушают наши отношения и жизнь.

Если раздражаетесь из-за того, что на рабочей встрече произошла путаница и обвиняете в ней кого-то, вы используете вину как оправдание, чтобы не мыслить позитивно. Но Закон притяжения реагирует только на то, о чем вы думаете, какие эмоции испытываете. В таком случае обвинения притянут в вашу жизнь те же самые обстоятельства. И вовсе не обязательно от того человека, которого вы обвинили. Как бы грозно это ни звучало, Закон притяжения ничего не оправдывает. Ваши доминирующие мысли определяют, то, что вы получите в ответ. Ими вы творите свою жизнь, прямо сейчас!

Верно и обратное: чем чаще вы думаете о любимых вещах, тем скорее получите их в ответ. Мысли о том, что вам нравится, притягивают в вашу жизнь желаемые обстоятельства. Благодарность за них, в свою очередь, привлекает еще больше позитива. И так по нарастающей. Выходит, чтобы получить больше любви, достаточно просто думать о том, что любите.

Я знаю одну пару, чей брак изменился удивительным образом благодаря этой методике. Они были женаты совсем не долго, когда их отношения зашли в тупик. Каждый из них фактически жил своей жизнью. Жена едва могла спать в одной постели с мужем, но была полна решимости спасти брак. Она подмечала все приятные мелочи, которые он для нее делал, и давала ему понять, как сильно их ценит. Внезапно он не смог сделать достаточно для нее. Они снова начали смеяться и дурачиться вместе. И страсть вернулась.

«Будь той переменной, которую ты хочешь видеть в этом мире», – чаще всего эту цитату приписывают Махатме Ганди.

Именно это и сделала наша молодая героиня – применила это высказывание к своему браку. Если хотите изменить ваши отношения, измените свое отношение к ним. Будьте признательны, благодарны, питайте их любовью и благими мыслями, тогда вас начнут окружать только позитивные обстоятельства. Станьте теми переменами, которые хотите видеть в своих отношениях. Все, что вам нужно сделать, – перенаправить свои мысли. Уже одно это меняет все!

Спросите себя: достаточно ли добра и радости в ваших отношениях? Позитивное мышление исходит от любви и основано на ней, тогда как негативное – на ее отсутствии.

Ваши текущие отношения сами подскажут ответ на вопрос, насколько позитивно вы мыслили раньше. Если взаимоотношения прекрасны, значит, в вашей жизни преобладало позитивное мышление. Если они непростые, то вы пусть и ненамеренно, но чаще позволяли себе негативные мысли.

Помните: как ни трудно это признать, но проблема не в вашем партнере. Некоторые считают, что отношения складываются хорошо или, наоборот, ужасно из-за другого человека. Но в жизни так не бывает. Вы не можете сказать Закону притяжения: «Я буду думать позитивно только тогда, когда мой партнер изменится». Чтобы получить что-то от жизни, сперва нужно ей что-то отдать. Все, что вы отдаете, вернется, и даже больше. Дело не в другом человеке – все дело в вас. В том, о чем вы думаете, что излучаете и отдаете. Стоит только начать мыслить позитивно, и вы получите не только удивительные отношения – у вас будет удивительная жизнь!

Урок 2

Сила мыслей и чувств



Вы можете изменить свою жизнь и отношения, потому что у вас есть неограниченная способность мыслить позитивно. Думая о любимых вещах, вы привносите в свою жизнь самое хорошее, в том числе людей и отношения с ними.

Закон притяжения гласит: мысли – первопричина всего в нашей жизни. Это касается здоровья, работы, финансового положения, жизненных условий и взаимоотношений. Вы сами производите то, о чем думаете. Все, что вы видите и чувствуете в этом мире, следствие вашего мышления. Причина всегда кроется в ваших мыслях.

Чувства – топливо для ваших мыслей

Если вы переживаете, что случайная мысль, пришедшая в голову, может круто изменить вашу жизнь, расслабьтесь. Вы много думаете в течение дня, но не каждая из этих ваших мыслей к чему-то приводит, хотя бы потому что далеко не все мысли вызывают у вас сильные чувства. Яркие чувства подпитывают размышления. А те, в свою очередь, развиваются, когда вы верите в то, о чем думаете.

Объясню на примере: представьте, ваши мысли – это ракета, а чувства – топливо. Ракета – стационарное транспортное средство, которое не может летать без горючего, именно оно – сила, которая «активирует» корабль. То же самое с вашими мыслями – без чувств они бессильны. Чувства заставляют мысли материализовываться, и материализоваться быстрее. Чем сильнее чувства, тем мощнее заряд, который вы передаете мыслям и их последующему воплощению.

Помимо топлива чувства играют еще одну роль – своеобразного барометра образа мышления. Чтобы понять, как это работает, просто прислушайтесь к себе. Всякий раз, когда вам хорошо, можете не сомневаться – ваши мысли были позитивными. Если же вы ощущаете дискомфорт, раздражение или многое идет не по плану, значит, в вашей жизни было больше негатива – попробуйте быть внимательнее к своим мыслям.

Ваше восприятие каждого взаимоотношения обусловлено вашими мыслями. Например, если вы счастливы и благодарны за отношения, значит, мысли о них отзывались в вас теплотой. Злитесь и расстраиваетесь – отношения не приносили вам удовольствия.

Очевидно, что мысль «Я ненавижу своего начальника» вызовет у вас мощные негативные чувства. По Закону притяжения вы и будете привлекать ситуации, в которых отношения с шефом ухудшатся еще больше.

Осознание, что ваши коллеги – прекрасные люди, обеспечит вам приток позитивных мыслей. Приятные чувства повлекут за собой ситуации, которые только уверят вас в этом: тимбилдинги, вечеринки, рабочая атмосфера, которая будет радовать вас не только по пятницам.

Проще говоря:

Хорошие, позитивные мысли улучшают вашу жизнь.

Негатив ощутимо осложняет ваше мироощущение, а значит, пора изменить образ мышления.

Я знала девушку, которая 10 лет проработала в одной компании и была жутко недовольна, но не столько работой, сколько людьми, с которыми ей приходилось видеться пять дней в неделю. Ее постоянно окружали сплетни, жалобы и прочий негатив. Сама того не осознавая, она начала вести себя так же. В какой-то момент поняла, что и сама не лучше своих коллег, и едва ли часто говорила что-то приятное о других. Как только она осознала свою роль в происходящем, приложила немало усилий, чтобы вдохновиться, наполниться энтузиазмом и почувствовать себя счастливой. И, что немаловажно, она начала избегать сплетен. Реакция была практически молниеносной. Буквально через несколько дней начала получать удовольствие от работы. Отказавшись впитывать в себя окружающий негатив, обнаружила, что сплетники больше не делятся с ней своими обидами и недовольством. Ей больше не нужно было избегать их. Просто решила замечать в коллегах лучшее и поэтому с течением времени все меньше контактировала с ними. Более того, она внезапно оказалась в окружении веселых и позитивных людей, коллег, которые любили проводить время вместе. Один из них стал ее парнем, и они уже планируют пожениться.

Просто, думая о хорошем и сохраняя позитивный настрой, эта девушка не только привлекла к себе лучшего партнера, она изменила всю свою жизнь!

Измените любые отношения

Меняя восприятие отношений, вы трансформируете свой настрой и энергию, которую излучаете. Отражение вашего нового образа мышления не заставит себя ждать – отношения изменятся. Все просто.

Даже если вам трудно представить это на конкретном примере, знайте: это возможно!

Если сейчас вы находитесь в проблемных отношениях, вам может помочь простая и мощная практика. Она займет всего несколько минут. Просто почувствуйте в своем сердце любовь к партнеру и отправьте ее во Вселенную. Всего одно действие поможет вам избавиться от обиды, гнева или негатива, которые вы можете испытывать к этому человеку.

У вас никогда не получится наладить отношения, если вы испытываете негатив. Любая отрицательная эмоция, будь то обида или гнев, привлечет к вам подобное. Когда чувствуете любовь, она возвращается к вам. Вы притягиваете к себе только то, что испытываете к партнеру сами. Если вам трудно поддерживать в себе теплые чувства к кому-то конкретному, сосредоточьтесь на любви к окружающему миру. Сделайте все возможное, чтобы не обращать внимание на негативные моменты в отношениях.

Вам под силу изменить все что угодно, потому что вы – хозяин своих мыслей и чувств. То есть вы можете изменить любые отношения в своей жизни, но только не с помощью негативных мыслей и чувств. Попробуйте изменить свое восприятие отношений. Не меняя век-

тор мышления, вы так и будете множить негатив вокруг себя. Позитивные мысли и чувства неизбежно преумножают все хорошее, что к вам приходит, – как в отношениях, так и в жизни.

Лучшие подруги рассорились из-за абсолютного пустяка. Они не разговаривали несколько месяцев, казалось, их дружбе пришел конец. Одна из девушек так расстраивалась, что, казалось, попала в «яму несчастья». В итоге она решила: хватит быть несчастной, надо брать себя в руки и получать удовольствие от каждого прожитого дня. Несмотря на стресс, ей удалось справиться с трудностями и снова почувствовать себя полноценной. Примерно в то же время общий приятель спросил, удалось ли ей помириться с лучшей подругой. Она ответила, что пока нет, но была уверена: их отношения совсем скоро наладятся. Той ночью она была в таком хорошем настроении, что решила написать список своих самых сокровенных желаний. Легла спать счастливой впервые за долгое время. На следующее утро та самая подруга написала, что очень скучает по ней и сожалеет из-за глупой ссоры.

Закон притяжения смог воссоединить девушек только после того, как их отношение друг к другу поменялось.

Сила хорошего самочувствия

Сталкиваясь со сложностями в отношениях, важно мыслить позитивно и концентрироваться на хорошем, несмотря на происходящее вокруг. Вы не можете знать наперед, как все разрешится, но позитивный настрой приведет вас к нужному результату. Когда вы хорошо себя чувствуете, удовлетворены жизнью и радуетесь ей, в вашу жизнь входят только те люди, которые находятся с вами на одной частоте.

Просто знайте: даже с любимыми людьми порой бывает трудно, но это не означает, что они вытирают о вас ноги или унижают. Конечно, это не любовь. Не позволяйте людям использовать вас, это не принесет счастья. Предлагаю следующее: настройтесь на максимально возможную частоту приятных ощущений, и Закон притяжения разрешит ситуацию за вас.

Если вы находитесь на «доброй» волне, а ваше окружение сохраняет негативный настрой, Закон притяжения разделит вас. Отношения между людьми заканчиваются, когда они перестают быть на одной волне. Не совпадают. Закон притяжения автоматически реагирует на изменение частот, отдаляя людей друг от друга. Это весьма увлекательный процесс.

Молодая девушка встретила мужчину сразу после окончания школы, и у них закрутился бурный роман. Покинув родной город, семью и друзей, словно декабристка, она отправилась за ним на край света в поисках работы и новой жизни. Через несколько месяцев они поженились. Вскоре девушке открылась темная, до этого неизвестная сторона ее мужа: употребление наркотиков и даже не диагностированные психические проблемы. В порыве гнева часто он нападал на любого, кто окажется под рукой, в частности, свою жену. Он оскорблял ее, делал ей самые унижительные замечания. Без необходимой поддержки в лице семьи или друзей ей было трудно справляться с ситуацией, настраиваться на хорошее и удерживаться от падения на самое дно. Она впала в глубокую депрессию. Пять лет она терпела брак без любви и абьюз, большую часть времени избегая этого жестокого человека в собственном доме.

В конце концов, девушка поняла, что только она может изменить свою жизнь и взять ответственность за свое счастье. Так совпало, что через несколько недель после этого озарения они с мужем решили вернуться в родной город. К счастью, девушка сразу же нашла там отличную работу, воссоединилась с семьей и друзьями. Впервые за много лет она почувствовала себя собой. Для ее мужа все стало только хуже. Ему было тяжело радоваться успехам жены, поэтому он стал еще более жестоким. Но теперь, окруженная поддержкой и любовью, устремленная к счастью, она вышла из-под негативного влияния супруга. Их частоты пере-

стали совпадать, и Закон притяжения сработал, расставив все по своим местам. Она ушла от мужа, когда поняла, что достойна лучшей жизни.

Спустя некоторое время друзья пригласили ее на ужин, после которого вся компания решила заглянуть в новый бар. Оказавшись внутри, она окинула помещение взглядом и увидела знакомое лицо – парня, с которым встречалась в старших классах школы. По сути, это был последний человек, с которым ее что-то связывало до встречи с мужем. Общий друг отвел девушку в сторону и сказал, что тот парень не переставал любить ее все эти годы. Видимо, серьезные отношения у него так и не сложились, и он все это время ждал свою школьную любовь. Заинтригованная, она подошла к нему, и они ударились в воспоминания. Он признался, что молился о ее возвращении домой, и убедил себя: если так случится, это будет знаком того, что они всегда будут вместе. Чем больше они общались, тем отчетливее она понимала: он – все, о чем она мечтала. Так родилась новая история, новый роман. Сейчас они вместе, безумно счастливы и планируют пожениться.

Жестокость и гнев бывшего мужа заставили девушку пережить массу негатива, который не только отразился на ее самочувствии, но и вогнал в депрессию. Только изменив свою частоту с помощью позитивных мыслей о любви и счастье, она смогла освободиться от бывшего мужа. Как только ей стало лучше, она впустила в свою жизнь людей на той же частоте. Так что неудивительно, что Закон притяжения подарил ей любовь в виде ее школьного приятеля.

Сила в вас

Неважно, сколько проблем и неприятностей в ваших отношениях. Если хотите изменить их, начните с трансформации своих мыслей и частоты, на которой находитесь.

Ваш нынешний образ жизни – прямое отражение ваших мыслей и чувств. Это относится ко всем вашим отношениям, прошлым и нынешним. Все сложности, которые вы пережили в отношениях, вы притянули к себе сами.

Часто люди, когда впервые слышат эту часть «Тайны», вспоминают сложные или даже жестокие отношения из своего прошлого. Они не понимают, как можно самовольно привлечь в свою жизнь что-то подобное. Никому и в голову не придет намеренно притягивать трудные, неприятные отношения. Но понимать природу этого феномена необходимо, чтобы справиться с проблемами. Важно осознавать, по какой причине это произошло, почему так случилось. Зачастую мы притягиваем к себе сложные ситуации, чтобы пробудить внутренние силы.

Прямо сейчас у вас есть выбор: продолжать верить, что плохое может случиться с вами в любой момент по чистой случайности и что вам не под силу управлять отношениями, или же взять жизненный опыт в свои руки и научиться управлять обстоятельствами, людьми и отношениями с помощью собственных мыслей. Решайте, и ваши мысли определяют последующий опыт.

Поймите, ни один человек не способен повлиять на вас, если вы с ним не на одной частоте. Изменив образ мышления и «настройки», вы справитесь с любым, даже самым трудным и негативным опытом, который придет в вашу жизнь. Когда трудным отношениям придет конец, повторяйте про себя: «Все к лучшему». Это действительно так. Учитесь на любом опыте. Пережив разрыв сложных отношений, вы обнаружите, что радости стало больше, чем когда-либо прежде. Каждые отношения даются нам не просто так, они учат нас и продвигают по жизни.

Когда в нашей жизни что-то меняется, мы часто сопротивляемся переменам. И важно помнить, что глобальные изменения влекут за собой нечто лучшее. Во Вселенной не может быть вакуума: пустующее место заполняется чем-то другим. Перемены – всегда хорошее явление. И когда они наступят, расслабьтесь и полностью доверьтесь им. Не бойтесь изменений и в

ваших отношениях. Все, что случается, в конечном счете идет на благо каждого из нас. Важно не то, что происходит, а то, что мы делаем с этим опытом и как на него смотрим. Вселенная должна меняться, чтобы в ней появлялось нечто прекрасное. Осознайте, что изменения приближают вас к еще более невероятным отношениям! Грядет что-то лучшее.

Урок 3

Тайна невероятных отношений



Когда уверены в полноценности своей жизни и удивительных отношений, вы мощно и сознательно программируете свою жизнь с помощью Закона притяжения. Все действительно просто. И если так, почему не все живут такой жизнью?

Проблема в том, что большинство людей думают и говорят о том, чего не хотят, гораздо чаще, чем о своих реальных желаниях. Таким образом они ненамеренно лишают себя всех удовольствий жизни, в том числе теплых, наполняющих отношений.

Люди, состоящие в хороших союзах, регулярно думают о том, чего им действительно хочется. В сложном партнерстве люди мало того что думают и говорят о том, чего не хотят, они удивляются, почему проблемы в их отношениях возникают снова и снова.

Закон притяжения не считывает «не надо», «не», «нет» и другие слова отрицания. Когда вы произносите их, Закон притяжения слышит обратное.

Вы говорите: «Я не хочу спорить».

Закон притяжения слышит: «Я хочу спорить чаще».

Вы говорите: «Не говори со мной так».

Закон притяжения слышит: «Я хочу, чтобы ты говорил со мной так, и другие говорили со мной аналогично».

Вы думаете: «Я не хочу их терять».

Закон притяжения слышит: «Я хочу их потерять».

Вы думаете: «Я не хочу быть одиноким».

Закон притяжения воспринимает это как: «Я хочу быть одиноким».

Закон притяжения дает вам то, о чем вы думаете, и точка!

Жена действующего офицера ВВС узнала об этом на собственном горьком опыте. Спустя пять лет после свадьбы ее муж уехал в очередную командировку за границу. Женица начала обижаться, злиться, чувствовал себя одинокой и покинутой. Будучи всю жизнь пессимисткой, она начала прокручивать в голове сценарии, которые боялась прожить в реальности. Позже она получила сообщение от мужа – он написал, что собирается подать на

развод. Она была опустошена. Проведя пару дней в отчаянии, решила приложить все усилия, чтобы изменить свое мышление. Начала фокусироваться на позитиве, и когда говорила с ним, старалась использовать добрые и конструктивные слова. Женщина понимала, что не может рассчитывать на то, что он изменит мнение, но оставалась оптимисткой, думала только о хорошем и ощущала любовь. Спустя несколько недель он предложил ей попробовать решить их проблемы. К счастью, они спасли брак. И все благодаря тому, что они сосредоточились на том, чего действительно хотели.

Сосредоточьтесь на отношениях, которые вы хотите

Ваша жизнь так или иначе наполнена мыслями о желаемых и нежелательных отношениях. И именно эти мысли впоследствии будут проявляться снова и снова. Желая изменить текущие отношения или найти новые, вы должны думать исключительно о том, чего хотите, что вызывает у вас теплые чувства, и тогда это воплотится в жизнь.

Если вы полностью сосредоточитесь на своих истинных желаниях, на том, что приносит вам удовольствие, заживете чудесной жизнью.

Жизнь преподносит нам возможность выбирать самое желанное и ценное для нас. Чтобы определиться с желаниями, нам посылают самых разных людей. Понимать, что нам совершенно не подходит, не менее важно. Не стоит принимать в партнере качества, которые вам претят, лучше просто отстраниться от него, не осуждая и не уделяя ему больше внимания.

Отстранение – признак вашего спокойствия и умения делать жизненный выбор. Не нужно спорить с партнером, чтобы доказать его неправоту, критиковать, чтобы изменить, потому что у вас другая точка зрения. Поступая подобным образом, вы не концентрируетесь на собственных ценностях, а это необходимо, чтобы добиться желаемого. Также и в отношениях: вместо того, чтобы отвлекаться на негатив, сфокусируйтесь на приятных моментах, на том, что вам нравится в вашем партнере.

Одна девушка на собственном опыте поняла, к чему приводит чрезмерное внимание к негативным чертам партнера. Около года у нее были бурные отношения с молодым человеком, за это время они расставались четыре раза. Она понимала: что-то постоянно было не так, но продолжала встречаться с ним, убеждая себя, он «тот самый». Девушка надеялась, что партнер изменится и начнет вести себя согласно ее ожиданиям. В разговоре с лучшей подругой она дала себе слово, что последит за поведением своего партнера. Если улучшений не будет, она порвет с ним навсегда. На следующий день парень сообщил, что расстанется с ней, она недостаточно хороша для него. Критикуя, придираясь и пытаясь изменить партнера, девушка получила то же самое в ответ, и отношениям пришел конец.

Исследования взаимоотношений демонстрируют поразительную статистику. Они показали, что на любую критику в адрес партнера, мысленную или словесную, должно приходиться 10 позитивных мыслей, и тогда отношения будут процветать. Если этих слов меньше, союз начинает рушиться. Такой брак с большой вероятностью закончится разводом.

Ни одни отношения не идеальны, но если вы найдете 10 плюсов на одно критическое замечание, встанете на верный путь: научитесь ценить партнера таким, какой он есть. Разве вам не хочется, чтобы близкие любили вас настоящего?

В качестве эксперимента попробуйте оценить свои несовершенные отношения, думая о них позитивно и принимая партнера таким, какой он есть. Если вы понимаете, что критикуете или придираетесь, попробуйте найти в партнере 10 положительных качеств. Оценивая свои отношения, думайте о них с теплом, даже если они далеки от совершенства, и вы заметите, как

они улучшаются чудесным образом. Даже если вас устраивают все текущие отношения, этот эксперимент поможет им стать еще лучше.

Тайна романтики

Когда речь заходит о романтике, люди тратят бесчисленное количество времени и денег на поиски партнера и приложения для знакомств, пытаясь найти идеального человека. Однако единственный настоящий сервис подбора партнера – это Закон притяжения, и все, что вам нужно делать, просто думать и говорить о желаемых отношениях. Представьте все, что вам хотелось бы видеть в партнере, каждое его качество, а затем сядьте поудобнее, расслабьтесь и отдайтесь Вселенной. Позвольте ей привести к вам вашего идеального спутника и сблизить вас с ним.

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.