

Геннадий Павленко

Вспомнить всё и себя, и свою жизнь, и своё призвание



Геннадий Павленко

Вспомнить всё: и себя, и свою жизнь, и своё призвание

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69567217

SelfPub; 2023

Аннотация

Кто вы и для чего пришли в этот мир? Вы делаете то, что действительно хотите, или то, чего от вас ждут окружающие? Эта книга-игра от психолога-практика Геннадия Павленко поможет найти путь к себе, разобраться в истинных желаниях и обрести гармонию. Она не раздаёт рекомендации и советы, не учит, как вам жить, а помогает пробудиться ото сна и повернуться лицом к себе. Предложенная методика испытана временем: книга выдержала 14 переизданий, обрела более миллиона читателей и получила тысячи отзывов людей, которые смогли изменить свою жизнь.

Содержание

Введение	4
Глава 1. Вспомни... и получай удовольствие!	11
Призвание как стиль жизни	
Путешествие с произвольным маршрутом	14
Интуиция — ваш источник «живой воды»	21
Глава 2. Представь себя Богом, или Побег из темницы Ума	30
Чего Я хотел от мира. Монолог Бога	37
Сказка-медитация о джинне	47
Глава 3. Хочешь быть собой — нарушай правила! Немного о вреде воспитания	57
Любовь-чувство и любовь-действие	72
Глава 4. Твоя жизнь, твоя смерть — твой выбор.	74
О привычных вопросах и непривычных ответах	
Конец ознакомительного фрагмента.	77

Геннадий Павленко

Вспомнить всё: и себя, и свою жизнь, и своё призвание

Введение

Дорогие мои читатели, я научу вас правильно мечтать! Да, да, уже вижу ваши снисходительные усмешки: «Вот спасибо, порадовал! Научил бы лучше побольше денег зарабатывать! Желательно, без лишних усилий». Открою вам один секрет: это одно и то же. Почему мы так любим противопоставлять мечту и «суровую реальность»? Мечта – это грандиозная цель. И именно это пугает людей. Они считают, что надо много и трудно работать, чтобы чего-то достичь. Это все ерунда, заблуждения. Когда я слышу от кого-то слова: вот, я много трудился, чтобы получить ЭТО, – я осознаю, что он занимается не своим делом. Он реализует не свои мечты и достигает не свои цели. Этот человек живет не свою жизнь, и у него нет повода для истинной гордости. Да, он получил то, что в обществе считается престижным. Ну и что?

Я расскажу вам, как найти свой путь, вернее, помогу вам

вспомнить о нем. Зачем? А затем, что ваш путь «включает» ваши уникальные и бесценные таланты. Когда вы живете «в свою сторону», ваши дарования начинают развиваться с космической скоростью и вам не надо для этого ничего делать. Все происходит само собой. В вашу жизнь приходят нужные вам люди, которые помогают двигаться вперед. Деньги появляются сами собой, не требуя никаких действий с вашей стороны. Жизнь начинает помогать вам, потому что вы нашли себя, свой путь, свое призвание. Жизнь, то есть мир, созданный вами, откликается, входит с вами в резонанс и начинает помогать вам. Вы становитесь Победителем!

«Ну-у, это подходит только молодым. Идти много лет по одной дороге и вдруг, ни с того ни с сего «перескочить» на другую — слишком рискованно, можно запросто потерять то небольшое, что имеешь». Это нормальная реакция! Нужно быть круглым дураком, чтобы не счесть эти опасения обоснованными.

Ведь, действительно, если всю жизнь человек работал бухгалтером и вжился в эту роль, то когда он видит себя, например, актером, первая мысль какая? Правильно: «Это не про меня! Это не я! Я себя таким – не вижу!» И поскорее забыть. Наверняка у кого-то еще были такие моменты. Ведь были же, правда?

Так вот, в этой книге вам предлагается курс, работая по которому, вы наверняка увидите себя совершенно в других жизненных ролях, кардинально отличающихся от тех, в ко-

торых вы живете сейчас. Здесь самое главное – не торопиться отвергать эти идеи. Ведь то, что вы не представляете себя таким, не значит, что вы таким быть не можете. История знает множество примеров, когда люди круто меняли свою жизнь и начинали заниматься тем, чем не занимались никогда. При этом, конечно, меняется и окружение, частенько и место жительства, и, естественно, работа.

Не надо пугаться того, что к вам приходит. Откуда вы знаете, что у вас это не получится? Вы пробовали?

Ограничивающие идеи, «встроенные» в вас обществом или другими людьми, сковывают ваши таланты, способности и интуицию и ограничивают вас, делая зависимым человеком. Другими словами, Ваш Ум — ваша темница. Наша с вами цель — избавиться от оков Ума, в которые нас заключило общество, и в которых мы пребываем с раннего детства. Что для этого нужно сделать? А вот что:

1. Прочтите расслабленно и безоценочно эту книгу. Внимательно, значит вдумчиво, вчитываясь в каждую фразу. Безоценочно – значит, не пропуская тексты через свой Ум, а пропуская текст сквозь себя, как воду сквозь дуршлаг с золотоносной породой. Порода уйдет, золото останется.

Главы этой книги – это мощные медитации, читая которые, вы уже меняетесь. Ядро текста взаимодействует с вашим подсознанием, и они вместе вырабатывают новые жизненные принципы, такие принципы, которые дают вам свободы во много крат больше, чем сейчас ее дает вам ваш Ум.

2. Прочитав первую часть книги, вы начнете заниматься по курсу «Вспомнить все: и себя, и свою жизнь и свое призвание» (он здесь же, во второй части). Главная задача курса — помочь вам осознать власть Ума над вами и выйти из под нее, став тем, кем вы решили быть, дать вам возможность осознать себя, свое призвание, услышать свою интуицию и освободить свои таланты, данные еще до рождения. Курс — это набор упражнений, цель которых подготовить ваше восприятие к встрече с Интуицией. Поэтому любое ваше действие приносит результат, пусть даже Вы его не осознаете.

Вам не надо больше искать свои мечты, не надо искать свою жизнь, не надо искать самого себя. Вам достаточно лишь *вспомнить* свои мечтания, а следом придет осознание самого себя, только и всего. Согласитесь, вспомнить — это гораздо легче, чем найти. Оставьте свои «умные» мысли. Станьте Без-Умным, как в детстве. Ведь в детстве вы не сомневались, что взрослые могут получить все, что захотят? А зачем сомневаться в себе сейчас? На самом деле, сомневаетесь в себе не вы, а ваши мысли о вас. А ваши мысли — это не вы, а ваш Ум, а вы и Ум не одно и то же, даже если до последнего момента вы считали, что все совсем наоборот...

В своей книге я не «учу вас жизни». Я просто делюсь своим опытом для того, чтобы вы осознали простую вещь — каждый может вспомнить свое призвание, даже если идет к этому уже давно.

Наш курс не предполагает борьбы *против* чего-то. Мы ни-

чего не разрушаем. Наш подход созидательный. Вы строите новое на основе старого, изменяя старое, трансформируя его. Это мирный подход.

Предвижу вопрос: а надолго ли затянется это строительство? Отвечу: у меня есть знакомые, которые занимаются этим, наверное, интересным делом, годами и еще ничего не нашли. Когда я говорю им, что вспомнил свое призвание за полгода, они делают большие глаза, энергично гоняют ветер руками и говорят: «Да ты что! Не верю!» Или: «Ты всегда его знал, просто скрывал он нас». И какие бы я аргументы ни приводил, ни один не срабатывал.

Я долго мучался вопросом: почему у меня не получается убедить его (или ее)? И наконец я пришел к одной очень простой и освобождающей идее: **тот, кто годами занимается духовными поисками, часто не хочет ничего найти. Ему нравится процесс поиска. Результат для него не важен!**

Но мы-то с вами хотим найти, не так ли?

Хочу сразу предупредить, что в вашей жизни в результате прохождения курса многое изменится. Вам начнут сниться необычные сны и приходиться в голову интересные идеи. В вашей жизни начнут появляться нужные люди и книги. Не удивляйтесь, если вам предложат сменить работу или заняться чем-то новым.

Спокойно относитесь к восстановлению здоровья, нормализации сна и психоэмоционального состояния. Это есте-

ственные явления. Сила интуиции и приближение к своему призванию дают приказ вашему организму приготовиться к богатой, насыщенной жизни, и он с удовольствием откликнется на этот призыв. Слово – это мощная энергия. А идея, полученная в подходящий момент, может изменить всю вашу жизнь. Вы готовы?

Наше путешествие будет похоже на прогулку без цели, совершаемую ради самой прогулки и удовольствия от нее. Но в какой-то момент, когда мы обогнем очередной мысок леса, вы увидите белоснежный замок, вздымающий свои шпили в небо, украшенный разноцветными флагами, сверкающий тысячами окон, трубящий в горны и тараторящий в барабаны. А когда вы подойдете поближе, вы осознаете, что этот замок – ваш. Вы пришли в свой домой, возвратились из далеких и неприветливых стран, куда вас забросил злой Чародей – Ум. Глядя на высокие и тонкие шпили замка, вы увидите окошко на самом верху, и слезы навернутся на ваши глаза. За этим окном комната, где прошло ваше детство, и где рождались самые смелые мечты. Вы въедете в ворота своего замка, и начнется пир на весь мир. Еще бы, вы вернулись домой!

Отправляясь в этот путь, вы, прежде всего, замените в своих мыслях нудные слова «надо» и «должен» на волшебное слово «ХОЧУ». Ведь вы свободный Человек! А как свободный Человек может быть кому-то что-то *должен*? Свободному Человеку ничего не *надо* делать. Он делает только то, что хочет, и получает от этого удовольствие. Именно этим

я и предлагаю заняться вам, уважаемый читатель!

Глава 1. Вспомни... и получай удовольствие!

Призвание как стиль жизни

Как-то днем, идя по дороге неизвестно откуда и неизвестно куда, человек, палимый полуденным солнцем, увидел слева от себя прекрасный, благоухающий сад. Он, конечно же, сразу вошел в него и растянулся под самым тенистым деревом. Это была яблоня. Он сорвал спелое, сочное яблоко, висящее прямо над ним, и с наслаждением схрумкал его. О, какое это было наслаждение!

Так как он не помнил, откуда и куда шел, то решил, что этот сад — лучшее место, где он мог бы жить. Он нашел хозяина сада и устроился работать садовником.

С утра до вечера он пропалывал сорняки, удобрял и поливал деревья, собирал яблоки и обрезал сухие ветки. Эта работа полностью завладел им. Он уже не обращал внимания на тенистые полянки, на сочные красные яблоки и на журчащий в глубине сада ручей.

Сам сад был так огромен, что человек еще ни разу не был не другом его краю. Мало того, что он не был там, он даже не представлял, где находится этот край. А поскольку человек этот был любопытен, как и большинство людей, он решил узнать, насколько сад велик, взобравшись на большую

гору, возвышавшуюся неподалеку.

В один из дней он сказал хозяину, что хочет отдохнуть, собрал небольшую котомку и приступил к восхождению. Путь к вершине, как это обычно бывает, оказался не таким коротким, как казалось при взгляде снизу, поэтому он карабкался и карабкался, а гора все не кончалась и не кончалась...

Однако любой путь имеет конец, поэтому человек, весь поглощенный восхождением, вспотевший и уставший, неожиданно для себя оказался на вершине.

Он обтер потное лицо подолом рубахи и огляделся по сторонам, в надежде увидеть свой сад, но увидел лишь серые клочья тумана, плававшие вокруг. Гора оказалась так высока, что ее верхушка ныряла прямо в серые облака, скрывавшие в тот день небо.

«Ну вот, – подумал человек, – так всегда. Надеешься на одно, а получаешь другое. Видимо сегодня не судьба...» И он уселся на камень, чтобы отдохнуть перед спуском, который, как известно, бывает порой труднее восхождения.

Человек сидел, уставившись на проплывающие мимо туманные «горы». Вдруг он заметил, что облака потихоньку рассеиваются. Это был всего лишь утренний туман, который задержался на вершине. Прошло еще немного времени, и перед ним раскинулась зеленая долина с блестящей и извивающейся полоской реки. Ровные квадратики полей перемежались с зелеными островками лесов, украшенными круглыми,

блестящими под солнцем блюдцами озер.

«Где же мой сад?» – подумал человек, рассматривая эту яркую мозаику. Но сколько он ни вглядывался в ее разноцветные кусочки, свой сад он так и не нашел. Слишком много было вокруг других садов и полей, рек и озер... Да, если говорить откровенно, человеку и не хотелось его искать. Слишком много красот привлекало его взгляд.

Он спустился с горы с другой стороны, и пошел по дороге, которую высмотрел сверху. Ему предстояло пройти вдоль реки, приблизившись к какому-то городу, и отправиться дальше, через большую зеленую рощу к озеру с впадавшей в него рекой. Он шел и широко улыбался. Ведь теперь он знал, куда идет, и помнил откуда...

Путешествие с произвольным маршрутом

Часто люди в поисках своего призвания вот так поднимаются на гору, имея внутреннее намерение выбрать какое-то конкретное место и отправиться туда. Им хочется чего-то определенного, понятного, четкого. Люди хотят иметь в жизни конкретную цель, такую же четкую, какая есть, скажем, при походе в магазин за солью. Человек идет и знает, что ему нужно и зачем.

Часто такой «поход в магазин за солью» (выращивание кабачков на огороде, работу бухгалтером в маленькой конторе и т.п.) люди называют любимым делом и поднимаются на гору, чтобы найти именно его. На мой взгляд, поиск своего дела — достаточно бессмысленное занятие. Объясню почему: соль нужна для варки супа, а суп — для того, чтобы его съесть, набраться сил и перейти к следующему занятию. Заниматься только закупкой соли было бы бессмысленно.

Да, когда соли нет, за ней сходить нужно (супа-то хочется), но, когда натаскаешь ее полные закрома, желание еще раз сходить в магазин, понятное дело, пропадает. Зачем?

Призвание — это направление движения вперед, но не дорога в конкретный, пусть и прекрасный сад. Движение вперед не имеет конца, ведь мир бесконечен. Путь же к саду заканчивается там, где начинается сад. После того, как сад на-

доест, вам захочется чего-то еще, опять появится неудовлетворенность, и снова надо будет лезть на гору, чтобы найти следующий сад.

Именно такая жизнь похожа на тельняшку. Сегодня черная полоса, а завтра — белая. Сегодня я доволен жизнью, а завтра мне все надоест.

Так, любое дело ради получения прибыли привлекательно тогда, когда в кармане гуляет ветер. Но когда карман полон, оно становится бессмысленным занятием, даже если когда-то казалось вам любимым. Хочется чего-то большего... Важного... Ценного не только для тебя, но и для других людей. Хочется быть полезным людям. Хочется **признания**. Хочется, чтобы тебя ценили за то, что ты делал для людей что-то уникальное и очень нужное им, потому что с ЭТИМ им легче жить...

Чтобы жизнь была радостью каждый день, стоит, поднявшись на гору, выбрать общее направление движения вперед, определив при этом для себя ближайшие пункты, в которые хочется завернуть. Зачем ограничивать себя планом движения на всю жизнь? Наши желания непредсказуемы. Где гарантия, что у выбранного вами сегодня прозрачного озера завтра не обнаружится неприятное илистое дно?

Глядя с горы вдаль, мы определяемся лишь с общим направлением и говорим себе: «Я хочу во-о-он туда, где виднеется что-то большое и блестящее... Во весь горизонт... Мо-

жет быть, это море. Я хочу пойти туда, нарисовать его, а потом прийти и показать людям, чтобы они знали, что море есть. По пути я заверну вот сюда и сюда, а дальше будет видно...». Вполне возможно, что вы передумаете по пути заходить в какое-то конкретное место, а выберете совершенно другое. Но общее направление движения останется – вы идете к морю.

Может быть, вы и не достигнете моря. Оно очень далеко. Но, идя к нему, вы будете знать, куда идете, а по пути сможете останавливаться в разных местах, рисовать их и показывать людям, рассказывая о мире, в котором они живут.

Вы можете пойти не к морю, а, например, в долину, чтобы перенять у людей, живущих там, их способ приготовления пищи. Эта долина очень далеко, и вы, возможно, до нее не доберетесь — не хватит времени жизни. Но по пути вы будете во всех селениях обмениваться опытом приготовления пищи, и в каждое новое селение вы будете приходить все более и более интересным человеком. Ведь вы знаете столько способов вкусно приготовить бобы! И вы будете учить людей разным способам приготовления блюд из бобов, а люди будут благодарить вас. Ваш путь никогда не будет путем бедного скитальца. Вас везде будут ждать.

Замечаете, как в таком подходе соединяется и личный интерес и польза для мира? Вы идете туда, куда хочется идти вам, по пути делаете то, что интересно вам, а результаты своего увлечения вы дарите людям, а они, в ответ, одаривают

чем-то вас.

При этом совсем не обязательно всю жизнь заниматься исключительно приготовлением бобов. Возможно, вы захотите научиться плести корзины и вы, путешествуя в интересном вам направлении, начнете учиться разным способам плетения корзин, и опять ваша ценность для окружающих будет повышаться с каждым вновь узнанным способом.

В нашем рассуждении путешествие куда-то – это лишь метафора жизни в призвании. Путешествие – это движение в выбранном направлении. Этапы путешествия – это разные дела, которыми вам хочется заниматься. И все эти дела позволяют двигаться в привлекательную для вас сторону. В жизни может быть много любимых дел, и каждое из них позволяет делать следующее так, как его не делает никто, то есть быть уникальным.

Призвание – это тот стиль жизни, который вам по нраву, по душе. Вы используете свои уникальные таланты и способности и получаете от этого истинное наслаждение. Это и есть призвание.

Однако, согласитесь, фраза «для меня важно, чтобы люди начинали двигаться и становились завтра счастливее, чем сегодня...» несколько расплывчата и практически не ставит четких целей. Здесь указано лишь очень общее направление. Давайте попытаемся определить его более точно.

Как же выбрать свое направление, как определить, в какую сторону идти и куда по пути стоит завернуть? Исходя из

своих предпочтений, то есть из того, что в жизни нравится, к чему влечет, что вдохновляет. Ведь ваши таланты и способности вынуждают вас дергаться из стороны в сторону, неудовлетворенно вглядываясь в свою жизнь и вопрошая: «Так чего же я хочу?!» Когда чешется спина, не успокойсья, пока не почешешь. Таланты, если их не используют, создают такой зуд, что жизнь становится сплошным «чуханием» об углы, но зуд при этом не проходит. Унять его можно только используя свои таланты и способности! Например, если вам нравится общаться с людьми и вам важно, что после такого общения людям становится легче на душе – это и есть общее направление вашей жизни. Оно не выражено в словах, но принцип осознать можно: для вас важно, чтобы людям жилось легче. Не правда ли, слишком общие слова, чтобы сделать из них какое-то дело?

Да, это так. Но эти слова задают направление движения. Какое дело может позволить реализовывать ваше желание помогать людям?

О, множество дел! Например, журналистика (помните, это лишь пример, вам он может не подойти). Представьте, что вы пишете статьи о событиях в мире, и, читая эти статьи, люди понимают, что мир красив и они красивы, и от этого осознания им становится легче на душе.

Значит ли это то, что вам надо всю жизнь заниматься журналистикой? Конечно, нет. Через некоторое время вам это может надоест (а может, и нет, и вы дальше будете оттачи-

вать свое мастерство — это зависит от особенностей вашего характера), и вам захочется стать актером, чтобы, общаясь с людьми со сцены, дарить им радость. Вы дарите радость, и людям живется легче.

Затем вам надоест и актерская жизнь (или вас не устроит размер денежной благодарности), и захочется вам заняться, например, каким-то делом в Интернете. Просто захочется сделать что-то в Сети, чтобы это и деньги вам приносило, и людям легче жить было. Вы берете свои ресурсы, журналистские умения и актерское мастерство, а значит, и знание режиссуры, то есть изнанки любого художественного произведения, складываете их и делаете проект, например, литературный, где вы пишете для людей, а они читают ваши рассказы и им становится легче на душе. Часть рассказов вы делаете платными и получаете благодарность в денежном выражении. Через некоторое время вам это надоедает и вы... И так далее, и так далее, и так далее...

Таким образом вы, двигаясь в своем направлении и при этом помогая людям быть счастливыми, накапливаете уникальный объем знаний и умений и становитесь все более и более ценным для окружающих человеком. Ведь все эти знания и умения перетекают одно в другое, складываются и умножают друг друга, в результате рождая уникальные проекты, которые и становятся выражением вашей подлинной сути. И все эти проекты связаны одной общей нитью — вы делаете то, что помогает людям жить легче и быть более счаст-

ливыми и свободными.

Другими словами, **призвание — это общее направление жизни, которое определяется вашим желанием делать что-то для людей.**

И все же, как быть с конкретикой в призвании? Именно на этом многие люди спотыкаются. Им хочется иметь четкие цели, знать, что делать и когда, а пока звучат лишь общие, пусть и красивые слова.

И тут самое главное – не суетиться, не дергаться и не махать расстроенно руками. Все хорошо. Все нормально. Так и должно быть.

После осознания призвания начинается следующий этап — этап выработки целей, которые позволяют это призвание реализовать, поиск реального дела, которое тебе по душе. А найти это дело можно только отталкиваясь от общего направления.

Интуиция — ваш источник «живой воды»

Мой друг – хороший человек. Ему 30 лет, занимается бизнесом, и весьма успешно. Год назад купил отличную квартиру. Отдыхать ездит по всей Европе. Увлекается серфингом (кстати, весьма дорогое увлечение). Жена – красавица, умница-женщина, скоро родится дочка. Перспективы в бизнесе – грандиозные.

Странно одно: почему-то он недоволен жизнью, душа у него, видите ли, не на месте. Вот его слова, почти дословно: «Я не понимаю, нафиг мне все это надо?! Нет, ребенка, конечно, на ноги надо ставить и все такое... Но зачем?! Ведь это еще лет 25 моей жизни. А я уже и так задолбался! С утра до вечера одно и то же. Вон, товарищ у меня, в принципе – никто и звать его никак, дал объявление в Интернете, что умеет кататься на серфе, управлять катером и вообще закончил мореходку. Сейчас уже на Мальдивских островах учит туристов кататься на серфе. Вот кайф! Целый день занимается тем, чем ему нравится – катается! Блин...»

У меня есть ощущение, что большинство жизненных неудач, множество житейских разочарований в себе, а потом в людях и жизни, постоянная борьба с самим собой происходят из отсутствия у человека ответов на важнейшие вопросы: кто Я? Зачем я живу? Зачем я нужен этому миру?

Люди убеждают себя, что жить ради семьи, ради того, чтобы дети поднялись на ноги, ради любимых – это единственно верный путь. Они находят причину своей жизни в ком-то, но не в себе, то есть, живут ради кого-то, но не ради себя.

Такие люди занимаются работой, которая, в принципе, им не нужна и не по душе. Работают ради денег, чтобы не умереть с голоду, или занимаются бизнесом ради поддержания «общественно-крутого» уровня жизни.

Они находят в своей деятельности приятные моменты и доказывают всем, что у них все хорошо. Зачем доказывают? Чтобы скрыть от самих себя зияющую пустоту отсутствия ответов на вопросы: кто Я? Зачем я живу? Неужели только ради того, чтобы дать жизнь себе подобным и однажды умереть?! И это все?! Я не верю, что смысл моей жизни только в этом, – говорят они. «В чем смысл моей жизни?» – вот тот вопрос, который гложет их изнутри и растет подобно раковой опухоли.

Кстати, рак, как правило, появляется, когда у человека нет ответа на вопрос: «Зачем я живу?» У женщин такое часто случается после ухода детей из дома во взрослую жизнь или после смерти мужа.

Задаваясь вопросом о смысле жизни, важно отделять «зерна от плевел». Зачем нам ответ на вечный философский вопрос: что делать с человечеством и зачем оно есть? Нас интересует ответ на вопрос о себе: что мне делать с собой и зачем я есть? И тут важно, чтобы смысл жизни был так же

понятен, как смысл ежедневного похода в магазин. В магазине ты покупаешь хлеб, чтобы намазать бутерброд и позавтракать. Живешь ты для того, чтобы...

Зачем ты живешь?

Можно прочитать гору умных и захватывающих книг и найти множество ответов, которые дадут тебе идеи смысла твоей жизни. И некоторые из этих идей будут такими притягательными, что желание жить именно так станет жизнеобrazующим желанием, и твоя жизнь начнет меняться.

Как ты узнал, что это твой ответ?

Каждый день на нас насаждает множество идей, рожденных другими людьми. Какое будущее ждет все человечество, как нам обустроить Россию, какова роль каждого человека в обществе и т.д. и т.п. Каждый день, каждый час, каждую минуту с экранов, страниц и из динамиков на нас изливаются чужие идеи. Некоторые из них мы отвергаем сразу, некоторые «примеряем» и оставляем на потом, но встречаются мысли, которые почти сразу мы делаем своими. Они укореняются в нас и прорастают так, что через некоторое время нам кажется, что мы всегда так думали.

Но откуда ты знаешь, что твои мысли — действительно твои?

Практически все в наших мозгах – не наше. Все наши мысли, идеи и слова о себе, заимствованы где-то, у кого-то и когда-то. Если идея не пришла из пустоты, из интуиции, из ниоткуда, безо всякой причины и следствия, то, скорее

всего, она возникла на основе услышанного, увиденного или прочитанного.

Черпать знания о себе от других людей, то же самое, что пить воду из-под крана, когда рядом журчит кристальная вода горного ручья. Вода из крана – искусственная, мертвая вода. Вода родника – вода живая, природная. Мысли других людей – мертвые для вас мысли. Они живые для тех людей, которые их родили, но не для вас. Ваши идеи о себе могут быть получены только из источника, находящегося внутри вас.

Ответ на вопрос «Кто Я и зачем Я живу?» можно получить только из источника интуиции или вспомнить, что практически одно и то же. Почему одно и то же? Интуиция открывает вам доступ к истине, которая всегда есть в вас, но обычным, умственным методам познания она недоступна. Не может Ум охватить всю грандиозность приходящих к вам интуитивных ответов. Ведь эти ответы в новинку для него, а новинок Ум не любит, поэтому отвергает.

Идеи, приходящие от интуиции – это ваши воспоминания о той истине, которую вы знали когда-то, но затем забыли в суете жизни. Когда знали? Когда еще не родились на свет. Интуиция – это не получение нового. Интуиция – это вспоминание давно известного. Ты знаешь все, осталось только вспомнить.

Почему нельзя «найти» ответ на жизненно важный во-

прос? А как ты узнаешь, что нашел именно то, что искал?

Как ты узнаешь, что нашел?

Искать – не значит найти. Поиск ответа – это перебирание имеющихся у тебя вариантов ответов и выборка по каким-то критериям нужного варианта. Но как узнать, который из них нужный? А вдруг это всего лишь вычитанная где-то идея, которая тебе понравилась тем, что она перекликается с чем-то, вычитанным тобой еще раньше? Где гарантия, что она является отражением твоей Истинной Божественной Сути?

Вспоминать – значит возобновлять в памяти, возвращаться к давно известному. Согласись, это отличается от «искать». Само понятие «вспомнить», означает, что у тебя вспоминаемое есть, просто сейчас ты не имеешь доступа к этому воспоминанию.

Но, когда ты вспоминаешь что-то, как ты узнаёшь, что вспомнил именно то, что хотел?

Ты это чувствуешь. Когда ты вспоминаешь, ты даешь возможность давно известному появиться у тебя в сознании из бессознательного, где оно было до этого. И когда искомое вспоминается, то есть приходит в сознание, осознается, ты точно знаешь – ЭТО ОНО!

Вспомнить, кто ты есть и зачем ты живешь, означает осознать то, что ты уже знал...

А когда ты знал, кто ты есть и зачем живешь?

Кто ты есть и в чем смысл твоей жизни ты знал еще до своего рождения. Ведь именно эта идея — «Я буду вот кем,

и смысл моей жизни будет вот в чем!» — была той силой, которая сделала тебя Живым!

Ты вспомнишь то, ради чего когда-то выбрал быть живым именно в этом теле, в это время, в этой стране, у этих родителей. И когда ты вспомнишь, ты почувствуешь, что ошибки здесь нет. Это знание именно то, что ты хотел вспомнить!

Вспомнить, кто ты есть, означает увидеть и услышать свою идею о том, как и чем ты хотел себя развлекать в этом мире. Это означает вспомнить свое желание, которое когда-то подвигло тебя стать живым. Вспомнить, кто ты есть – значит почувствовать желание жить и получать удовольствие от жизни. Это основной критерий того, что ты вспомнил правильно. Это похоже на желание заняться сексом: ты хочешь именно секса, и у тебя нет сомнений в том, что ты хочешь чего-то другого.

Ты чувствуешь желание получить удовольствие, и ты знаешь, каким образом ты это удовольствие будешь получать. Ты можешь увидеть свои руки на теле женщины (или мужчины), ты можешь даже мысленно понюхать ее(его) и дотронуться до кожи, ты уже слышишь стоны истомы и неги. И ты знаешь, что ты хочешь секса. Ты можешь ошибиться в своих желаниях? Нет. Ты можешь только замешкаться в выборе.

Знать свое призвание означает четко и громко представлять себе, каким образом ты хочешь получать удовольствие от жизни. Вспомнить свое призва-

ние, значит, осознать свою идею о том, каким образом ты хотел доставить себе удовольствие, когда выбрал быть живым.

Почему именно удовольствие? Это просто. Представь, что у тебя есть выбор, каким из двух дел заняться. Оба дела не обязательны.

Как ты будешь выбирать, что будешь сейчас делать?

По простому критерию: что больше нравится, то есть, какое дело приносит больше удовольствия. Если бы ты захотел стать живым, и у тебя была бы возможность дать себе талантов и способностей, какие бы таланты ты в себя вложил? Те, использование которых позволило бы тебе получить от жизни как можно больше удовольствия. Неужели ты мог бы выбрать себе другую жизнь? Жизнь, в которой ты бы мучался и страдал? Зачем?

Вспомнить свое призвание – значит осознать, какие в тебе есть таланты и способности, использование которых принесет удовольствие от жизни и позволит стать самым успешным в той области, в которой ты получаешь это удовольствие.

И тут не важно, с какой стороны начинать: осознавать, какие есть у тебя таланты и способности или находить то дело, которое позволит тебе эти таланты и способности использовать наилучшим образом. В любом случае придешь ты к одному ответу: «Я выбрал быть живым для того, чтобы полу-

чать удовольствие от жизни, используя вот такие свои таланты и способности, и делать с их помощью вот такие дела. Итогом моей жизни может быть вот это. А я — вот кто!»

Так почему и зачем ты решил стать живым?

Если вы ответили себе на этот вопрос прямо сейчас, поздравляю — вы уже все получили. Можете начинать жить так, как когда-то загадывали. Если ответа еще нет, то, возможно, вам стоит дочитать эту книгу до конца и пройти курс **«Вспомнить все: и себя, и свою жизнь и свое призвание»**, первая часть которого представлена в этой книге.

Хочу сразу предупредить вас, дорогой читатель и потенциальный участник курса: **курс и эта книга могут изменить Вашу жизнь. Вы к этому готовы?**

Осознание своего призвания частенько меняет жизнь человека на 180 градусов. Люди разводятся, меняют работу, место жительства, круг общения, начинают заниматься тем, чем никогда не занимались, соответственно, им приходится приобретать новые навыки, о которых они ранее даже и не задумывались. Этот курс внесет очень серьезные изменения в вашу жизнь. Вам это надо? Хорошенько подумайте, прежде чем начинать. С самого начала курса в вас начнет все сильнее и сильнее проявляться доселе скрытое внутреннее противоречие, которое день за днем терзает вас. Его можно сформулировать примерно так:

Мне хочется жить как-то по-другому, не так, как сейчас, и потому я хочу узнать, как мне хочется жить.

Но если я это узнаю, то, возможно, окажется, что я действительно живу не так, как мне следовало бы, и мне надо будет все менять. А перемен я очень хочу/не хочу (подходящий вариант ответа выбираете вы сами).

В конце концов, вы окажетесь в точке выбора: или убедить себя в том, что ваши идеи о своей возможной жизни – это просто глупости, или реально начать менять свою жизнь. Вы к этому готовы?

Глава 2. Представь себя Богом, или *Побег из темницы Ума*

Уважаемый читатель, надеюсь, вы не обидитесь, если я позволю себе перейти на «ты»? Взаимно, разумеется! Ведь так или иначе когда-то мы перестанем «выкаты», а начнем общаться по-дружески, все больше сближаясь. Почему бы не начать сближение прямо сейчас?

Так вот, мой дорогой друг, когда ты с помощью этой книги вспомнишь свою судьбу и свое призвание, у тебя появится ВСЁ: деньги, слава, любовь, спокойствие. Ты удивлен? Тебе смешно? Не веришь? Правильно, для человека, живущего не своей жизнью, недоверие — нормальное чувство. Хочешь избавиться от него? Тогда представь, что ты — Бог. Ты — само Совершенство. Ты можешь все. Для тебя не существует «не могу» и «надо». Для тебя есть только «ХОЧУ» и «ДА БУДЕТ ТАК». Ты делаешь только то, что хочешь делать, потому что тебе ничего не надо делать вынужденно.

Ты ничего не боишься, потому что ты — Всемогущ. Ничто тебе не может угрожать, потому что все создано тобой. Ты вообще не знаешь, что такое страх. Нет нигде во времени пространстве, за ними и над ними ничего, что могло бы угрожать тебе.

Ты ни в чем не нуждаешься, потому что все создаешь сам.

Стоит тебе захотеть, и в пустоте возникает то, что ты захотел создать. Галактика или атом, планета или камень, звездная пыль или бокал вина – ты все можешь создать одним движением своей мысли.

Ты тотально всемогущ. Полностью. Всецело.

Каким будет твое существование? Чем ты будешь развлекать себя? Да, да – именно развлекать, потому что заботиться тебе ни о чем не требуется. Все твои творения уникальны, совершенны, гармоничны и красивы. Тебя окружает красота. Ты сам – Красота. Как ты будешь существовать?

Ты будешь праздновать свое существование. Ты будешь праздновать себя. Ты будешь праздновать все сущее, потому что все это создано тобой. Каждый миг твоей жизни наполнен радостью и счастьем. Для тебя это естественно, как естественно дышать для человека. Это твое нормальное состояние. Ты сам радость и счастье. Ты – Праздник.

Ты – Праздник Жизни.

А самое главное, ты наполнен любовью. Ведь все окружающее создано тобой, все красиво, в любом атоме есть частичка тебя, и ты просто любишь все окружающее тебя. А как иначе? Иначе и быть не может. Ты Всемогущ, и ты не стал бы жить в мире, где существует хоть что-то неприемлемое для тебя. Ты бы это сразу исправил, заменил, улучшил и сделал любимым.

Акт Творения для тебя – это акт любви. Он заключается в

следующем: ты берешь пустоту и направляешь туда свою любовь. Любовь – это энергия. И эта энергия является первоэлементом для всего остального. И все остальное мгновенно возникает в пустоте во всем многообразии форм и веществ. Миг – и в пустоте во всей своей красе появилось твое творение.

Ты создаешь все из ничего. И сам ты все и ничто. Ты можешь все, что захочешь, и поэтому ты – Бог.

Если говорить о тебе, как о Существо, то первое, что стоило бы отметить с человеческой точки зрения – у тебя нет ума. Ты сразу, тотально видишь то, что тебе хочется создать. Ты не думаешь. Ты даже не знаешь такого слова – думать. И при этом, все создаваемое тобой – идеально. Ты – безумный Бог.

Все, что ты создаешь, ты создаешь просто так. Не потому, что это «надо», не потому, что это «должно». Тебе просто нравится эта игра. Ты играешь. Ты любишь так существовать. Это твой праздник, и он есть каждый миг, и ты не устаешь от этого праздника, потому что для тебя это так же естественно, как для человека дышать.

Ты играешь, и тебе это нравится. Это твоя Жизнь.

В один прекрасный миг ты решил создать Творение, которое было бы не только тобой, но и собой. Ты захотел наделять его самосознанием. Никогда еще ты не делал ничего подобного. И осознание уникальности и новизны этой идеи привело тебя в столь радостное состояние духа, что ты, и без

того всегда пребывающий в радости и любви, даже запел, и в такт твоей песне закружились и засверкали Вселенные и Галактики. Все Сущее радовалось, предчувствуя приход уникального Творения – Человека.

И как только идея родилась, у тебя сразу же возникла общая картина будущего творения, в которую ты вдохнул свою любовь, и сразу же появилась Вселенная, где находилась планета Земля с условиями, наилучшим образом соответствующими жизни твоего Творения. Ты создал идеальное место для него. Место, которое люди потом будут называть Раем.

Так как твоя форма может быть любой, ты создал творение определенной формы, такой, какая была в твоей идее. И конечно, твое творение было тобой, потому что оно состояло из твоей любви. Но у этого произведения твоего творчества была одна особенность, которой не было ни у одного из твоих прошлых творений: оно могло осознавать себя.

Человек – это осознающее себя Творение Божье.

Это Творение было частью тебя и, в то же время, чем-то еще, отличным от тебя. И, с радостью разглядывая свое Творение, ты испытывал неведомое тебе доселе чувство – родственность.

До этого момента ты не осознавал, что ты один во всем. Нет никого и ничего, что не являлось бы тобой. А тут появилось Творение, которое полностью не является тобой, но в нем есть частица тебя. И новые, родительские чувства захватили тебя. Они были для тебя новы, неожиданны, и ты про-

никся благодарностью к созданному тобой Человеку за то, что его появление вызывало в тебе такие чувства. До этого ты никогда не был родителем. И вот – стал.

Человек жил в созданном тобой мире, где для его существования было все необходимое, и не старался понять, как устроен этот мир. Человек просто праздновал жизнь так же, как и ты, и ты праздновал вместе с ним, потому что был им. Ты просто нашел себе форму, в которой хотел Быть.

Но так как творение твое оказалось самым сложным из того, что ты создавал раньше, то в какой-то момент в нем произошло незапланированное изменение. Часть Человека, которая отвечала за его жизнедеятельность, стала самостоятельной. Эта часть сейчас называется Умом.

Ум захотел понять, как устроено все сущее. Он начал изучать мир и создавать правила там, где их не было. И само установление правил нарушило гармонию. Правила создают ограничения, а гармония безгранична. И чем больше правил создавал Ум, тем больше и больше он ограничивал твою Божественность, тем меньше и меньше ты мог быть Богом, но твои способности создавать сущее еще оставались.

Ум не мог творить гармонично, потому что гармония безумна. Создавая правила, Ум создавал твою темницу, твою тюрьму, в которую он упрятал тебя. Ты стал заложником своего творения.

Ты – Плененный Бог.

Сначала Ум развлекался сам с собой, играя в логическое

описывание Мира, но потом ему стало скучно, потому что не с кем было обсудить создаваемые им правила. И Ум создал второй носитель для себя, просто раздвоив себя и создав свою точную копию. Так появился второй Ум и второй носитель ума. Само создание второго Объекта разорвало Божественную силу, и Объекты перестали быть вечными, а стали живущими. Между носителями не было еще никакой разницы. Они были просто Объектами.

Через некоторое время Ум понял свою ошибку. Он понял, что рано или поздно умрет и озадачился своим бессмертием. Для того чтобы жить вечно, он придумал систему размножения объектов, которая дала бы ему возможность перемещаться с одного объекта на другой, подобно вирусу. Ум изменил тела носителей и сделал их размножающимися. Так объекты стали разными.

Ум сразу опробовал свое изобретение и с удивлением обнаружил, что сам процесс размножения может быть еще и приятным. Через некоторое время появился третий Объект, затем четвертый и Ум придумал именовать объекты разными словами, чтобы как-то отличить их друг от друга. А различия в строении объектов он обозначил двумя словами: Мужчина и Женщина. Так появились люди, и в каждом новом человеке вирус Ума передавался с помощью воспитания от родителей к детям, от учителей к ученикам, от священников к пастве, от правителей к народу, от философов к их читателям. Ум позаботился о том, чтобы его передавали из

поколения в поколение, создав себе иллюзию бессмертия, а точнее – самовоспроизводящуюся биологическую систему с функцией передачи Вируса Ума из поколения в поколение. Так родилось Человечество.

Человечество – это следствие вторжения в тебя «вируса» Ума. Все люди вокруг тебя – это плененные Боги, только они не знают об этом.

У человечества нет никакой цели существования, потому что ты, Бог, не создавал его. Ты создал только одного Человека. Все остальное создал Ум.

Человек Божественный – бессмертен. Человек Умный – смертен. Уму непонятна бесконечность, поэтому он находит конечность там, где ее нет. В своей жизни он находит конечность и его жизнь заканчивается.

Ты в тюрьме. Твоя Тюрьма – Твой Ум. У тебя есть цель – освободиться из тюрьмы, взять власть в свои руки и тем самым воцарить в Мире гармонию и любовь.

Чего Я хотел от мира. Монолог Бога

Чтобы стать счастливыми, люди ищут свой путь, пытаются узнать, что им суждено, какая у них задача в жизни, в чем их цель или миссия. Но ничего этого нет в жизни человека. Все это придумано.

Если бы у человека был его «путь», это значило бы, что он может идти только по нему, и больше никуда. Но высшая ценность – свобода, а в таком варианте ее нет.

Судьба – определение из этой же серии. Как будто я каждому человеку предопределил его судьбу. Зачем мне это делать? Люди – это мои создания, а не инструмент для делания чего-то. Если бы мне нужно было сделать какие-то дела, мне было бы достаточно о них подумать, и они были бы сделаны. Зачем такой долгий путь? Да и неужели ты думаешь, что я создавал бы для людей такие «судьбы»? Я же люблю вас, и создавал вас любовью.

«Задачу в жизни» — это вообще смехотворно! Зачем мне ставить СЕБЕ какую-то задачу. Люди словно забыли, что я – это они. Зачем я буду себя утруждать? Ведь задача требует труда. Я создал мир, в котором все есть. Какие еще задачи?! Зачем? Я бы мог просто сделать так, чтобы люди не создавали проблем, и у них не возникало потребности «решать задачи», но тогда это были бы не свободные создания, пусть и творящие ужас, а мои роботы. А я не хочу

быть роботом. Пускай лучше я буду свободным уродом, чем хорошим роботом. У уroda есть шанс стать Человеком, а у робота...

Цель жизни – это насмешка над моим замыслом. Жизнь ради цели – это постоянное откладывание удовольствия на потом. Ведь если он не достиг цели, он не получил полного удовольствия. А цели в жизни люди себе ставят такие, что их и за сто жизней не решишь! Если бы мне нужно было бы достигнуть этих целей, я бы это сделал в одно мгновение и с помощью силы, а не с помощью человека.

Представь, Милый Друг, что все человечество живет вообще без забот и хлопот, и каждый день празднует жизнь, радуется и развлекает себя своими любимыми делами. Все люди здоровы и физически, и психологически. Разве в таком мире возможны войны, убийства и весь тот ужас, что творится сейчас? В чем причина зла? В том, что люди внутренне чувствуют, что они несвободны и живут не той жизнью, которой им хотелось бы жить, вот они и бунтуют. Но сами они не осознают, против чего бунтуют!

*У тебя нет никакой цели в жизни, и нет никакой задачи, которую тебе **надо** было бы решать. Я не предназначал тебе никакой судьбы и не прокладывал никакого пути. Единственное мое желание (я на нем не настаиваю, но хотел, чтобы оно осуществилось) — это желание, чтобы ты, Милый Мой, жил в удовольствие, радуясь каждый день.*

Я дал тебе уникальную возможность — призвание,

через которое ты можешь получать истинное удовольствие. Что это значит? У тебя есть таланты и способности, используя которые, ты будешь радоваться тому, что у тебя получается выразить свою индивидуальность наилучшим образом. Ты сможешь использовать свои способности и таланты только для того, чтобы получать от этого удовольствие.

Ну, например, Стивен Спилберг получает настоящий кайф, когда показывает свой фильм людям. А тетя Маши балдеет, когда жарит блины, она счастлива в этот момент. Если Стивена радует то, что он «покажет людям красивые движущиеся картинки...», как он сам говорит, то тетя Маша радуется, когда она может накормить блинами своих домашних. И при этом ни он, ни она ни на минуту не сомневаются в том, что они живут правильно. Ведь призвание Стивена – развлекать себя, радуя людей движущимися картинками, а призвание тети Маши – радоваться тому, что она доставляет наслаждение людям своими блинами.

Каждый из них делает то, что нравится. Они знают это точно. И если их спросить, хотели бы они себе какой-нибудь другой жизни, они наверняка ответят «нет, я живу так, как мне нравится».

И заметь, уровень жизни у них разный, а уровень счастья – один и тот же. Сейчас я открою тебе один секрет. Ты готов его услышать?

Слушай: деньги в вашем мире важны, и не правы те люди, которые говорят, что не в деньгах счастье. Деньги помогают это счастье получать. Но они приносят его тогда, когда их употребляют на следование своему призванию. И деньги человеку нужны в том количестве, которое позволит его призвание реализовать в полной мере.

Например, Стивену, чтобы сделать хороший фильм, требуется много миллионов долларов, а тете Маше – несколько рублей. Но, если она захочет печь блины не только своему семейству, а целому городу или стране, деньги в ее жизнь придут сами. Но при одном условии: если она решила печь так много блинов не ради самих денег, а ради получения максимально большого удовольствия.

Есть еще одна важная вещь, о которой я тебе хочу рассказать. **Ты должен знать: жизнь в призвании полностью исключает всякую конкуренцию. О чем это я?**

Например, сейчас тебе, чтобы устроиться на работу, надо победить в борьбе с другими претендентами. И ты, конечно, получишь кайф от победы, но это не та радость, которую ты сможешь получать от максимального использования своих талантов. Это так, мелочь.

Если ты будешь использовать свои таланты по максимуму, то результаты твоей деятельности будут уникальны. Только ты, и никто другой, сможешь сделать это именно так. Ведь каждый из вас уникален. Нет на свете двух

одинаковых людей. Поэтому на все «умные» возражения типа «если все будут поэтами, то кто кашу будет варить» я отвечаю, что кашу будет варить только тот, кому это нравится, а стихи будет писать тот, кто получает удовольствие от использования своей способности к стихосложению. И даже если в мире будет миллион поэтов, все равно конкуренции не будет, потому что каждый из них уникален и на каждого поэта найдется свой читатель, так же как на каждый сорт каши найдется свой едок.

Ведь если поэт не гонится за тем, чтобы заработать как можно больше и удивить всех тем, в какой роскоши он живет, а кашевар не стремится набить свои карманы не нужными ему деньгами, то своих почитателей хватит для каждого.

Тебе кажется невозможным такой уклад жизни? Все не могут жить так? Ну и что, все пускай живут так, как хотят, а ты будешь жить так, как хочется тебе, то есть с удовольствием. Да?

Позволь себе осознать одну простую мысль: если ты будешь делать то, что тебе нравится, реализуя свои таланты в полной мере, это даст тебе возможность быть вне конкуренции. Ты же Уникален! **Выходит, что, открывая для себя свое призвание, ты начинаешь жить в мире, где нет конкуренции, а есть только похожие виды деятельности. А деньги сами приходят к тебе, потому что сама жизнь помогает тебе заниматься твоим делом.**

Как тебе эта идея? Нравится? Ты готов предпринять минимальные внутренние действия, чтобы прийти к ней? Тогда вперед! Тем более что и действия-то приятные!

Из опыта общения со своими созданиями, я знаю, что им очень трудно отвыкнуть от мысли, что для жизни в удовольствие требуются деньги. Они рассуждают так: сначала накоплю денег, а потом буду жить, делая то, что нравится. Они не верят в, что, открыв свое призвание, они будут иметь деньги, делая то, к чему у них лежит душа.

Ну, первую их ошибку ты знаешь: они пугают себя тем, что не смогут иметь денег больше, чем им надо. Это так, да не так. Ведь сейчас, для того, чтобы копить деньги, им приходится работать много и трудно, с утра до вечера, без выходных и проходных. И все это для того, чтобы иметь много денег. Но если бы они решили их иметь столько, сколько нужно, работать им пришлось бы во много раз меньше.

У тебя возникает вопрос: а сколько денег нужно? А столько, чтобы ты мог заниматься своим любимым делом. У каждого эти цифры свои. Но, заметь, это не идея «мне нужны деньги, чтобы все знали, что я успешен». Тебе не нужно доказывать, что ты успешен, когда ты сам в это веришь. Тем более что можно задать вопрос: успешен в чем? В зарабатывании денег или в том, что ты выражаешь свою уникальность, делая то, что нравится и используя свои таланты наилучшим образом?

Один из моих подопечных живет в огромном доме на бере-

гу моря. Есть бассейн, спортзал, сауна, зимний сад, гараж. В общем, большой дом. И живет он в нем своей большой семьей: жена, четверо детей от разных браков, постоянно гостящие друзья, прислуга, охрана. Для того чтобы прокормить всех, да еще и платить за дом, содержание машин, отдых жены и детей и т.д., ему приходится крутиться с утра до вечера в своем банке. Так что, когда он доползает до кровати, на дворе уже глубокая ночь. Поэтому он не поднимается на третий этаж, где у него есть шикарная спальня, а спит внизу, в небольшой комнате. Люди видят в нем преуспевающего, счастливого банкира, а на самом деле он мечтает о том, чтобы играть на гитаре в какой-нибудь группе, пусть даже и непопулярной... И деньги ему не нужны. Но он считает, что обязан заботиться о детях, поэтому он не может делать то, к чему у него лежит душа – развлекать людей своими песнями. Он делает то, к чему его обязывают его привязанности, стереотипы и страхи. Может ли он быть счастливым? В редкие моменты. Очень редки эти моменты, но он помнит их долго. У тебя тоже так?

Я понимаю, что на первоначальном этапе тебе потребуется помощь, для того чтобы выйти за рамки «общественных стереотипов», которые заставляют тебя посредством денег доказывать, что ты круче других, и избавиться от мыслей о том, что у тебя что-то может не получиться. Задумайся вот над чем: как у тебя может что-то не получиться, если ты – Бог?! А если ты не веришь в себя, то зна-

чит, ты не веришь в то, что ты Бог? А без веры... гора не пойдет никуда.

Вот и всё, что я хотел тебе сказать. Пока всё...

Чем объясняется возможность вот так запросто, без лишних посредников общаться с Богом, слышать его слова, может быть, даже отвечать ему? Нет ли тут со стороны автора какого-то обмана, подвоха, кощунства, наконец? Отнюдь!

Когда Бог создавал Человека, он вдохнул в него частичку себя. Вы — маленький кусочек Бога. Вы созданы его по образу и подобию. Значит вы – Бог. Просто давным-давно забыли об этом.

У каждого Человека одна, Божественная Сущность, но Ум у всех разный. Отсюда — разные языки, типы внешности и все те отличия, которые разбивают нас на расы и народности. Именно так мы оказались в плену. Все мы пленные боги, которым уже давно пора освободиться, но которые за давностью лет забыли об этой задаче.

Когда мы рождаемся, мы рождаемся настоящими Богами, которые могут все. Но так как нас с самого детства начинают воспитывать, то уже к годам двум у взрослых получается, в общем и целом, составить в нас «умное» представление об этом мире. Мы знаем, что это называется «стул», а это — «папа», а это — «бабушка». Звуки связываются у нас с окружающими предметами, и мир населяется образами, созданными другими людьми.

Если бы окружающие взрослые оставались бы Богами, то для нас в норме вещей было бы сотворить перед завтраком какую-нибудь Вселенную и заселить ее, например, огненными лентами, чтобы было красиво. И мы сидели бы в этой бездонной темноте, вкушая завтрак, а вокруг танцевали бы свой танец наши искрящиеся творения, издавая при этом хрустальную музыку. Но взрослые уже не Боги, и их Суть никак не проявляет себя, поэтому мы привыкаем думать, что мир статичен, что мир, таков, каков он есть. И только детские фантазии оживляют его и напоминают нам, что мир не такой. Но наши фантазии зовут «детскими» и убеждают нас, что думать надо о реальном, о школе, то есть воспитывают, и этим воспитанием все больше и больше засовывают пробку в горлышко бутылки с нашей Божественной сущностью. Эта пробка и есть Ум, и чем усерднее родители и окружающие учат нас жизни, тем прочнее она становится.

Это не означает, что ребенка не надо ничему учить, и тогда он останется Богом. Он им не останется, потому ему неоткуда будет узнать, что он может все. Быть Богом означает ЗНАТЬ, что ты умеешь делать все, даже то, что сейчас тебе кажется бесплотной фантазией. Для того чтобы это знать, человеку надо эти чудеса увидеть. Ребенок должен расти в окружении Богов, и тогда он сам станет Богом.

Для того чтобы хотя бы на мгновение соприкоснуться с детским знанием – Я – Волшебник, то есть Я – Бог, вам стоит совершить путешествие в страну волшебных сказок и снов.

Целый мир развернется в вашем воображении. Главное, не стремитесь читать эту историю, *оценивая* ее. Помните, как в детстве вы читали сказки, вживаясь в них и позволяя сказочным событиям развиваться в вашем воображении? Помните, как эти истории волновали вас и увлекали в волшебные путешествия, наполненные настоящими приключениями? Доставьте себе удовольствие, прочитайте сказку *по-детски!* Позвольте ей развернуться в вашем воображении! Погрузитесь в медитацию воссоединения с внутренним ребенком. Она поможет освободить интуицию из-под власти Ума, обрести источник внутренней силы и откроет для вас возможность формировать желаемые события.

Сказка-медитация о джинне

Прямо сейчас, когда вы читаете эти строки, ваша грудная клетка размеренно поднимается и опускается, вы ощущаете шеей прикосновение одежды, свободно водите глазами по строкам. Вам не обязательно специально что-то представлять, чтобы оказаться в сказочном дворце, где есть принцы, принцессы и маги. Все происходит само собой...

Вспомните, что вы чувствовали в детстве, когда верили в чудеса и волшебство? Может быть, в детстве вы хотели прокатиться на ковре-самолете, полакомиться со скатерти-самобранки? Даже если вы еще не обратили внимания на свое спокойное дыхание, вы можете заметить чувства, которые появляются в вашей душе, когда к вам приходят эти сказочные видения и вы расслабляетесь, успокаиваетесь.

Отметьте самые приятные и волнующие ощущения, появившиеся в этот момент. Это поможет вам мысленно перенестись в просторную спальню вашего восточного дворца.

Сейчас утро, и, открыв глаза, вы видите стены, покрытые узором из красных и зеленых линий. Пересекаясь, они устремляются вверх. Туда, где стены перетекают в хрустальный купол. Он искрится и брызжет разноцветными солнечными зайчиками. Один из них остановился на вашей ноге и приятным теплом ласкает кожу.

На стенах висят картины в резных позолоченных рамах. Вы любите их разглядывать, едва проснувшись. На одной изображен широкоплечий мужчина в серебристой кольчуге. Он пронзает копьем черного дракона, растопырившего крылья и высунувшего ярко-красный, раздвоенный язык. Воин – ваш дед. Так о нем рассказывают в легендах.

На другом полотне несется мощный белый скакун с прижавшимися к его спине юношей в красных одеждах и девушкой с рыжими волосами. За ними на приземистых лошадках гонятся всадники с кривыми саблями. Это ваши отец и мать спасаются бегством от орды завоевателей, вторгшихся в ваши родовые леса. Потом они соберут войско и вышибут врагов из страны.

Ваши предки были могучими воинами, мудрыми правителями и вольными духом людьми, и в ваших венах течет их кровь и их сила. Вы уже замечаете чувства, рождающиеся в вашей душе, когда вы легко и спокойно погружаетесь в свои ощущения и разглядываете волшебные картины?

Вы встаете с кровати, чувствуя босыми подошвами приятные покалывания пушистого ковра, и подходите к окну. Оно распахнуто настежь, и ваш взгляд падает на фонтан, весело журчащий и сверкающий на солнце всеми красками радуги. Раскидистые деревья колышутся под теплым летним ветерком и шелестят о чем-то своем. Тропинки в саду, посыпанные желтым песком, вьются между клумбами. Здесь есть и красные, упругие тюльпаны с желтыми ты-

чинками. И кусты роз, чей сладкий запах доносится до вас. И бледно-голубые фиалки, выглядывающие по краям. Чуть дальше виден округлый прохладный пруд. Солнце неспешно поднимается к зениту по бездонной голубизне неба. У горизонта небо вспухает курчавыми облачками. Их подпирают заснеженные вершины гор, еле видимые в голубоватой дымке.

Легкий ветерок, смешанный с запахом множества цветов, прохладными дурманящими волнами вливается в окно, овеивая ваше тело. Вы сладко потягиваетесь и вдыхаете эти ароматы, улыбаясь приятным до дрожи ощущениям, появляющимся в вашей душе.

Вы уже услышали мелодичный перезвон, прокатившийся по замку? Это вас ждут в обеденной зале.

Вы отворачиваетесь от окна, накидываете на плечи парчовый халат, обуваетесь в удобные туфли и выходите из комнаты. Весело тараторя каблуками по мраморной лестнице, вы спускаетесь в обеденную залу. Разноголосица придворных смолкает, и слышны только ваши уверенные шаги.

Стол уже накрыт. Круглые блюда отражают зеркальными кромками золотые канделябры под расписным потолком. Вас ждут (к вашей услуге, вам приготовили) и копченое, порезанное кусочками мясо, обложенное молодой зеленью салата и сочными бордово-красными помидорами, и ломтики сыра, гладко нарезанного и уложенного кругом с горкой желтого масла посередине.

Гроздья черного и зеленого винограда свисают из ваз, балансирующих на тонких стеклянных ножках. Серебряные кувшины с медвяными напитками пузатыми боками отражают высокие окна, впускающие яркий солнечный свет.

Стул у стола мягко принимает вас. Ваши пальцы наслаждаются мягкой прохладой белоснежной салфетки, поданной слугой. Ваза напротив вас полна бордовых, ароматных роз. Влетевшая в зал бабочка порхает над ними и, выбрав самый сочный цветок, опускается на него. Перебирая тонкими лапками и подрагивая усиками, она собирает желтые шарики пыльцы, плавно сводя и разводя кружевные крылышки. Ваш взгляд останавливается на ней и какие-то образы возникают перед вашим внутренним взором, своими переливами уводя вас в страну фантазий, как вдруг...

Ваши ноги окатывает волна воздуха, холодного и сырого, словно из склепа. Вы отрываете взгляд от бабочки, которая, замерев, сложила крылышки, и замечаете, что солнечный свет, до этого заливавший сплошным потоком зал, начинает меркнуть. Кажется, что какой-то бездонный мрак, сочащийся с потолка, впитывает в себя свет и тепло, взамен наполняя обеденную залу сумраком и сыростью. Все краски начинают тускнеть. Виноградины сморщиваются и становятся серыми увядшими комочками. Хлеб на белой фарфоровой тарелке, превращается в пористый камень и с хрустом раскалывает ее на множество маленьких осколков.

Этот звук разрывает густую тишину, и зала взрыва-

ется мечущимися, испуганными голосами: «Джинн! Это джинн! Спасайтесь!» Но тут, перекрывая суматоху, раздаётся громopodobный рык: «Махсур!» В зале наступает гробовая тишина. Все люди замерли в разных позах, как восковые фигуры. Ужас исказил черты их лиц. Тишину прорезает жестяной звук кубка, выпавшего у кого-то из рук. Эхо дребезжит по зале и затихает. Все замерло.

Вы осознаете, что столкнулись с неведомой опасностью. Охвативших вас чувств и эмоций так много, что их трудно разобрать. Среди них есть и растерянность, путающая мысли, и страх, который рождает холодную струйку пота, стекающую по позвоночнику, и оцепенение, тугой перчаткой сковывающее пальцы рук. Мысли замерли. Вы недвижимо наблюдаете, как беспросветная тьма наполняет комнату, стекая по стенам и колоннам, скрывая под собой нарядные узоры.

Вокруг тишина... Вы слышите только свое дыхание, а смоляной туман вязкими струями тянется к центру комнаты. Извиваясь и переплетаясь одна с другой, струи напоминают черных, маслянисто поблескивающих змей.

Постепенно они сливаются в темно-серую воронку, похожую на смерч. Он вращается, клубится и шевелится в центре зала, а затем превращается в огромную темную фигуру, очертаниями напоминающую человеческую. В центре крутятся синие огоньки, своим движением рисуя ритмичный узор.

И тут в вашем сознании раздается голос. Голос, не принадлежащий ни мужчине, ни женщине, ни старику, ни молодому человеку. Этот бесполоый голос наполняет вас, роняя в ваше сознание странные слова: «Рахум, сдлайшем уипурхм. Сади манга яристукиши магнах. Яяшиизл мирах мбандл страхиман». Каким-то образом вы понимаете, что джинн приказывает вам убираться из дворца, который он собирается занять. Иначе вы будете убиты, а ваше царство все равно достанется ему.

Мрачное тело джинна подобием головы подпирает потолок и дышит такой силой, что у вас усиливается чувство беспомощности и состоявшегося поражения. «У меня ничего не получится, – думаете вы, — все пропало». Силы покидают вас. Мышцы слабеют. Кажется, все кончено.

Но тут внутри вас ярким белым светом взрывается голос: «Это все иллюзия! – чувствуете вы слова. — Ты сам пугаешь себя, а джинн показывает тебе твой страх. Одним движением своей мысли ты можешь все изменить. Все не так, как кажется. В тебе столько силы, что ее хватит на создание целой Вселенной. Поверь в себя!» Эти слова возвращают вас к жизни.

Внутри словно щелкает какой-то рычажок, который открывает источник вашей внутренней силы. Обратите внимание на движение энергии в вас. Какого цвета эти краски, сменяющие одна другую? Какие звуки звучат в этом котле, где слабость переплавляется в силу? Наблюдайте за

ощущениями в теле, которые начинают усиливаться, становятся все сильнее и глубже, проникают в самую вашу суть и создавая там фундамент успеха и процветания. Почувствуйте, как внутри вас нарастают и усиливаются волны жизнеутверждающей энергии, которая исходит из источника в глубине вас. Ваше дыхание меняется, становится неровным, пальцы чуть подрагивают, а тело напитывается энергией и силой. вы чувствуете себя полным жизненной мощи, которая с шумом бежит по венам, вымывая остатки слабости, сомнений и беспомощности.

«Повторяй за мной, – говорит голос. — Я все могу! Повторяй эти фразы, усиливая свою веру в эти идеи о себе. Повторяй: я полон сил! Я уверен в успехе!»

Повторите их еще раз, скажите их так, как будто эти идеи о вас совершенно очевидны и даже странно, что раньше у вас возникали сомнения:

Я все могу!

Я полон сил!

Я уверен в успехе!

А теперь заметьте, как энергия, рожденная в вас, ярким теплым светом изливается из вашей груди, теплом наполняя все тело. Ты уже замечаешь, что это чувство знакомо тебе? Обратись к своим ощущениям и осознай, что сила, рожденная в тебе, – есть Любовь. Твое тепло есть Любовь. Ты наполнен Любовью. Ты сам есть Любовь.

Пальцы твоих рук освобождаются. Они легонько подра-

живают в такт пульсирующей в тебе силе Любви.

Ты замечаешь розы, стоящие на столе. Они словно вырезаны из серого камня, а на одной из них сухим, тускло-серым листиком прилепилась бабочка. Ты посылаешь розам свою Любовь, и они словно пропитываются изнутри ярко-алым соком. Серые крылышки бабочки мгновенно становятся белыми, с желтыми и черными пятнышками. Она несколько раз, словно пробуя, сводит и разводит их, а затем взлетает и направляется к серому столбу в центре комнаты, словно показывая тебе путь.

Теперь, почувствовав в теле игру силы и любви, ты совсем по-другому воспринимаешь чудище. Ты осознаешь, что там, откуда оно явилось, ему было холодно, пустынно и одиноко. Как только ты это осознаешь, твоя любовь теплым потоком направляется на джинна.

Ты встаешь из-за стола и уверенно подходишь к чудищу, которое, замерев, ждет приближения, и касаешься его своей ладонью, всей душой посылая ему свою любовь, наблюдая, как из твоей груди исходит яркий, желтый, теплый луч света и освещает весь зал и чудище перед тобой. И как только ты касаешься его своей ладонью, все начинает меняться.

Желтый свет пляшет по стенам залы, с треском и шипением растворяя остатки мглы. Солнечный свет растворяет кисею сизого тумана на окнах и врывается в комнату, освещая ее самые дальние уголки. Темно-серое тело джинна бледнеет, разделяется на вращающиеся ленты и, наконец,

исчезает. Лишь небольшая пирамидка сизой мглы еще некоторое время держится прямо перед тобой, как вдруг, разом исчезнув, открывает то, что скрывала в себе.

Ты видишь перед собой маленького, взъерошенного мальчугана, заливающегося горячими слезами и дрожащего от страха. Ты присаживаешься на корточки, встречаешься с ним взглядом и замираешь. Ты осознаешь, что он похож на какого-то очень близкого и дорогого тебе человека. Ты начинаешь размышлять, кто бы это мог быть, как вдруг, ясно и отчетливо понимаешь: этот мальчуган – ты. И тут, неожиданно для самого себя ты говоришь: «Я принимаю тебя и себя».

Повтори эти слова: **«Я принимаю тебя и себя»**. Как только ты произносишь эти слова, мальчуган внезапно исчезает. Ты не успеваешь удивиться, потому что твое внимание привлекает новое ощущение внутри тебя. Как будто в тебе заполнилась какая-то пустота, существование которой ты осознал после того, как она заполнилась.

Твою голову наполняет яркий солнечный свет. Золотистый солнечный свет наполняет твою голову. Вся голова ярко-ярко-ярко-светлая, в глазах ярко-ярко светло. Весенний, солнечный свет наполняет твою голову. Все мозговые механизмы становятся сильными, идеально исправными, абсолютно исправными. Вся голова насквозь ярко-ярко-ярко-светлая. В глазах ярко-ярко светло.

Почувствуй, как откуда-то сверху в тебя вливается по-

ток Могущественной силы, которая есть Любовь. Вся энергия Вселенной отныне в твоём распоряжении и стоит тебе захотеть, ты сформируешь любые желаемые события. Почувствуй свою целостность. Ты — Человек, который может решить любые задачи!

Все эти преобразования наполняют тебя радостью, которая щекочущими волнами весело прокатывается по всему телу. В ушах все громче и громче начинает звучать мелодия, которая вызывает в твоём теле желание выразить себя в танце. И ты встаешь — ты можешь встать прямо сейчас — и танцуешь танец радости, обретения себя и свободы. Ты танцуешь и радуешься произошедшим в тебе изменениям, потому что осознаешь, что отныне твоя жизнь станет ещё более успешной, наполненной и счастливой. Отныне в тебе есть источник знания и силы, который в любой момент сможет дать тебе ответ на любой вопрос и поможет тебе растопить твоей любовью любое препятствие, которое встретится на твоём пути!

ТАНЦУЙ, МОЙ ДРУГ, ЖИЗНЬ — ПРЕКРАСНА!

Глава 3. Хочешь быть собой — нарушай правила!

Немного о вреде воспитания

Быть самим собой очень просто – для этого не надо быть никем другим.

Нам с детства внушают, что мы должны учитывать мнение о нас других людей. В детстве это были мамы, папы, бабушки и другие родственники. И они нам внушали, что их мнение должно быть значимо для нас. Если дяде Боре что-то не нравится, это значит плохой я, а не дядя Боря. Если тетя Марина считает, что воспитанный мальчик не должен прыгать на диване, то она сообщает маме о нарушении ожиданий тети Марины, а мама применяет меры укрощения меня. Все эти тети, дяди, мамы и папы внушили нам, что их ожидания относительно нашего поведения должны обязательно оправдываться. Без этого никак не выживешь, потому что будешь «плохим мальчиком» (или девочкой).

Затем, уже в школе, нам вдалбливали в голову идею о том, что нормальный человек должен, окончив школу, поступить в институт, чтобы, закончив его, устроиться на хорошую работу. А работа нужна для того, чтобы содержать семью, которую иметь надо обязательно, а иначе... «ну какой ты мужчина?!».

На протяжении всей жизни СМИ, кино, театр, литература, глянцевого журналы, Интернет запечатлевают в нашем мозгу образ жизни, которому мы должны соответствовать. Дом, жена, машина, путешествия, работа, друзья, пикники по выходным, старость, смерть... Мы настолько свыклись с этими иллюзиями о своей жизни, что даже не задаемся вопросом «откуда я знаю, как мне надо жить?». Откуда вы знаете, что та жизнь, которая сейчас есть у вас – это ваша жизнь, а не идея, навязанная вам обществом?

Насколько грубо общество вторгается в мир наших желаний, настолько же нахально оно позволяет себе диктовать нам наши чувства. Все люди знают, что если тебя обидели, надо обидеться. И этот принцип никто никогда не поставит под сомнение. Если ты купил что-то новое, надо радоваться. Рождение ребенка – это счастье. А смерть близких – это горе. Измена мужа – беда. А новое увлечение жены – крах для семьи. Откуда вы знаете, что на эти факты нужно реагировать именно так, как вы реагируете сейчас?

Вся наша жизнь – это цепочка действий, предпринимаемых в ответ на чувства, которые, в свою очередь, возникают как реакция на какое-то внешнее событие. И если что-то из происходящего нас раздражает, мы раздражаемся. Но наша эмоциональная буря застилает нам глаза пеленой непонимания, и мы перестаем видеть перед собой человека, а воспринимаем лишь нашу иллюзию о том, какой он. Например, вам

кажется, что собеседник дурак. А как поступают с дураками? Такой подход лишает нас возможности услышать доводы собеседника, воспринять его точку зрения и осознать его реальность. Злясь, мы теряем контроль над ситуацией, и отдаем себя в руки более сдержанного человека, который может сделать с нами все, что ему захочется, и не факт, что его действия пойдут нам на пользу.

Чтобы сохранять контроль в сложной ситуации, научите себя видеть все происходящее как бы со стороны. Пусть эти два ругающихся человека будут для вас актерами, которые разыгрывают плохо отрепетированный спектакль на бытовую тему. Ведь глядя на такую сценку, вы бы не испытали ни капли злости — только разочарование в людях, которые так по-базарному кричат друг на друга. Рассматривая их со стороны, вы легко поймете, в чем они ошибаются, чего они не понимают, как можно разрешить эту ситуацию с минимальными потерями, и что нужно сделать, чтобы в будущем подобное не повторялось. Взгляд со стороны дает возможность выстраивать нить разговора, учитывая особенности и желания обеих сторон, и принимать по-настоящему мудрые решения.

Запомните: текст, который дается ниже, вы будете читать до жирной черной точки, а затем остановите на ней свой взгляд и, глядя на нее, выполните прочитанную инструкцию в своем воображении.

Упражнение «Мудрый взгляд»

Расслабьте шею, плечи... Пусть ваши руки улягутся поудобнее... Найдите удобное положение для спины и расслабьте ноги... Немного прикрыв глаза, представьте, что вы встаете со стула, как бы выходя из своего тела, и отходите немного в сторону... Обратите внимание, что ваш интерес к тексту ослабел, потому что, глядя со стороны на человека, читающего книгу, трудно быть таким же увлеченным, как он. Разглядите его, сидящего на стуле, продолжая чувствовать сиденье под собой... и гладкость подлокотников ... А теперь представьте, что в комнату вошел кто-то из ваших домашних, и подойдя к человеку, читающему книгу, о чем-то спросил его... Тот что-то буркнул. Может быть, он сказал, чтобы его не отвлекали... А теперь обратите внимание на реакцию зашедшего в комнату... Вот так, глядя со стороны, оценивая его мимику и движения тела, осознайте: что он чувствует? Это легко, вы каждый день догадываетесь о чувствах других людей по их мимике...

А теперь мысленно станьте этим человеком, который зашел в комнату, чтобы что-то спросить у читающего книгу. В своем воображении станьте им и почувствуйте его эмоции, его желания и намерения. Осознайте, чего он хотел, когда заходил в комнату? Как он относится к тому, что человек с книгой не хочет с ним разговаривать?

Выйдите из этого человека и опять встаньте за с книгой. Вы замечаете, что теперь у вас есть знание о том, что

нужно сделать, чтобы вошедший сам захотел не беспокоить читающего? Или пока этого знания у вас нет? Ничего.... Расслабьтесь, и оно проявится...

А вот и жирная, черная точка. Вглядитесь в ее черноту, и, легко вспомнив инструкцию, выполните упражнение, чтобы стать мудрее...



Главное, чтобы у вас появился навык видеть происходящее со стороны. Впрочем, это умение было у вас и раньше, просто вы сознательно им не пользовались.

Итак, если вы, разговаривая с кем-то, замечаете, что разговор катится не туда, куда хотелось бы вам, сделайте маленькую паузу: закурите, налейте воды, просто встаньте и пройдите пару шагов для того, чтобы расслабить тело. Вдохните – выдохните, и, мысленно выйдя из своего тела, взгляните на ситуацию со стороны собеседника и с позиции как бы стороннего наблюдателя. Задайте себе вопрос: «Чего хочет мой собеседник? Что его раздражает? Чего он опасает-

ся? Какое развитие ситуации его бы устроило? Что его партнеру стоит сделать, чтобы все пошло лучше, чем сейчас?».

И, самое главное, не надо пытаться все это просчитать логически. Это нереально. Пусть поработает ваше подсознание. Представьте, что ваши вопросы улетают куда-то вглубь вас, вызывая в этой черноте бледные, разноцветные вспышки, и вы с удивлением осознаете полный ответ и подсказку, как вам вести разговор дальше.

Среди людей принято показывать не очень близким знакомым, что у них все хорошо. При этом показывающий сам не замечает, что он похож на унылого бассетхаунда, а голос навевает воспоминания о стоне осеннего ветра в щелях оконных рам. Мы стараемся не показывать на людях, что у нас плохое настроение, а разрешаем это видеть только нашим близким, которым в итоге больше всех негатива и достается.

Мы стесняемся быть грубыми, усталыми, невеселыми, тусклыми, раздраженными на людях, и скрываем все эти чувства в своей душе, а лицом – улыбаемся. Такой подход не приносит ничего, кроме страданий, потому что трудно быть злым внутри и добрым снаружи. Это дисгармонично. Такой разлад между внешним и внутренним приносит нам только боль и усталость. Боль возникает потому, что люди не понимают наши чувства. Усталость появляется в ответ на попытки сдерживать свои эмоции.

Причина такой эмоциональной сдержанности в том, что в детстве родители научили нас не выражать свои эмоции на людях. Поэтому лица людей на улицах городов похожи на ряды кирпичей в серийных многоэтажках, а черная одежда большинства вызывает ассоциации с царством мертвых. Если маленький Геночка бегал по лужам со смехом и звонкими криками, то мама, стыдливо оглядываясь на прохожих, быстро брала его за ручку и уводила от озера счастья, наклоняясь к нему и внушая, что на людях шуметь нельзя. Если Мариночка поднимала отчаянный рев на улице, то она получала от растерянной мамы пару шлепков по попке, потому что мама считала, что на улице громко кричать нельзя. И так далее, и тому подобное...

Нас научили быть неестественными, ненатуральными, неживыми, искусственно-целлулоидными, как плоские изображения актеров на экране кинотеатра. Этот мир увлекает, но не может дать всего богатства чувств, на которое способна наша душа!

Мы ненатуральны, потому что живем не своими эмоциями, а чувствами, которые приняты в нашем обществе. Это заставляет нас даже наедине с самими собой быть не самими собой. Мы не плачем, когда нам хочется плакать. Мы не радуемся, когда хочется прыгать до потолка, а лишь криво ухмыляемся себе и говорим что-то вроде скупого киношного «нормально». Мы ненатуральны, потому что стыдимся своих эмоций, как будто это что-то грязное и мерзкое.

Мы устанавливаем в своей душе диктатуру безэмоциональности. Злость – это плохо, поэтому с ней надо бороться, и вот в душе разгорается война между злостью и желанием ее успокоить. Злость, конечно, сопротивляется, и вот душевные силы направляются в бой. Огромное количество энергии затрачивается на эту битву, а злость от этого только усиливается, потому что она, так же как и мы, не любит, когда на нее давят. Ревность – это больно, и вот мы, чтобы не испытывать этой боли пытаемся ревность подавить в зародыше, но это давление только усиливает ее. Любовь делает нас слабыми, и мы начинаем борьбу с любовью.

В нашей душе всегда идет война между чувствами и умом, который пытается «навести порядок». Но это невозможно! Ум – это набор жизненных принципов, усвоенных за сознательную жизнь. Эти принципы похожи на очки, через которые мы видим в мире только то, что соответствует... правильно, все тем же принципам! Если человек верит в успех своего предприятия, он будет замечать признаки успеха, и это будет еще больше усиливать его уверенность. А неуверенность в успехе позволяет нам замечать только те факты, которые эту неуверенность подкрепляют, и делают ее все сильнее и сильнее до тех пор, пока желание куда-либо двигаться вообще не исчезнет.

Ум – это очки на глазах, глядя через которые, мы из цельного мира создаем его иллюзию, замечая только то, что нам нравится, или только то, что нам мож-

но заметить. Это не натуральный мир, а его иллюзия. Именно эти очки заставляют нас страдать, переживать и падать в пропасть депрессии. Именно они рассказывают нам о том, что нужно чувствовать в том или ином случае. А не можем мы снять очки, потому что они выполняют еще и полезную функцию. Они защищают нас от информационной. Очки ума – наше горе и наше счастье. И мы не можем их снять, потому что они нам нужны. Но мы можем перепрограммировать очки, сделав их более удобными. Другой вариант — попробовать воспринимать мир с помощью не-умных методов. Например, с помощью интуиции.

Если мы будем воспринимать мир интуитивно, то ум уже не будет иметь над нами той безраздельной власти, которая есть у него сейчас. Толковый словарь определяет интуицию как «тонкое понимание, проникновение в самую суть чего-либо». От себя добавлю, что интуитивный подход к мировосприятию дает **МГНОВЕННОЕ** осознание происходящего и такую же моментальную реакцию на происходящее.

Чтобы развить интуицию, не надо уходить в монастырь. Себя-то (и свой ум) мы все равно возьмем с собой. Интуицию можно и нужно развивать так же, как мы качаем мускулы железом или уменьшаем талию фитнесом. Быть интуитивным человеком – означает осознавать то, чего рассудок просто не замечает, и пользоваться умом как средством для приема интуитивных сигналов.

Но сейчас ум – наш хозяин, и нам, в первую очередь, нужно поставить его под свой контроль. Для этого необходимо проделать следующее упражнение.

Упражнение «За пределами ума»

Расслабьтесь по любой известной вам (или предложенной мной выше) методике. Теперь обратите внимание на мысли, которые есть в вашем сознании. «Ухватитесь» за одну из них и мысленно проследите ее путь в сознании до момента и места ее возникновения. Проследуйте по той дороге, которая привела эту мысль к вам, пойдите туда, где она родилась.

Самое главное – будьте расслаблены. Не надо стараться что-то представить... Пусть все происходит само собой... Вот ваша мысль... Как она выглядит, когда на нее смотришь со стороны? А теперь загляните за нее, чтобы увидеть след, который она оставила, добираясь до вас. И следуйте туда, откуда она пришла. Проверьте себя – расслабьтесь и не прилагайте никаких усилий. Будьте пассивны...

Двигаясь к началу, заметьте то место, которое явилось исходной точкой путешествия мысли к вам. Обратите внимание – что за ней? Там пустота... Двигайтесь туда, и окажется, что место зарождения мыслей у вас над головой, за вами, и они, зарождаясь, сейчас уносятся к вашему сознанию и не находят его, потому что вы здесь, под ними. Вы в пустоте... Вы за границей разума... Здесь нет ничего, и

есть все. В этом месте рождаются озарения, открытия и прозрения. Пустота – основа интуиции. И вы находитесь в ней, даже если сейчас читаете этот текст... Вы сейчас за пределами ума, а это значит, что он под вашим контролем. Ум и мы – одно целое, мы связаны друг с другом, и если ум не контролирует нас, то мы контролируем его.

Когда вы выходите за границы ума, вы уходите в пустоту, туда, где есть только интуиция. Можно сказать, что интуиция – это пустота, в которой возникает знание. Интуиция – это внезапное прозрение, которое появляется так же, как когда-то возникла Вселенная – из ничего. Но мы с трудом можем воспринять интуитивное знание целиком, полностью и без потерь. Это трудно, потому что мы привыкли осознавать мир с помощью ума и его спутницы — логики. Именно эта привычка мешает нам воспринять интуитивное знание, потому что интуиция нелогична. Пытаясь ее объяснить, как это делаю я сейчас, мы низводим Вселенную до уровня математических формул, которые на самом деле являются лишь одним из методов описания. Потери возникают из-за попытки наложить на интуитивное знание свои модели мира, которые мы создали в течение жизни и которые состоят из принципов и убеждений. Если интуитивное знание не подходит под эти модели, мозг говорит нам – стой, это не то, что думаю я по этому поводу. Поэтому давай-ка уберем всю эту ерунду! И убирает, а мы теряем свой волшебный, божественный дар,

с помощью которого мы могли бы стать Буддами.

Интуиция общается с нами при помощи чувств и образного мышления, и чтобы быть восприимчивым, нам нужно иметь незамутненное эмоциями сознание и живые, яркие чувства, не ограниченные никакими запретами и предписаниями со стороны мозга. А ограниченные запретами и предписаниями чувства не смогут нам передать всю полноту Мировой Гармонии. Не может ограниченный человек быть восприимчивым к неограниченной Мудрости Вселенной, которая и является нашей интуицией.

Вот почему важно быть самим собой, то есть с наслаждением переживать любые движения души и не зависеть от мнения других людей и общества, которое пытается навязать нам «правила чувствования». Разве может гнев быть неправильным? Не источник гнева, а сам гнев? Источником гнева может быть какая-то ситуация, которую мозг расценивает как подходящую для выражения гнева. И неправильной является эта оценка, потому что на ситуации не написано, как ее чувствовать – с гневом или с любовью. Это все работа ума.

Для того чтобы стать самим собой, то есть интуитивным человеком, мозг которого идеально служит ему, важно разрешить себе чувствовать все, что возникает в душе. Такое разрешение выводит вас за границы ума, в пустоту, где ум не имеет над вами власти, и бушующая в душе злость пропадает, потому что про-

падает причина для нее – ум больше не подсовывает нам свои оценки жизни. Мы воспринимаем жизнь интуитивно, и осознаем – что все происходящее прекрасно. Каждый миг жизни – прекрасен, если мы интуитивно осознаем-чувствуем его. Это очень важный принцип – разрешить себе чувствовать все для того, чтобы это все пропало.

«Но тогда я лишусь и радостных переживаний», – скажете вы. Успокойтесь. Все хорошее останется при вас. Чувства, рвущие в клочья нашу душу, – это энергия, которая используется не в тех целях. Ум направил нашу энергию, которая сама по себе нейтральна, на нашу душу с целью вызывать душевную боль. Напротив, радость, счастье, улыбка – это использование энергии на благо, по прямому ее назначению. Смех, радость, веселье порождает не ум, а интуиция. Помните историю про человека, которые открыл все секреты смеха и перестал смеяться? Человечеству уже много тысячелетий, а секреты смеха и радости еще не открыты. Они не будут открыты никогда, потому что это именно то непознаваемое, чего мы не можем узнать с помощью науки, а может воспринять только интуитивно. Не надо беспокоиться о том, как вы будете вызывать смех. Лучше позаботьтесь о том, как вы разрешите себе чувствовать все, что чувствуется.

Как я уже сказал, негативные эмоции – это энергия, используемая в неправильных целях. На уровне ощущений негативная энергия расположена в теле в конкретных ме-

стах – энергетических блоках, как их иногда называют. Положительная энергия, напротив, охватывает все тело. Давайте прямо сейчас проведем эксперимент.

Упражнение «Превращение негатива в жизненную энергию»

Вспомните какую-то неприятную для вас ситуацию. Может быть, кто-то нападает на вас, а вы не можете ответить. Может быть, вы не смогли достичь какой-то цели... Это неважно. Сейчас попробуйте осознать, в какой части тела вы чувствуете те эмоции, которые вам неприятны? Обратитесь к ощущениям, и вы легко определите место концентрации злости, удрученности или тоски.

Место их концентрации можно представить в виде мешка, в который ваша душа изолировала направленную на нее энергию. Эмоции, закрытые в этом мешке, хотят выйти наружу, но вы усилиями воли пытаетесь этому воспрепятствовать. Не надо. Сделайте наоборот – отпустите эти ощущения и разрешите им разливаться по вашему телу. Наблюдайте за этим как бы со стороны, сохраняя контакт с вашими чувствами. А теперь – ныряйте прямо в это озеро чистой энергии, которая сейчас все еще отделена от вас. Нырните и окажитесь в этой энергии, и вы почувствуете, что боль ушла, и осталось только наслаждение свободой и жизнью. Делайте это упражнение в том темпе, который позволяет вам спокойно созерцать происходящее внутри вас

чудо, и вы получите поистине ошеломительную волну радости и счастья. Может быть, не сейчас... Может быть, позже... Завтра... У вас это получится.

И всякий раз, когда вы почувствуете, что в вас просыпается вулкан негатива, сразу ныряйте в него, попутно разрешая себе испытывать все, что происходит с вами, и растворяйтесь в этих ощущениях.

Любовь-чувство и любовь-действие

Какое чувство было бы здорово испытывать чаще всего? Я отвечаю на этот вопрос просто – это любовь. Не любовь к кому-то за что-то, а просто любовь, как чувство, которое наполняет вас и, изливаясь через край, становится тем подарком, который вы дарите людям. Не надо путать любовь-чувство и любовь-действие. Любовь-действие – это те знаки, которыми мы показываем объекту своей любви то, что мы его любим. Это не любовь. Это показуха для других – видишь, я тебя люблю!

В душе мы можем испытывать сладкие волнения, связанные с любовными хлопотами, и предвкушения, вызванные нашими ожиданиями. И все же это не любовь. Это подделка. Когда в любви присутствует причина и цель, любовь становится банальной случкой, окутанной розовым флером.

Любовь настоящая – это чувство, наполняющее нас. Ему не требуется причина и цель. Вы чувствуете любовь, потому что это естественно – любить. Злиться и ругаться – это неестественно, это от ума. А любить – это от интуиции. Если бы Бог не любил Землю, разве он создал бы ее такой прекрасной? А в каждом из нас есть частичка божественного, непознаваемого, и эта частичка звучит любовью. И если говорить о человеке естественном, то для него быть любящим так же нормально, как дышать, и он не обращает на это ни-

какого внимания.

Ну, на самом деле, вы же не кричите каждую минуту «а дышу»? То, что люди уделяют любви так много внимания, говорит о том, что для них это чувство такое же редкое, как полеты первых космических туристов в космос. И, конечно, о такой редкости можно слагать книги, писать стихи и снимать фильмы. А еще говорят, что настоящая любовь бывает только раз, и поэтому ее надо помнить всю оставшуюся жизнь. Как это печально — вспоминать то, что у тебя было прекрасного, убеждая себя в том, что больше у тебя ничего подобного не будет. Это печально и глупо.

Любви в вас столько же, сколько жизни вам отмерено. Как только ваша интуиция начнет раскрываться, вы все чаще и чаще будете чувствовать любовь просто так, безо всякой причины. Любви будет становиться все больше и больше, и через какое-то время вы привыкнете к состоянию любви, и перестанете носиться с тем, что естественно, как с писаной торбой. Но все вышесказанное не означает, что вам не надо оказывать любимому знаков внимания, помогать ему и заботиться о нем. Это все нужно и важно. Главное, чтобы любовь была причиной для этих действий, а не сами действия служили для «имитации» любви.

Хотите любить без фальши? Хотите быть собой в любви и в жизни? Тогда не бойтесь нарушать правила!

Глава 4. Твоя жизнь, твоя смерть — твой выбор. *О привычных вопросах и непривычных ответах*

Люди часто спрашивают друг друга: «Как дела?». Привычный вопрос. Привычный ответ: «Нормально...». Близким иногда вместо «нормально» выдается более развернутое сообщение. Но мало кто осознает, что в действительности означает этот простой вопрос.

Само слово «дело» имеет множество значений. Нам интересно следующее: «Дело – событие, обстоятельство, факт, положение вещей». Исходя из этого определения, фраза «как дела?» отсылает нас к осознанию, обобщению тенденции нашей жизни. Нам предлагается ответить, куда направлен вектор нашей жизни, и к чему, в перспективе, мы придем. «К чему тебя ведет твоя жизнь?» — именно на этот вопрос от вас ждут ответа. Неосознанно, конечно...

Вы когда-нибудь мысленно охватывали свою жизнь одним взглядом, словно со стороны, от какого-то момента в юности до сегодняшнего дня? А затем, на основе полученного обобщения, моделировали ли вы свою жизнь на годы вперед, чтобы посмотреть и осознать, какая жизнь у вас будет завтра? Нет? Тогда сделайте это прямо сейчас. Мысленно подни-

митесь над своей жизнью, посмотрите на этого человека и события в его жизни взглядом со стороны и попробуйте осознать: этот человек имеет такой-то запас жизненных знаний и умений, в нем раскрыта такая-то часть имеющихся у него способностей и талантов. И, осознав все это в комплексе, посмотрите, к чему он может прийти, к примеру, через год? Через 5 лет? Через 10? Через 30? Делайте это маленькое упражнение время от времени.

Почему многие люди стараются не заглядывать в свое будущее? Они боятся его. Они боятся своей жизни через 5–10–15 лет, потому что...потому что если они туда заглянут, то осознают, что их будущее хуже, чем день сегодняшний.

Это, действительно, страшно. Страшно знать, что завтра ты будешь жить хуже, чем сегодня. Нет, денег у тебя, возможно, и будет больше, но удовольствия от жизни, счастья и радости станет гораздо меньше. Мы не будем сейчас говорить о причинах, вы сами придете к ответу в конце главы, а сейчас постарайтесь осознать: если вы стараетесь не заглядывать в свое будущее, значит, в глубине души вы уверены, что поезд вашей жизни со свистом и грохотом несется с высоченной «американской горки», но вы не знаете, будет ли после этого подъем вверх или все закончится внезапным тупым ударом.

Предполагаю, что у вас нет желания закончить жизнь

именно так, поэтому давайте разберемся в доселе скрытых от нас смыслах незамысловатой фразы «как дела?».

Для начала стоит определиться, какие вообще есть тенденции в вашей жизни, а точнее, к чему вы можете неосознанно стремиться. Подчеркну: важны именно неосознанные стремления! Каждый из нас хочет жить завтра лучше, чем сегодня, но не у каждого это получается. Не все зависит от одного лишь желания. В противоречие с желанием часто вступают неосознаваемые стремления, которые зарождаются где-то глубоко внутри нас, в тех пластах нашего бессознательного, где накапливаются выводы о себе, о жизни и о людях.

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.