

В ЛОДЖЕ С ДЖОНОМ КЕХО

Евгения Куркова

ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ. 2018 ГОД



Евгения Киркова

В лодже с Джоном Кехо

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69779035

SelfPub; 2023

Аннотация

В этой книге вы попадаете в круговорот невероятных событий и непредсказуемых ситуаций, разворачивающихся вокруг эпицентра всей истории – последнего ретрита Джона Кехо в Южной Африке. Каждая глава разоблачает одно из убеждений, которые управляют вашей жизнью, не позволяя вам быть просто весёлым, здоровым, успешным человеком, ценить свои достижения и радоваться каждому дню. В конце книги, по мотивам каждой главы, вы найдете практики самопомощи, не требующие дополнительных трат и осуществимые в условиях вашего дома. Вы можете прочитать нашу с Джоном историю до конца и потом перейти к практикам или, если какая-то глава особенно отзывается, резонируя в вашей жизни, сразу обратиться к соответствующей практике по этой главе. А в самом конце книги вас ждёт сюрприз. Подробнее о нем вы узнаете в последней главе.

Содержание

Благодарность.	4
Вступление	5
Завтра будет лучше, чем сейчас	6
Сделанный нами выбор может быть ошибочным	12
Чудес не бывает	17
Всё предрешено, и выбора нет	23
Книгу судят по обложке	32
Конец ознакомительного фрагмента.	40

Евгения Киркова

В лодже с Джоном Кехо

Благодарность.

Джон, благодарю, что ты так вовремя появился в моей жизни!

Сильвия, ты потрясающая!

Благодарю, что вы есть в этом мире!

Вступление

Наверняка вы слышали о Джоне Кехо.

Ещё бы! Его книга «Подсознание может всё» изменила множество жизней.

Включая и мою.

Нет? Говорите, что ничего не слышали о нем и не знаете его?

Вероятно, вы были в анабиозе последние 40 лет или только начинаете свой интересный и насыщенный приключениями путь духовной эволюции.

И вам повезло, потому что Джон – прекрасный учитель!
Вообще-то, лучший!

В этой книге я расскажу вам о своём пути и о том, как одна книга может изменить всю вашу жизнь.

Да, да, именно вашу! Вашу жизнь, уважаемый читатель!
И да, именно эта книга!

Аннушка уже пролила масло.

Вам осталось только расслабиться и скользить глазами по строчкам, узнавая между ними что-то о себе.

Спасибо тебе, дорогой читатель, за твоё доверие и время.

Завтра будет лучше, чем сейчас

Заблуждение 1

Мне кажется, некоторые события происходят в жизни для того, чтобы о них написали книгу.

Так случилось с ретритом Джона Кехо. И с этой книгой.

Книга уже пятый год живет своей жизнью и даже однажды пыталась издаваться. Перед тем, как она была закончена в том виде, в котором вы читаете ее сегодня, в ней жило два сознания, две судьбы, две души. Что-то вроде раздвоения личности.

Сознание каждого человека настолько уникально и неповторимо, что любые объединения ведут к взрыву на уровне энергии. И весь этот поток эмоций и ощущений, слов и звуков, междометий и мыслей просто невозможно уместить в складно сложенный, написанный одним языком текст.

Я искренне восхищаюсь теми авторами, кто сумел в соавторстве рассказать историю, создать книгу!

Они есть, но их мало. И чаще всего соавторов связывают кровные или брачные узы.

Так вот и эта книга после месяца внутренних конфликтов излечилась от противоречий и организовала себя в единое издание, которое сейчас и открывается вам посредством следующих глав.

Дело было в Южной Африке.
Что для вас Африка?

В Африке разбойник,
В Африке злодей.
В Африке ужасный бар-ма-лей!
Не ходите, дети, в Африку гулять!

Мне было безумно интересно! У меня так много друзей из ЮАР, которые там родились, выросли и готовы поделиться со мной советом, куда пойти, что посмотреть и чем полакомиться.

- После 18:00 не выходи на улицу! Это опасно!
- За рулем всегда смотри в задние зеркала, чтобы никого не было рядом с машиной! Ради сумки могут убить!
- Всегда прячь кошелек и закрывай дверь номера на ключ!
- Одна никуда не ходи!
- Однажды, мы отмечали день рождения с десятками гостей и к нам ворвались вооруженные люди...

– Чтоооо???!!!

Я вообще-то совсем другое ожидала услышать. Что-то вроде:

– У меня в реке у дома живет крокодил.

- Слоны и жирафы часто гуляют у нас вдоль дорог.
- А вместо светофоров у нас хамелеоны.
- Не бойся львов на обочине, они дружелюбные.

Так иностранцы обычно думают о медведях на улицах России. Впрочем, в некоторых частях России, медведи действительно ходят по улицам.

В какой-то момент, в процессе информационной подготовки к поездке, я даже подумала уточнить у бывшего телохранителя Нельсона Манделы, переехавшего с семьей на Маврикий, стоит ли вообще лететь в Южную Африку в полном одиночестве.

Я узнала, что для своего ретрита Джон выбрал четвертый самый криминальный город в мире – Йоханнесбург, что там легко умереть от удара молнией, что нельзя произносить определенные слова и цвета, которые могут быть расценены как оскорбление и абьюз. Даже если ты просто намеревалась заказать чай.

Стоя на вершине горы в окружении других участников ретрита и наблюдая за заходящим африканским солнцем, мне было сложно поверить, что когда-то я вообще могла о чем-то волноваться.

В бесконечных желтых равнинах и густых зелёных зарослях, обрамленных горными вершинами в мягких лучах за-

ходящего солнца, глаза пытались различить выныривающую из зелени шею жирафа или стремительную фигуру мчащегося по прерии льва, ну или хотя бы мартышку, ловко прыгающую с ветки на ветку. Ведь это Африка!



Но вместо диких зверей меня окружали только веселые открытые люди, которые кайфовали от себя и момента, в котором находились.

– Давайте сыграем в игру? – предложил главный заводила.

– Видите эти ягодки? У нас есть национальная игра, соревнование на меткость. Хотите поиграть? Только надо сразу соглашаться, не раздумывая.

И он показал нам маленькие черные ягоды, которые отку-

да-то появились в его руке.

– Кладете ягоду в рот и плюете ее как можно дальше с горы. Кто дальше плюнет – победил!

Ропот недоверия прокатился было по толпе переглядывающих людей. Но стоило парню первому показать, как нужно мастерски плевать вдаль, как последние сомнения испарились, и каждый захотел попробовать себя в странном соревновании.

Я не участвовала в плевательном конкурсе. Единственная, наверное, из всех.

Я была так серьезно настроена, как натянутая струна, и дико боялась по какой-то причине пропустить хоть мгновение из этих пяти дней, что мне посчастливилось провести рядом с Джоном. На этой горе Джона не было, а значит, всё это веселье не имело смысла и не относилось к программе архиважного для меня ретрита.

Мне было немного грустно наблюдать за участниками, надувающимися щеки и хохочущими от удовольствия. Но я так привыкла к жертвованию настоящим моментом во имя блага в будущем, что это стало моей нормой жизни. Я все время жила в прекрасном «завтра», а когда оно становилось обычным «сегодня», то сразу теряло свою привлекательность, и тут же на горизонте начинала маячить новая перспектива «завтрашнего счастья», ради которой можно легко пожертвовать моментом «сейчас».

Вспоминая эту историю сегодня, я каждый раз улыбаюсь и

понимаю, что, повторись она снова, я была бы среди первых плевателей с горы. Даже несмотря на то, что эти ягоды оказались какашками маленького горного животного. Множество таких ягод мы встретили на обратном пути вниз, сложенными в аккуратные кучки, что вызвало гомерический хохот и одновременно невероятное сплочение всех участников, связанных тайной африканских соревнований.

Эта игра на горе, как и каждое мгновение нашей жизни, бесценна. И каждое это мгновение не случайно.

Упускать одно ради важности другого – заведомо проигрышная стратегия. Потому что наша жизнь – это не пункт назначения, а путь, складывающийся из моментов «сейчас». И не обязательно ждать окончания трудных времен или наступления лучшего будущего, чтобы решить стать счастливой прямо сейчас.

Практика «Как почувствовать вкус жизни»

Сделанный нами выбор может быть ошибочным

Заблуждение 2

«Быть или не быть» – задавался вопросом классик. Этим шекспировским вопросом продолжаем задаваться и мы, принимая любое решение от выбора спутника жизни до «стоит ли это аппетитное пирожное часа в спортзале».

Но это заблуждение, что выбор может быть ошибочным. Он не может.

Мы всегда делаем правильный выбор. Каким бы этот выбор ни был, он всегда правильный. Потому что делаем мы его, основываясь на сегодняшних обстоятельствах, в которых находимся, принимая во внимание сегодняшние цели, желания и потребности. Даже если в результате сделанного нами выбора что-то пошло «не так», это «не так» необходимо для получения определенного опыта, без которого нет дороги в нашу мечту, в наше идеальное «так».

После пяти дней в лодже^{1*} с Джоном Кехо, которые в будущем навсегда изменят мою жизнь, я вернулась в отель и попробовала потрогать реальность из того другого измерения, в которое отправил нас Джон.

Я направилась в ближайший торговый центр за подарками

¹ * Лодж – характерное для ЮАР название отелей на лоне природы.

мужу и детям. Поход в магазин сейчас казался идеальным способом вернуться из того параллельного измерения, куда я попала на ретрите, обратно, в брэнное тело; в реальную реальность, к таким обычным людям вокруг.

Я поставила себе цель, чтобы спасти свой, растаявший было в осознаниях, мозг. Я знаю направление, название нужного магазина подарков и даже, теоретически, его расположение в череде торговых рядов в центре Йоханнесбурга. Я уже была здесь неделю назад и мне просто нужно вернуться в тот же самый магазин, чтобы купить подарки, присмотренные ранее.

И вот я иду среди толпы людей и, кажется, что я призрак. Я вижу этих мужчин и женщин, а они меня нет. Я слышу голоса окружающих, слежу за каждым движением встречающихся прохожих, улыбаюсь и даже взаимодействую с этим миром, таким далеким и удивительным. Но, кажется, мир не видит меня. Мир спешит по делам, снует из двери в дверь, жуёт пончики, пританцовывает и подпевает себе, продает и покупает, но точно не видит меня.

С этими ощущениями я прошла несколько рядов, просто механически двигаясь и шепча: «Интересно, они меня видят?» Я шла ради того, чтобы идти. У меня есть ноги, я умею ходить и поэтому иду. Как будто это был путь из одного портала в другой, осилить который можно только передвигая ногами.

А потом сознание любезно напомнило о цели, вернув ме-

ня в пространственно-временной континуум, и я осознала, что потерялась. Магазины другие, витрины, вывески – всё тут по-другому, не так, как раньше, когда я была здесь в первый раз.

И я задалась вопросом о правильности выбранного пути.

Быть или не быть?

Я встала перед выбором: продолжить кажущееся хаотичным движение по торговым рядам или не терять время и поискать указатель.

Я высказала свой вселенский вопрос пространству и интуитивно повернула в новый неизвестный ряд магазинов.

Выбор был сделан.

В сложившихся обстоятельствах сделанный выбор не казался правильным: в одном из самых опасных городов мира я шла неизвестно куда, потеряв любые ориентиры. Но разум, пребывающий в состоянии невесомости, даже не пытался сопротивляться интуитивно принятому решению.

Я свернула за угол и где-то далеко, в другой Вселенной, я услышала свой голос, озвучивающий то, что видели мои глаза, но не успевал обработать всё ещё расслабленный мозг:

– Джон...

Мы всегда делаем правильный выбор.

В 20 метрах от меня стоял Джон Кехо со своей потрясающей супругой Сильвией, которая как ни в чём не бывало разглядывала фарфоровую куклу.

Как если бы они были обычными людьми.

Как если бы несколько часов назад моё сердце не разбивалось вдребезги от момента расставания с ними и осознания, что я, возможно, никогда их больше не увижу.

Как если бы всего несколько дней назад они не творили чудеса с тридцатью счастливчиками, сделавшими свой самый правильный в жизни выбор.

Или как если бы я была где-нибудь не в ЮАР, а на Голливудских холмах, где случайно встретить людей такого масштаба абсолютно нормально.

Но они были там.

В простом торговом центре, просто люди, просто изменившие жизни тысяч других людей, просто выбирали подарки на наверняка просто себе обыкновенное Рождество. Ничего особенного.

Просто любой выбор, который мы делаем – правильный.

Будь он сделан интуитивно, аналитически или основываясь на доверии другу, уверенно взявшему тебя за руку. Потому что для всего есть причина.

И может, наш выбор не приведет нас туда, куда мы планировали, к поставленной заранее цели, но он может открыть то направление, которые мы не могли себе даже наметать.

Потом были объятия, вопли и полный взрыв сознания, трепет сердца в бесконечной вибрации благодарности моим учителям.

Так что верьте себе! Не сомневайтесь в правильности вы-

бранного пути, какой бы путь вы ни выбрали!

Практика «Как сделать правильный выбор»

Чудес не бывает

Заблуждение 3

По-другому всё вышло с этой главой, не так просто она писалась. И раз не писалась, значит не то всё было в голове. Нечему было рассказываться. Не доставало какого-то опыта. Прямо как в жизни, когда мы ждём вдохновения для важного шага, а оно всё не приходит. Это потому, что мы просто еще не готовы шагать.

Зато сейчас момент настал, время для самого главного заблуждения. Это заблуждение про чудеса.

Ну, знаете, говорят, их не бывает. А потом вдруг слониха падает с неба^{2*}.

Чудеса случаются с нами постоянно, а мы делаем вид, что не видим их. Это потому, что мы не умеем наблюдать. Потому что мы очень быстро бежим по жизни, боясь, что не успеем достигнуть важной цели.

Потом следующей,
и следующей,
и ещё одной.

По пути нам встречается много чудес, но мы их не замечаем или, если замечаем, то не придаём значения.

Потому что некогда. Ничто не должно отвлекать от цели.

² * отсылка к книге «Как слониха упала с неба» Кейт ДиКамилло

Но дело в том, что путь к цели и есть наша жизнь. Это наша жизнь отвлекает нас. Между точкой А, где вы сейчас, и точкой Б, где ваша цель, находится ваша жизнь.

Она полна добра и красоты, радости и наслаждения, удовольствия и улыбок, и в ней постоянно происходят чудеса. Но чтобы их увидеть, нужно остановиться и присмотреться, прислушаться.

Один из уроков, который преподал нам Джон на Awakening^{3*} – умение слушать. Мы разучились слушать, потому что забыли, как жить в сегодня, в моменте «сейчас». Чтобы вспомнить, нужно прямо сейчас остановиться и внимательно прочитать эти строки. Прочитать их, думая о смысле слов, а не об обеде для детей, планах на завтра, вечных проблемах и заботах.

Вы когда-нибудь пробовали кушая, кушать?

А засыпая, засыпать?

А сидя за рулём, вести машину?

Это основы дзен-буддизма, путь к просветлению.

Кажется, это так просто.

Но сидя за столом и жуя, мы беседуем.

Засыпая в кровати, смотрим новости или читаем.

А за рулём машины поём, болтаем или опять же жуём.

³ * Awakening – англ. «пробуждение», тот самый ретрит Джона Кехо.

Современные технологии позаботились о том, чтобы вечером, после работы мы одновременно готовили ужин, делали уроки с детьми, читали новости, отвечали коллегам, лайкали друзей и смотрели сериал, узнавая параллельно какой стиральный порошок самый лучший и какой крем помогает убрать возрастные изменения на лице.

Мы стали многофункциональными, как наши смартфоны, как кухонные комбайны.

Хотя, постойте! Даже эти аппараты не выполняют несколько функций одновременно! Даже они последовательны в выполнении своих программ!

В отличие от нас.

Делая сразу несколько дел, мы теряем удовольствие от каждого из них, от самого процесса. Теряем этот момент «сейчас».

Только представьте, готовить еду и при этом... готовить еду: смотреть как покрывается золотистой корочкой лук, как пузырьками шипит масло на сковороде; полной грудью вдыхать аромат свежих специй и душистых трав. По вкусу, а не по рецепту добавлять ингредиенты. Наслаждаться каждой минутой процесса.

Ведь это – искусство. Многие люди посвящают ему всю свою жизнь. Мы сможем понять почему, если остановимся и прочувствуем момент. И тогда приготовление пищи не будет просто ежедневной рутинной необходимостью. Процесс станет наслаждением. Значимым моментом дня. Моментом, ко-

торый мы будем предвкушать. Моментом, к которому мы будем готовиться, ожидая похода в продуктовый магазин, как охоту за сокровищами; выбирая овощи по запаху, а не по внешнему виду или цене. Даже рутина может стать удовольствием.

Разве не чудо?!

Или взять наших детей: смотреть в их горящие глаза, слушать их невероятные истории, заражаться их неисчерпаемым энтузиазмом и верой в волшебство. Наслаждаться моментом, потому что он так мимолетен – уже завтра наши дети станут старше на день, и вчера никогда уже не повторится.

Научившись слушать на Awakening, я вернулась домой и обнаружила в своей жизни ещё одно заблуждение: «дети – несмышленные создания, их нужно всему учить». Какая же невероятная ерунда! И сразу за этим заблуждением притаилось еще одно чудо.

Уверяю вас, вы тоже обнаружите множество чудес в своей жизни, когда перестанете всё время говорить и прислушайтесь! Не зря Бог дал человеку два уха и только один рот! Ох, не зря!

Научившись слушать, я услышала, как гениален мой ребёнок!

Мой сын – гений!

Вы думаете, это я для красного словца?

Слушайте!

Я спросила сына, как, по его мнению, работает разум и со-

здаются мысли. Конечно, я учила его, что все мысли в его голове материальны и могут воплотиться в жизни при частом повторении, и поэтому мыслить нужно позитивно.

Я учила его.

А потом я стала слушать.

И вот что услышала:

– Мыслить – это как создавать видео в YouTube, – сказал сын.

– Ты можешь снять милое видео про смешных котят или ещё что-то весёлое, а можешь снимать драки, жестокость и издевательство над животными.

Точно также ты выбираешь, что думать, какие мысли создавать.

Потом, ты загружаешь своё видео в YouTube, специальную программу для распространения и привлечения внимания во всемирной паутине интернета.

У человека функцию YouTube выполняет подсознание, оно отвечает за загрузку мыслей в энергетическую паутину Вселенной.

Ну, и дальше всё зависит от качества контента. Потому что ваше видео привлечёт тех подписчиков, которые или разделяет с вами юмор и доброту, или также печально больны жестокостью.

Или вот ещё, однажды я спросила его:

– А что ты думаешь об энергии? Она положительная или

отрицательная?

– Она как белый куб. Мы можем окрасить его в красный и это будет значить опасность. Или в зелёный и это будет тоже что-то значить.

Для нас.

Но куб не знает какого он цвета. Это мы окрашиваем его и обозначаем, что значат цвета. А кубу всё равно.

Также и с энергией. Нет положительной и отрицательной. Энергия не знает, какая она. Это мы придаём ей заряд своими мыслями.

Моему сыну девять лет. Если то, что он говорит не гениально, то я не знаю, что такое гениальность. Если факт того, что ребёнок в девять лет так мыслит не чудо, то что тогда чудо?

Чудеса, они вокруг нас, прямо рядом, только и ждут, чтобы их заметили.

Это заблуждение, что чудес не бывает. Просто чтобы их увидеть, нужно прикусить язык и замереть на мгновение, остановив поток суетливых мыслей и открыв сердце.

Практика «Как поверить в чудеса»

Всё предрешено, и выбора нет

Заблуждение 4

Жизнь всегда ставит нас перед выбором.

Мы можем верить в пути, которые создаёт энергетическая сеть, во Вселенную, которая устраивает те или иные возможности, или в бога, который ведёт нас по жизни. Высшие силы устраивают совпадения и случайности, направляют нас в нужные места и создают полезные знакомства, но это мы – те, кто делает выбор и принимает решение. Это мы делаем шаг.

Заблуждение – что всё предрешено и выбора нет. Выбор есть всегда и иногда от, казалось бы, незначительного, решения может зависеть вся жизнь.

Как это произошло в моём случае на семинаре Джона Кехо. Цепочка решений и удивительных совпадений привела меня с райского острова Маврикий в столицу моей необъятной родины именно тогда, когда Джон Кехо два дня вёл свои семинары о силе подсознания. Свои последние семинары в России.

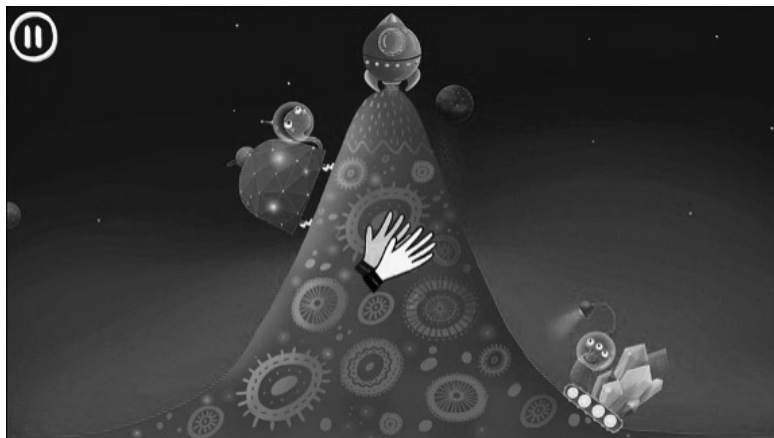
Об этих семинарах можно писать отдельную книгу.

У меня сложилось чёткое ощущение, что Джон говорил со мной лично, отвечая на каждый вопрос моего разума. Я ни разу не подняла руку и ничего не спросила, но Джон подтвердил всё, о чем я размышляла в этот момент, объяснил

всё, в чем я сомневалась.

У меня была моя теория того, как работает подсознание, своё виденье того, как устроен мир, и я хотела услышать версию Джона Кехо и понять, насколько я близка к истине.

За несколько дней до поездки мы с подругой беседовали о её сомнениях относительно правильности выбранного пути. И я предложила прислушаться к себе, к внутренним аплодисментам. Я показала ей компьютерную игру, в которую тогда обожал играть мой младший сын.



В игре черепашка забиралась на высокую гору на чужой планете, чтобы первой успеть сесть в ракету и вернуться к себе домой. Она соревновалась с инопланетной улиткой, которая тоже спешила в ракету с другой стороны горы. Ребе-

нок должен был хлопать в ладоши для продвижения своей черепашки, и это всегда вызывало бурную реакцию, веселье и смех. Чем сильнее и чаще хлопаешь, тем быстрее ползёт черепашка.

«Так вот и в жизни так», – резюмировала я, – «Если тебе радостно делать то, что ты делаешь, если ты хлопаешь от восторга в душе, то ты на верном пути. Продолжай движение вверх к своей цели. Мне кажется так».

И вот всего через несколько дней я на семинаре Джона Кехо, который со сцены рассказывает, что самое главное в жизни – это веселье, что Вселенная создала удовольствие, чтобы нам хотелось заниматься тем, что необходимо для эволюции, чтобы нам хотелось реализовывать свой талант, чтобы нас тянуло делиться им с миром.

«Предназначение всегда идет рука об руку с радостью и наслаждением» – вещал Джон.

Я сидела, открыв рот. Этот человек чувствует так же, как я, мыслит такими же образами и понятиями! Только он уже далеко впереди меня, уже все понял и сформулировал! Я еле сдерживала слёзы. Хотелось обнять его и слушать, слушать, слушать; хотелось, чтобы семинар никогда не заканчивался. Меня злили перерывы на чай и время на вопросы. Джон здесь всего на 2 дня, и он столько знает и столько надо успеть услышать и понять! Нельзя терять ни минуты!

Джон был частью моего предназначения, и эта встреча не могла не состояться.

Это такое потрясающее чувство, когда ты идешь по своему пути, к своему призванию, к своему счастью, когда бабочки в животе, трепет в сердце, а в голове только «Я так и знала!»

И еще, каждый раз, когда Джон проходил мимо, у меня комок подкатывал к горлу. Хотелось рыдать от необъяснимого счастья.

Слушайте себя. Ваше тело вас не обманет.

В отличие от разума.

Внимательно слушайте тело и верьте ему. Потому что после того, как высшие силы позаботятся о нужном месте, идеальном моменте и подходящих людях вокруг, вам нужно будет сделать выбор. Именно вам, и никому другому. И лучший советчик тут ваше тело с его ощущениями и чувствами, с его самым понятным и недвусмысленным языком эмоций.

Вселенная, или бог, если вам так удобнее, отправила меня в Москву по деловым вопросам именно тогда, когда там был семинар Джона, она познакомила меня с организатором мероприятия, она устроила after party^{4*} с шампанским и разговором двух незнакомцев о некоем ретрите, где забирают все средства связи с внешним миром. И она толкнула меня в этот самый момент, в это самое место, в эту самую часть разговора.

И по своему обыкновению, я бы...

...прошла мимо.

⁴ * after party – «англ» вечеринка после официального мероприятия.

Мама учила, что неприлично вступать в чужие разговоры.

Ерунда!

Знаете, какое определение дает толковый словарь слову «неприлично»? «Не соответствует принятым правилам поведения в какой-либо общественной среде».

Только вдумайтесь в эту ерунду!

Нельзя не соответствовать правилам, принятым кем-то в какой-то среде. Но вполне можно не соответствовать себе, своим внутренним потребностям и порывам, постоянно пропуская их через чей-то фильтр соответствия!

Ерунда! Уже тогда Джон разбил моё представление о правилах приличия, запросто обняв меня, а его потрясающая супруга Сильвия не просто выслушала мой сумасшедший поток эмоций, но и предложила записать их на айпед для истории. Для меня это было важно. Мне очень важно было выразить благодарность, которая переполняла меня, разрывала изнутри на множество порхающих мотыльков. Это и стало началом моего знакомства с удивительной семьей Джона Ке-хо и Сильвии Бак.

К чертям приличия, дорогие мои! Только ваше тело, ваши чувства и эмоции, ваши сумасшедшие порывы могут привести вас к счастью, к предназначению, к себе!

Вот как сейчас, видите? Пишу-то про выбор, а тут ррраз – и всплеск воспоминаний и эмоций.

И я даю им выход, как и в тот раз, когда я, задвинув приличия, вклинилась в чужую беседу.

Беседу, которая шаг за шагом привела меня к ретриту, который, как оказалось, проводит Джон Кехо.

Ретриту, рекламу которого вы нигде не найдете, потому что мест всего 30, и они заполняются естественным образом очень быстро.

Ретриту, который Джон проводит лишь раз в году.

Представляете, прямо в Южной Африке, куда чуть ни вплавь можно добраться с Маврикия.

Представляете, этот ретрит уже в ноябре – через месяц!

Правда все места уже, конечно, проданы ещё в начале года. Там личная работа с каждым и места ограничены – всего 30 мест на тысячи желающих...

Хотя, постойте... есть пара, которая сомневается и 2 места могут освободиться.

2 места!!

Боже мой!

2 места!!

Понимаете? Два! Не одно! Не три! А два!

– Это слишком невероятно и волшебно, чтобы быть правдой! Памятуя Тони Роббинса в Москве, личный ретрит Джона Кехо должен стоить сотни тысяч!

Мысли проносились в голове, как стрелы. Разум по привычке искал ложку дёгтя в бочке мёда. Я же просто следова-

ла чувствам, забыв о приличиях.

Да, это стоит денег. Но всего лишь денег.

И, как оказалось, для мечты очень вменяемых.

Конечно, у меня их нет сейчас, когда все деньги моей компании в обороте. Я занимаюсь корпоративными подарками и перед новым годом у нас очень горячая пора. Но деньги я найду.

Они как-то сами найдутся, я это знаю. Но в самый горячий сезон отсутствовать на работе целую неделю?! В течение 12 лет я не позволяла себе даже одного дня болезни, даже недели отдыха без компьютера.

Подумаю об этом потом, сейчас надо звонить мужу. Ведь места то два!

Вот, кстати, лайфхак.^{5*} Если негативные мысли начинают переполнять вашу реальность, и разум не поддается на уговоры думать о хорошем, то просто назначьте волнениям другое время. Время попозже. Например, давайте-ка я поволнуюсь не сейчас, а вечером, часов в 9. Обещаю себе, что буду полчаса от души переживать и нервничать. А сейчас есть дела поважнее!

– Ты не представляешь, и ты не поверишь, что произошло! Это всё нереально! И то, что я скажу – безумно, но есть два места на ретрит Джона Кехо в ЮАР! – завопила я в трубку мужу, дрожа то ли от нетерпения, то ли от предвкушения.

«А как же дети?», «с кем оставить?», «как же школа?»,

^{5*} Лайфхак – англ. «полезный совет».

«что с работой?», «бабушки в Москве!», «няне не доверишь!», «это же целая неделя!», «большой дом!», «вдруг что сломается...» – белый шум.

Всё это не важно. Оно всё как-то решится.

Я знаю!

Но я поняла, что этот ретрит не для мужа. Он для меня. И для меня все названные проблемы – просто шум. Всем им можно найти решение. Если искать возможности, а не оправдания.

Просто не его ретрит. Но мой любимый муж с первого слова почувствовал, как мне важно там оказаться.

– Ты обязательно должна поехать! Даже если одна! Я справлюсь тут.

– Люблю тебя!

Интересно, что мы делаем выбор даже когда решаем, о чём и как думать в настоящий момент: о волнениях или о перспективах.

Мы выбираем как формулировать будущее:

все места заняты, но, может быть, освободятся 2 места
или

2 места свободны для нас и ждут, когда мы решим прочие сопутствующие детали. Ждут, когда мы сделаем тысячи следующих выборов, которые в итоге и определяют нашу судьбу.

А что если бы я прошла мимо тогда?

Если бы я не вмешалась в разговор?

«Я не знаю», – как говорит Джон. «В мире есть место мистике и неизвестному».

Но я точно знаю одно – неудачник не тот, кто делает неправильный выбор, а тот, кто даже не пытается выбирать.

Практика «Как избавиться от негативных мыслей»

Книгу судят по обложке

Заблуждение 5

Успеху Awakening в последствии во многом способствовал и тот факт, что мы научились судить о книге по её содержанию.

Хотя обложка безусловно важна, она может сильно не соответствовать тому, что внутри.

Казалось бы, в мире очень чётко сформулированы понятия красоты.

Цветы – это красиво, колючки – нет.

Гладкий лоб без морщин – это красиво, испещренное морщинами лицо – нет.

Стройное, подтянутое молодое тело – это красиво, а целлюлит или пивной живот – нет.

Ну, вы поняли мысль.

Эти стандарты красоты закладывается в нас с детства. И в случае несоответствия им, уже в подростковом возрасте, мы обрастаем кучей комплексов, с которыми боремся всю жизнь, доказывая, что, несмотря на физические несовершенства, чего-то стоим.

Со страниц глянцевого журналов, с экранов телевизоров, с мониторов компьютера, в играх, книгах, сказках, учителя, коучи, иногда даже родители, говорят нам о важности первого впечатления, внешнего облика, красоты обложки.

И да, в этом есть доля правды. В любом заблуждении всегда есть толика смысла, иначе оно не было бы заблуждением.

Безусловно, спасти прекрасную царевну логичнее, чем талантливую. У прекрасного принца с большим наследством много больше шансов завоевать сердце красавицы. И даже если Иван – дурак, это не страшно, главное, чтобы в итоге он построил шикарные хоромы, будучи достаточно удачливым, чтобы сесть на волшебную печку, поймать чудесную щуку и в итоге разбогатеть.

Да, что там, я сама работала с подарками и знаю, что иногда чуть ли не 50% бюджета на подарки тратится на упаковку. И даже если денег на упаковку категорически нет, то я предлагаю бумажный праздничный чехол. Потому что это первое, что увидит одариваемый и именно эти эмоции он запомнит.

Упаковка важна.

По приезду в Южную Африку я, по совету супруги Джона Кехо – Сильвии, отправилась в район Роузбэнк за покупками и набрела на маленький магазинчик, в котором продавали украшения из фарфора. Миниатюрные серёжки и подвески из хрупкого белоснежного материала – сами по себе чудо, но упаковка поразила меня ещё больше. Малюсенькие хрупкие серёжки в форме звёздочек были упакованы в крошечную стеклянную бутылочку с пробкой. Бутылочка была

заботливо уложена в льняной мешочек с принтом в горошек и упакована в бумажный пакетик. Всё это сопровождала визитка с пожеланиями.

В итоге я держала в руках не какую-то мелочь, которую легко потерять в недрах женской сумки, а весомый, хоть и небольшой, подарочный пакет в руках.

Тоже самое происходит на рынке брендовой продукции. К вполне себе обычным вещам добавляется бренд, который повышает стоимость вещи, создавая дополнительную ценность.

И мы готовы переплачивать.

Потому что это добавляет статуса.

Ведь обложка важна.

Она важна нам, чтобы показать себя с выгодной стороны, например, через небольшой, но заметный логотип на одежде или предмете интерьера.

Нет, я, конечно, не утверждаю, что единственная ценность бренда – пустить пыль в глаза. Конечно, бренд ответственен за качество, дизайн, лекала, гарантии. За это мы и любим определенные бренды.

Но зачастую бренд дает именно статус. Статус, который будут видеть другие и оценивать нас по нему. Статус, который мы будем видеть у других и оценивать их.

Тоже самое касательно внешнего вида, молодости и красоты лица и тела. Целая индустрия построена на нашей необходимости иметь красивую обложку.

Мы постоянно судим о книге по обложке, о людях по их внешнему виду и атрибутах их статуса.

Для чего нужно это суждение?

Чтобы понять, какие слова выбрать в разговоре, какие темы затронуть, о чём промолчать в зависимости от целей общения, какой образ надеть.

Мы настолько привыкли общаться с обложками, что не всегда доходим до содержания. В погоне за внешней красотой, упускаем красоту внутреннюю.

Мы сами создаём то общество, в котором живем, мы создаем мир, в котором будут жить наши дети.

Мой мир перевернулся, когда мы приехали на ретрит к Джону Кехо.

Знаете вот этих коучей, психологов и духовных учителей, которые, покашливая, вещают о здоровье, говорят об изобилии на фоне стены облезлых обоев, о семье, будучи бездетными, и о счастье, страдая от депрессий.

Для меня всегда главным показателем мудрости учителя были его успехи, применение того, о чём он рассказывает в его собственной жизни. Так вот Джон Кехо уже 40 лет говорит о чудесах и неограниченных возможностях. И его со всех сторон окружают чудеса. Если вы начнёте контактировать с Джоном даже просто через его семинары, вы обязательно столкнетесь с тем или иным чудом его жизни.

Таким примером был и сам лодж^{6*}, в котором мы остановились. Место купили его слушатели, влюбленные в маэстро и вдохновленные им, для того, чтобы в будущем Джон проводил свои ретриты именно там.

Ещё было очень жарко, и новоприбывшие не переставали жаловаться на духоту, отсутствие кондиционера, дискомфорт и какие-то неудобства. Что касается меня, я была слишком ошарашена и счастлива, но не заметить простоты места тоже не могла.

Особенно после шикарных маврикийских отелей, к которым я привыкла. Перед поездкой на ретрит я смотрела сколько звёзд у этого места, какая там инфраструктура. Это тоже была обложка. И я вынесла суждение.

⁶ * Лодж – характерное для стран Африки название отелей, обычно на территориях заповедников и национальных парков. Гости размещаются, чаще всего, в отдельных бунгало на лоне природы, с пейзажными видами и возможностью наблюдать за живой природой.



Мы привыкли изучать обложки.

По возвращению кто-то спросил меня, сколько звёзд я бы дала отелю, где проходил ретрит. И я не смогла подобрать нужных определений. Потому что нет такой классификации, которая бы достаточно точно обозначила ценность и качество места, где пробудилось твоё сердце, где ты встретила десятки друзей, где ты жила 5 дней рядом с величайшим умом современности, где каждый день был целой жизнью, полной невероятных открытий, внезапных озарений, слёз, радости, веселья, доброты и бесконечной щедрости и мудрости окружающего мира, глубины трансформаций людей, которые рядом, и, конечно, вдохновляющей любви Джона и Сильвии.

Как это оценить?

Внутренний мир оценить невозможно. Он уникальный,

интересный, глубокий, всегда разный и привлекательный, он увлекает, как захватывающая книга.

Если обложка не отвлекает внимания.

Мы не знали друг о друге ничего: ни возраста, ни места проживания, ни семейного положения.

Ничего. Мы были книги без обложек.

И боже мой, как это интересно узнавать людей изнутри! Без стереотипов и стандартов, без присваивания звёзд и навешивания ярлыков, а просто чувствами. Сердцем!

Какие все красивые! Какие все потрясающе интересные и глубокие! Каждый, нет, КАЖДЫЙ человек, который присутствовал на ретрите, был таким особенным, полным безумных историй и внезапных поворотов.

И знаете что?

Никто, то есть вообще никто, не соответствовал тому, что я о нём подумала изначально.

Эта красивая ухоженная блондинка, конечно, тут случайно. Просто пошла за таким модным трендом осознанности и духовного развития. Скорее всего удачное замужество и куча свободного времени, которое она не хочет тратить на детей.

Блондинка оказалась с двумя высшими образованиями, двумя детьми и своим успешным бизнесом.

Этот большой немногословный темнокожий мужчина почти наверняка из какой-то мафиозной группировки. Он вырос в своей небольшой деревушке, из которой выбрался в люди, но не через блестящую карьеру, а через физические

данные, которые и позволили ему пробиться наверх.

Добрейшей души, глубокий человек, замечательный друг, муж и отец оказался ландшафтным дизайнером.

Мне кажется, мы так привыкли на всё вешать ярлыки, что не замечаем, как эти ярлыки лишают нас чуда открытия новых возможностей, знакомства с интересными людьми. Эти ярлыки мешают нашим сердцам общаться.

Не позволяйте им этого. Не перекладывайте свой личный опыт на обложку других людей. Под ней может оказаться сокровище, достойное идти с вами по жизни рука об руку.

И важность обложки – очередное заблуждение! Ведь кто-то делает некрасивые обложки к захватывающим романам. Возможно, это просто восприятие дизайнером содержания книги через фильтр своего опыта и попытка поделиться им с нами.

«Не судите, да не судимы будете» – говорится в священном писании.

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.