

МИРОВОЙ БЕСТСЕЛЛЕР
ОБНОВЛЕННОЕ ИЗДАНИЕ

Сила каббалы

13 принципов преодоления трудностей
и достижения своего предназначения

На основе трудов
Рава Берга

«Идеи этой книги не имеют ничего общего ни с магией, ни с религией. Они поразительно сильные, при всей своей простоте и доступности!» – Мадонна

Каббала

Рав Берг

**Сила каббалы. 13
принципов преодоления
трудностей и достижения
своего предназначения**

«ЭКСМО»

УДК 26
ББК 86.33

Берг Р.

Сила каббалы. 13 принципов преодоления трудностей и
достижения своего предназначения / Р. Берг — «Эксмо»,
— (Каббала)

ISBN 978-5-04-097669-0

Мировой бестселлер, переведенный на 20 языков. Самая популярная книга о каббале и о ее практическом применении в современной жизни. Тринадцать принципов, приведенных в этой книге, основываются на мудрости, которой более четырех тысяч лет. Применение этих принципов поможет избавиться от хаоса, внутренней борьбы, отчаяния и достичь состояния постоянного счастья, которое и является нашим предназначением. В этом и заключена сила каббалы. В издании – обновленное содержание и упражнения для преодоления трудностей в современном мире. Вы узнаете, как привести свои поступки в соответствие с высшей целью, и осознаете безграничность возможностей собственной жизни. Вы поймете, как достичь настоящего счастья, главный признак которого – постоянство.

УДК 26
ББК 86.33

ISBN 978-5-04-097669-0

© Берг Р.
© Эксмо

Содержание

Тринадцать принципов каббалы	5
Введение	6
Введение	6
Сила каббалы	8
Источник мудрости:	9
Предупреждаем!	10
Язык аналогий	11
Неверные представления о каббале	12
Часть первая	13
Природа человечества	13
Желание в движении	14
Желание и разнообразие	15
Сосуд	16
Предмет наших желаний	17
Сила света	18
Свет остается	19
Корень всех бед	20
Самое заветное желание	21
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Рав Берг

Сила каббалы. 13 принципов преодоления трудностей и достижения своего предназначения

Тринадцать принципов каббалы

Первый. Не принимайте прочитанное на веру. Проверяйте теорию на практике.

Второй. Существует две реальности: наш однопроцентный мир тьмы и девяностодевятипроцентный мир Света.

Третий. Все, чего по-настоящему хочет от жизни человек, – это духовный Свет.

Четвертый. Цель жизни – духовная трансформация из реактивного состояния в проактивное.

Пятый. В момент трансформации мы создаем связь с миром девятиности девяти процентов.

Шестой. Никогда не вините других людей или внешние обстоятельства в своих проблемах. Никогда.

Седьмой. Сопротивление своим реактивным импульсам создает устойчивый Свет.

Восьмой. Реактивное поведение создает яркие вспышки Света, но всегда оставляет за собой лишь тьму.

Девятый. Препятствия – это возможность подключиться к Свету.

Десятый. Чем труднее препятствие, тем больше потенциальный Свет.

Одиннадцатый. Когда трудности кажутся непреодолимыми, включайте уверенность: Свет всегда рядом.

Двенадцатый. Все негативные качества, которые вы видите в других людях, – это просто отражение ваших собственных негативных качеств. Перемены в других можно заметить, только изменив себя.

Тринадцатый. «Возлюби ближнего своего, как самого себя. Все остальное – комментарии. А теперь иди и учись».

Введение

Введение

Один человек, проснувшись рано утром, решил отправиться на рыбалку. Он пришел на пристань, удобно устроился, размотал леску и закинул удочку. Вскоре он заметил интересную картину. По соседству с ним сидит рыбак, у которого, судя по всему, очень неплохо клюет. Каждую пойманную рыбу этот рыбак относит к мерной шкале на краю пристани и измеряет ее. После этого одну рыбу он оставляет, а другую бросает обратно в воду. Понаблюдав за этой картиной некоторое время, первый рыбак подходит ко второму и спрашивает:

– Что случилось? Почему одну рыбу вы выбрасываете, а другую оставляете? Что вы пытаетесь найти?

Тот отвечает:

– Диаметр котелка у меня дома – тридцать сантиметров. Я оставляю себе только рыбу длиной менее тридцати сантиметров. А с большой рыбой я ничего сделать не смогу, поэтому я ее выбрасываю.

Подобно этому рыбаку, мы ограничиваем себя, даже не понимая этого. Мы пытаемся вместить все изобилие Вселенной в свой маленький котелок. Вселенная хочет дать нам все, но мы не способны это получить. Что было бы, если бы мы расширили свой Сосуд вместо того, чтобы ограничивать доступное изобилие?

Мы сможем получить от жизни больше, если сами станем больше. Порой поражаешься, как мелко, как ограниченно бывает наше мышление. Когда кто-нибудь спрашивает, чего мы хотим от всей Вселенной, мы перечисляем какие-то мелочи, только вот это или только вон то. Пришло время обновить наш Сосуд, чтобы получить больше. Это возможно только через понимание того, откуда на самом деле приходит чувство наполненности.

Чего вы на самом деле хотите от жизни?

Этот вопрос волнует множество людей по всему миру, и удивительно, насколько похожи их ответы. Люди хотят больше денег, хорошую машину, уютный дом, крепкое здоровье. Они отвечали, что хотят чувствовать больше удовлетворенности, счастья и любви. Но при этом никто не хочет прикладывать усилия для того, чтобы привнести все это в свою жизнь.

Мы часто пытаемся получить удовольствие при помощи каких-то внешних стимулов. Сигареты. Наркотики. Алкоголь. Еда. Все эти вещи приносят нам временное чувство удовлетворения. И тут появляется каббала с ее простой и мощной идеей: вам никогда не узнать истинного смысла и цели жизни, гоняясь за мимолетными удовольствиями. Система так не работает. Каббала побуждает нас стать теми, кто мы есть, и подключиться к потоку долгосрочного наполнения вместо того, чтобы довольствоваться кратковременным наполнением, которое снова и снова приносит лишь разочарование.

Мы живем во времена испытаний. Мы смотрим новости и слышим, как кто-то просто взял и убил всю свою семью или как ребенок годами жил в запертом подвале. Глобальное потепление приводит к невиданным катаклизмам и погодным аномалиям. Водные ресурсы на исходе, они загрязнены. Мир сходит с ума. Вместе с тем происходит такое большое раскрытие духовного Света и информации, какого не было никогда раньше. Две эти реальности раскрываются одновременно: откровение и тьма. И это одна из причин, по которой в наши дни духовные концепции начинают занимать все более заметное место в общественном сознании.

Пятьдесят лет назад никто и не знал слова «каббала», не говоря уже о его значении, а теперь каббалу изучают миллионы. Сегодня эта мудрость нужна нам больше, чем когда бы то ни было, потому что сегодня хаос находится на своем пике.

Мы обращаемся к каббале, потому что в этом учении можно найти противоядие от хаоса.

Сила каббалы

Существует масса мифов и заблуждений в отношении каббалы. Одно из наиболее распространенных состоит в том, что для ее изучения необходимо быть евреем, образованным раввином и обязательно мужчиной старше сорока лет. В прошлом это отчасти было правдой, потому что информация, которую предлагала каббала, была очень сложной. Кроме того, людей убивали просто за то, что они обладали этой мудростью. Почему? Потому что новая технология порой рассматривается как угроза.

Представьте, что вы попали, скажем, в XV век и там показали людям свой BlackBerry или iPhone. Вас приняли бы за ведьму или колдуна. Учение каббалы вызывает у людей схожие чувства. На Рава и Карен нападали несколько раз. Когда Карен Берг приняла решение открыть мудрость каббалы для всех желающих, ее избили так, что она получила сотрясение мозга.

Но знаете что? Никто и ничто не могло остановить распространение этого знания.

Хотя религия была дана человечеству для того, чтобы объединить нас, чтобы повести нас всех к высокой цели, она не смогла этого добиться. Ничто не приносило такой разобщенности и разрушения, как организованная религия. Конфликты на религиозной почве стали причиной бесчисленного количества войн и массового кровопролития. Мудрость же побуждает нас всех использовать нашу связь с Творцом – Богом, Аллахом, Иисусом, Буддой, как бы вы ни называли Божественную силу, – чтобы объединиться под эгидой этой энергии.

Так чем же эта мудрость отличается от религии? Главное отличие в том, что она полностью противоположна слепой вере. Каббалисты не рекомендуют верить всему, что вы изучаете, лучше самому удостовериться, как изученное работает на деле.

Необходимо пробовать все, нужно прилагать усилия и быть открытым. В конце каждой главы проверяйте себя: есть ли какие-то изменения в вашем понимании жизни? Меняется ли ваша оценка всего того, что у вас есть? Есть ли вдохновение и ощущение новизны от того, что вы удаляете застарелые слои негативности? Если то, что вы узнаете, вам не помогает, просто закройте эту книгу и уберите ее на полку. Вам решать, заниматься ли каббалой.

Есть одна удивительная история об изучающем дзен-буддизм человеке, который объехал весь свет в поисках учителя. Наконец он нашел знаменитого учителя и отправился на встречу с ним. Ученик был в таком восторге от встречи, что пытался рассказать ему все, что знает. Пока ученик разглагольствовал, учитель спросил его:

– Хочешь чаю?

– Да, – ответил ученик.

Учитель стал наливать чай. Ученик продолжал говорить. Он увидел, что чашка полна, а учитель все равно продолжает наливать в нее чай. И когда ароматный напиток уже начал растекаться по столу, ученик в недоумении сказал:

– Учитель, чашка ведь полна. Зачем вы продолжаете лить чай?

– Эта чашка очень похожа на тебя, – отвечал учитель. – Ты уже настолько полон мудрости, что в тебе больше ни для чего не осталось места.

Источник мудрости: Происхождение каббалы

Первым каббалистом был Авраам, который написал «Книгу Созидания». Авраам, по Библии известный нам как отец религии, был еще и каббалистом. Позже был Моисей, который не только принес людям Десять заповедей и духовное знание в виде Библии, но и учил практическим инструментам каббалы для лучшей жизни.

Устная традиция Моисея передавалась от учителя к ученику снова и снова, и около двух тысяч лет назад Рав Шимон бар Йохай создал основополагающий священный труд о каббале – Зоар, который признан источником великой духовной мудрости, столь же древней, как и сама Библия. Сегодня Зоар известен как «дешифратор» Библии, но в предыдущие века мир еще не был готов воспринять его язык и технологию, потому Зоар оставался скрытым более 1200 лет. Учение Зоара называется каббалой.

Примерно в XIV веке каббала начала выходить из своего забвения. Говорят, что подлинник Зоара откопали в Иерусалиме и привезли в Европу рыцари-тамплиеры, именно тогда начала проявляться сила Зоара. Любопытно, что как раз в то время впервые возникла легенда о Граале. Некоторые говорят, что Святой Грааль – это книга, и возможно, книга Зоар. И хотя это всего лишь предположение, оно очень интригует.

Позже Зоар изучали некоторые из известных людей. Например, собственный экземпляр Зоара был у сэра Исаака Ньютона, он же писал о том, что Платон ездил в Египет, чтобы там изучать Зоар. Другим великим мыслителем, изучавшим Зоар, был Пифагор, который взбирался на гору Кармель, одетый в белое, как первосвященник, и медитировал.

Почему Зоар так захватил умы этих выдающихся мыслителей? Потому что в нем содержится объяснение духовных и физических законов Вселенной и нашей жизни. Зоар раскрывает секреты нашего мира и отвечает на старые, как мир, вопросы. Какова цель нашей жизни и зачем был создан мир? Как он был создан? Зачем я здесь? Кстати, принципы Зоара можно найти и в словах Иисуса, Магомета, Моисея и Будды.

Как известно, каббалисты подвергались преследованиям за свои попытки сделать Зоар доступным для всех. А после того как эти каббалисты погибали, их признавали праведниками именно те люди, что прежде очерняли их. Так выглядит история раскрытия каббалы, растянувшаяся на века. В 1922 году Рав Ашлаг основал Каббала Центр. Его начинания тоже столкнулись с сильнейшим противодействием. Когда он покинул этот мир, руководство Центром перешло к его ученику, Раву Брандвайну, который затем передал его своему ближайшему ученику Раву Бергу. Благодаря его самоотверженности и усилиям, а также усилиям его жены Карен сегодня у нас есть эта книга и доступ к той силе, которую дает изучение каббалы.

Отличительная особенность истории Каббала Центра заключается в том, что все эти великие каббалисты один за другим делали учение Зоара все более доступным и понятным для простого человека. Они не стремились получить Нобелевскую премию. Они стремились принести простое счастье, постоянный мир и бесконечное наполнение всему человечеству. Это сейчас нам кажется, что Зоар доступен кому угодно и где угодно. Но всего несколько десятилетий назад ни за какие деньги нельзя было найти эти книги или изучать их мудрость; даже просто за попытку сделать это вас могли бы облить грязью, побить, а то и хуже...

Предупреждаем!

Есть всего лишь одно предупреждение, один строгий запрет относительно изучения каббалы. Это предупреждение восходит ко II веку нашей эры и является первым из Тринадцати принципов каббалы, которые будут представлены в этой книге:

Принцип первый

Не принимайте прочитанное на веру. Проверяйте теорию на практике.

Некоторые говорят, что Зоар – это не просто свет в конце туннеля, это Свет, который уничтожает сам туннель, открывая абсолютно новые горизонты осмысления и понимания мира. Зоар способен рассказать о многом: как и почему возник наш мир; почему мы не можем избавиться от дурных привычек, которые приносят столько боли; почему мы пренебрегаем тем, что для нас полезно; почему хаос вмешивается в наше существование; как наделить смыслом каждое мгновение жизни, чтобы оно несло в себе духовную силу. Ответы на эти вопросы впечатляют – но не верьте им. Ни единому слову. Ни на секунду.

Вера подразумевает элемент сомнения, в то время как истинное знание не оставляет места скептицизму. Полная уверенность. Абсолютная убежденность. Нутром. Сердцем. Душой. Чтобы знать что-то наверняка, необходимо попробовать это самому. Поэтому проверяйте каждый извлеченный из этой книги урок. Используйте эти принципы в своей жизни. Живите уроками этой книги и наблюдайте, как улучшается ваша жизнь.

Испытание на практике – важный элемент каббалы, часть ключевого закона, который гласит: «Духовность не терпит принуждения».

Цель этой книги не проповедовать, а учить. Именно поэтому не надо слепо верить этим урокам. Вы должны почувствовать заметный результат на собственном опыте. Когда это произойдет, ваше сердце познает эту мудрость.

Язык аналогий

Книга «Сила каббалы» написана в легком и непринужденном стиле, и в то же время она обладает невероятной глубиной. В процессе чтения вас ждут и моменты озарения, и моменты, где есть на чем посмеяться. Мудрость не должна быть сложной. Рав учил одной важной вещи относительно того, как понять, что на самом деле истинно, когда ты пытаешься постичь тайны Вселенной и правду жизни. Критерием истины является простота. Настоящая правда всегда доступна пониманию каждого, даже ребенка.

Мудр тот, кто знает, как сделать сложное простым.

Неверные представления о каббале

В давние времена считалось, что изучение каббалы грозит человеку безумием. Каббала – это наука души, физика (и метафизика) наполнения. И как новаторская философия, возникшая на тысячелетия ранее своего срока, она буквально притягивала к себе ложные толкования.

Но то, что некогда считалось мистицизмом, сегодня называется наукой и технологией. Как выразился известный писатель-фантаст Артур Кларк: «Любая достаточно развитая технология неотличима от магии».

Часть первая

Кто мы?

Природа человечества

Кто мы? Задавались ли вы когда-либо этим вопросом? Какова наша истинная природа? В чем наша сущность, наше естество? Из какого материала мы сделаны? Ответить на это можно одним словом:

Желание

Желание в движении

Каббала определяет нашу сущность словом «желание», и это не метафора. Желание – наша определяющая характеристика. Мы сотканы из желаний. Это наша сущность. Желания нами движут. Желание – это пружина нашего часового механизма. Все мы ходячие желания, непрерывно стремящиеся удовлетворить собственную жажду. Сердце стучит, кровь бежит, тело движется – и все потому, что есть желание, которое жаждет исполнения. Как приходит в этот мир новорожденный ребенок? Каков его первый инстинкт? Он хочет. Он плачет. Он взывает к получению. Так он устроен, и тому есть веская причина. Чтобы выжить, новорожденному необходимо получить одежду, покой, уход, пищу и убежище. Не получив этого, он просто не сможет выжить.

Желание и разнообразие

Когда мы вырастем, именно наши уникальные желания формируют нашу индивидуальность. Одни люди жаждут сексуального удовлетворения. Другие – духовного богатства. Третьи ищут славы. Четвертые хотят уединения. Пятые стремятся к просветлению. Шестые мечтают о путешествиях и приключениях. Многие думают, что их аппетит насытят только богатство и процветание. Есть и те, кто грызет гранит науки, чтобы утолить свою жажду знаний.

Есть три уровня человеческих желаний.

Уровень Первый

Эти желания коренятся в животной страсти. Желания и поведенческие шаблоны человека на первом уровне направлены на удовлетворение базовых потребностей. Желание поесть, потребность поспать, жажда секса (не любви) – все это желания первого уровня. На первом уровне человек может использовать рациональное мышление, что все и делают, правда, только с целью удовлетворения своих самых элементарных потребностей.

Уровень Второй

Эти желания направлены на удовлетворение потребностей, не имеющих аналогов в животном мире, таких, как потребность во власти, признании, славе и превосходстве над другими. Соответственно мысли, принимаемые решения и поступки на этом уровне направлены на удовлетворение этих желаний в полной мере.

Уровень Третий

Желаниями этого уровня управляют в основном высшие области разума. Они направлены на удовлетворение потребностей, идущих от человеческого интеллекта, включая потребность в мудрости, знаниях, ответах на вопросы бытия.

«Эти три типа желаний, – учит Рав Ашлаг, – можно найти в любом представителе человеческого рода, однако в разных людях они смешаны в разных пропорциях, что и отличает одного человека от другого».

Сосуд

На языке каббалы желание именуется Сосудом. Сосуд подобен пустой чаше, стремящейся быть наполненной. Однако в отличие от материальной чаши, Сосуд наших желаний не имеет физических параметров. Вспомните, например, как однажды вы так объелись, что не способны были съесть больше ни крошки. Но затем к вашему столику подвезли тележку с десертами. Желание полакомиться сладким взяло верх, и вы, сами того не замечая, начали поглощать шоколадный торт. У вашего желудка есть границы, а у желания их нет.

Каждое действие в нашем физическом мире, большое или маленькое, продиктовано каким-то желанием, требующим исполнения. Мы живем так, будто бы у нас нет никакой свободы выбора. Мы живем на автопилоте, движимые неугасающей потребностью удовлетворять все стремления своей души и своего тела.

Предмет наших желаний

Итак, чего же действительно желают наши сердца? Не ошибусь, если скажу, что главный объект наших желаний – стабильное ощущение безмерного счастья, хотя это понятие для каждого имеет свой смысл.

Желание счастья объединяет всех нас. Преступник, юрист, строитель, президент компании, злой человек или добрый, атеист или глубоко верующий, богатый или нищий... никого из этих людей не нужно убеждать в необходимости стремиться к счастью. Желание бесконечного счастья – часть человеческой сущности.

Ученый может стремиться к истине и пониманию законов, по которым строится наш материальный мир, а может стремиться получить Нобелевскую премию и войти в историю. Возможно, политик желает повысить качество жизни своего района, города, своей страны; а может, он хочет получить для себя привилегии, влияние и высокое положение в обществе. Ребенок, как правило, хочет просто играть и получать удовольствие. Артист хочет любви публики, славы и признания, а бизнесмен обычно жаждет финансового успеха. Рабочий на заводе – отпуска, куска хлеба на столе и душевного покоя. Исследователи, как правило, стремятся к знаниям и известности в академических кругах.

Какими бы ни были все эти разнообразные объекты наших желаний – это всего лишь различные «упаковки», за которыми скрывается одно и то же – счастье. Именно стремление к этим разным видам удовлетворения движет нами и формирует нашу жизнь. И все эти разные формы удовлетворения желаний в разных упаковках можно описать одним словом:

Свет!

Сила света

Термин «Свет» – всего лишь кодовое слово, метафора, взятая на вооружение каббалистами древности для описания широкого спектра наполнения, которого жаждут все представители человеческого рода. Солнечный луч, задевая в воздухе каплю воды, распадается на семь цветов радуги. Представьте прямо сейчас, как это выглядит. Подобно тому, как один солнечный луч содержит в себе весь спектр цветов, так и Свет несет в себе все возможные «цвета» счастья и наполнения, к которым так стремятся люди в своей жизни.

Но есть большая разница между Светом, описанным в Зоаре, и обычным солнечным светом. Свет солнца в своем спектре имеет всего семь основных цветов, а Свет, о котором говорит каббала, несет в себе все мыслимые и немыслимые формы наполнения и удовольствия, которых только может пожелать душа. Это и наслаждение от секса, и удовольствие от шоколада, энергия здоровья и сила благополучия, радость отцовства или материнства и блаженство от отношений, полных любви и страсти.

Свет – это еще и внутренний голос, который мы называем интуицией. И волшебство, которое приводит в нашу жизнь нужных людей и открывает уникальные возможности. И поддержка, которая активизирует нашу иммунную систему. И сила духа, которая наполняет нас надеждой. И оптимизм, с которым мы начинаем каждый свой день. И топливо, которое питает наше стремление добиваться в жизни большего.

Свет остается

Но Свет – это не просто счастье. Свет – это бесконечное счастье. Это разница между сиюминутным удовольствием и постоянным наполнением. По большому счету, мимолетный проблеск счастья никому не нужен. Наши самые глубокие желания не сводятся к пятнадцати минутам славы, вспышке радости от удачной сделки, временному подъему настроения от наркотиков или недолгому облегчению от обезболивающих таблеток. Мы ведь не хотим, чтобы окружающие любили нас лишь время от времени. Мы не хотим быть здоровыми всего половину жизни. Мы не хотим, чтобы сексуальные отношения в браке оставались страстными только первые несколько месяцев после свадьбы. Мы хотим, чтобы наши желания исполнялись постоянно. Подобное постоянное наполнение и есть Свет.

Корень всех бед

Основная причина наших тревог и несчастий – в том, что наши желания не насыщаются Светом постоянно. Если после пяти лет радости и счастья в жизни наступает темная полоса, это значит, что запаса Света в нашем «бензобаке» хватило только на эти пять лет. Несчастливыми мы стали, потому что у нас кончился Свет, вернее, мы от него отключились. Чем больше Света у вас в жизни, тем дольше ваши желания остаются наполненными и тем вы счастливее.

Где-то глубоко внутри каждого из нас есть страх, что счастье не может длиться вечно и когда-нибудь оно закончится. В те редкие минуты, когда мы чувствуем удовлетворение и умиротворенность, к нам закрадывается мысль: «это слишком хорошо, чтобы быть правдой». Мы начинаем думать о том, что завтра все может закончиться. И в тот момент, когда мы допускаем сомнения, связь со Светом обрывается. Поэтому Свет можно также определить как душевное спокойствие, уверенность в том, что завтра счастье никуда не денется. Когда мы уверены в Свете, тогда нет места страху, беспокойству или неуверенности в будущем.

Самое заветное желание

В свете вышесказанного (простите за каламбур!) становится понятно, что самое заветное желание человека – желание получать Свет. А также понятно, что Свет, который мы ищем, есть везде и во всем. Он пронизывает всю Вселенную. Он заполняет космос и пропитывает нашу реальность. Свет бесконечен, безграничен и всегда готов дать больше, чем мы можем себе представить. В этой связи возникает логичный вопрос:

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.