

МАСТЕР ПСИХОЛОГИИ



александр



СВИЯШ

КАК БЫТЬ, КОГДА ВСЕ НЕ ТАК, КАК ХОЧЕТСЯ

как понять уроки жизни
и стать со любимчиком



В книге подробно и доходчиво изложена уникальная методика Александра Свияша, помогающая изменить отношение к негативным событиям и навсегда устранить их из жизни, избавиться от многих болезней и решить самые запутанные семейные проблемы. Простые и доступные рекомендации автора и предлагаемые им психологические упражнения уже помогли миллионам людей преодолеть неприятности, вернуть радость бытия, обрести счастье и благополучие.

Для этого издания автор отобрал самое ценное из опыта, накопленного на протяжении многолетней практики, и дополнил материал новейшими оригинальными разработками.

Введение

О чем эта книга? Она о том, что все мы живем в мире изобилия. В нашем мире очень много еды, денег, жилья, автомашин, мужчин и женщин, детей, здоровья, любви, секса, славы, мест для отдыха и всего остального. Творец создал все в избытке.

Но тогда почему же получается так, что у одних людей чего-то имеется в изобилии, а у других этого не хватает? И даже если чего-то у вас имеется в избытке, например, денег, то одновременно может не хватать любви или здоровья. Или есть в избытке любовь или здоровье, но не хватает денег, и так далее. И только у редких людей есть все, чего им нужно, но их совсем немного. Люди называют их счастливыми или везунчиками. В общем, считают, что их счастье и успех зависит не от них, а им просто повезло. Да и они сами порой считают так, не подозревая даже, что свое счастье и удачу они сотворили себе сами.

Может ли любой человек войти в число таких счастливых? Может ли он что-то сделать, чтобы у него все было так, как ему хочется? Может, если он будет вести себя так же, как и успешные люди.

Все зависит только от вас!

Идея о том, что для достижения успеха нужно вести себя так же, как ведут себя преуспевающие люди, не нова. Она рассматривается и подробно описывается во множестве книг. Я не буду делать это же еще раз, потому что авторы рекомендаций описывали **внешнюю сторону повеления успешных людей** — как они работают, как планируют свою деятельность, как разговаривают и так далее. В какой-то мере эти рекомендации работают — но **только в той мере, насколько внутренний мир читателя совпадает с внутренним миром и системой убеждений успешного человека**. А здесь, как понимаете, может быть огромный разрыв. Вы можете без конца выявлять свои цели, планировать свои достижения, работать по 18 часов в сутки. Но при этом, если в глубине души вы считаете своего начальника идиотом, занимающим не свое место, то результаты ваших усилий будут нулевыми или даже отрицательными, то есть вас понизят в должности или даже уволят.

Или вы в соответствии с рекомендациями видных педагогов прикладываете огромные усилия, чтобы ваш ребенок учился хорошо, а он учится все хуже и хуже.

Или вы украшаете себя и нарабатываете навыки общения, чтобы привлечь внимание мужчин и устроить свою личную жизнь. А они, как назло, совсем исчезают с вашего горизонта.

Почему, ведь внешне вы делали все то, что должен делать преуспевающий человек, и вдруг такое поражение?

А дело здесь в том, что кроме внешних аспектов поведения, **есть некоторые очень важные внутренние правила, которые каждый человек должен соблюдать в процессе взаимодействия с другими людьми**. Они довольно просты, но никто нам о них не рассказывает. И если мы будем их нарушать — а это постоянно делают миллионы людей, то **Жизнь будет давать нам свои уроки**. Она будет нас учить, и уроки эти не очень приятны — как плохая оценка за невыполненный урок в школе. Если мы не будем понимать этих уроков, то Жизнь будет блокировать большинство наших усилий на пути к желанным целям. И тогда, каким бы энергичным вы ни были, какие бы усилия на пути к поставленной цели не прилагали, желанный результат будет закрыт для вас. Вы не будете любимцем Жизни, вы будете отстающим, неудачником.

И наоборот, если вы поймете ее несложные уроки, не станете нарушать некоторые ее требования, то вы станете ее любимчиком. А быть любимчиком Жизни очень приятно, как понимаете. Большинство ваших целей будут достигаться как бы сами собой. Вы будете жить во

внутренней гармонии, радости. Страх перед будущим уйдет от вас — разве Жизнь позволит сделать что-то плохое своему любимчику?

Это похоже на чудо, но это — реальность. И это чудо может стать вашим постоянным спутником, то есть вы спокойно можете перейти в разряд тех людей, которых называют счастливыми. Это зависит теперь только от вас!

Я не знаю, как именно это происходит и кто именно помогает человеку, соблюдающему некоторые несложные правила проживания в нашем мире. Люди называют этого незримого и заботливого покровителя Бог, Ангелы, Высшие силы или как-то еще, кому как привычнее. Наша методика нерелигиозная, поэтому мы будем просто использовать понятие Жизнь, а вы можете вкладывать в него любое удобное вам толкование, соответствующее вашей системе верований.

Несколько слов об авторе

Поскольку читателей обычно интересует личность автора, расскажу немного о себе. Я родился в России в простой семье, учился в школе, работал, получил два высших образования.

В моей жизни не было огромных провалов и огромных достижений, о которых можно прочитать в других книгах. То есть я не доводил свой организм до смертельной болезни, чтобы потом героическими усилиями вылечиться. Я не был в тюрьме, не был банкротом, не был на грани самоубийства, меня не преследовало КГБ. Конечно, у меня были сложности на работе, конфликты с руководством, порой доходящие до увольнения. У меня были большие сложности в семейной жизни, которые в итоге привели к разводу, и сейчас у меня второй брак. То есть я жил обычной жизнью, которой живут миллионы людей.

Единственное, чем я всегда отличался — это повышенной пытливостью ума и всегда старался понять: почему все так происходит? И как можно создать что-то новое и полезное? Я очень много учился и учусь сейчас. Все мои усилия были направлены на то, чтобы понять те закономерности, которые управляют нашей жизнью. Если большинству людей говорят: «делай так», они так делают и их это вполне устраивает, то меня это никогда не устраивало, и я всегда спрашивал: «А почему именно так, а не по другому?». Если объяснения мне не давали, я искал его сам. То есть для меня нет никаких авторитетов, кроме Истины, которую я ищу всеми доступными мне способами. А это процесс, как понимаете, бесконечный.

Поначалу мои усилия были направлены в сферу техники — я пытался понять, как создаются технические изобретения. В итоге я стал изобретателем, соавтором книги «Рождение изобретения», получил ученую степень.

Позже я сильно увлекся психологией, а затем мистикой, эзотерикой, духовными практиками, которые создавали ощущение безграничных возможностей и безграничного могущества. Несколько лет я усиленно занимался развитием сверхспособностей — ясновидения, умения читать информацию по фотографии, видения ауры, астральными путешествиями. В принципе, у каждого человека есть врожденные сверхспособности, нужно просто заниматься их развитием, но на это требуются многие годы. Позже я понял, что в нашей реальной жизни нет применения этим скрытым талантам. Техника полностью заменила почти все сверхспособности, и они угасли у людей за ненадобностью. В нашем мире сверхспособности можно применять либо в целительстве, либо нужно показывать фокусы. Ни одно из этих направлений деятельности не увлекло меня, и я перестал этим заниматься.

Точнее, я стал искать, каким образом человек может использовать данные ему от рождения огромные скрытые возможности в той обычной жизни, которой он живет. То есть как стать магом и волшебником, не занимаясь многие часы специальными медитациями, повторением мантр или молитв, не меняя свой привычный ритм жизни.

Все, что я находил, я испытывал на себе, а потом рассказывал об этом другим людям в книгах, на лекциях и тренингах.

В итоге я сегодня являюсь руководителем нескольких предприятий — Центра позитивной психологии «Разумный путь» (Москва) и Американской академии успеха «Разумный путь» (Бостон), главным редактором журнала «Разумный мир». Я — автор девяти книг, которые вышли тиражом свыше 5 млн. экземпляров, переведены на несколько языков. Я кандидат наук, действительный член одной из Академий, автор нескольких изобретений. У меня прекрасная жена, я езжу с лекциями и тренингами по всему миру — в общем, я создал себе такую жизнь, которую пожелал.

Вы можете добиться всего

И вам никто не мешает добиться любых желанных успехов, кроме вас самих. Множество людей в мире уже применило предложенные здесь рекомендации, и их жизнь изменилась самым чудесным образом. В подтверждение привожу выписки из писем, полученных от моих читателей.

Уже в течение нескольких лет я читаю и пытаюсь применить литературу по психологии. Но Ваша книга “Как быть...” меня потрясла своей статностью, точностью и информативностью. Она заменит десятки томов других руководств. (Леонид Ротштейн, г. Иерусалим)

— ...Прочитав две Ваши книги, хотела бы продолжить познание жизни и самой себя. “На Востоке простота изложения считается высшим достижением, ибо простота свидетельствует о ясности понимания”. Я считаю, что это высказывание подходит к Вашим принципам изложения, я очень рада этому! Хочется сказать Вам спасибо и пожелать не останавливаться на достигнутом! (Васильева Наталья Владимировна, г. Тула)

Примите огромную благодарность за самые простые и ясные книги. Это великолепное и доступное “Руководство к действию” практически для любого человека (Романюк Евгения Николаевна, г. Москва).

Ваша книга стала поворотной в моей жизни! Хочу от всей души поблагодарить лично Вас Александр и Бога за то, что он послал Вас на эту землю! Благодаря Вашей замечательной книге, я ближе познакомился с законами этой жизни. Вы дали объяснения, почему нужно делать так, а не иначе и что будет, если сделать по-другому. (Баринов Александр, г. Тверь)

Примите, пожалуйста, слова искренней благодарности за Ваши книги! Они перевернули мою жизнь. На душе теперь спокойно и благодать! Благодаря Вам я осознала, какой сильный у меня Ангел, которому в этом письменном виде я выражаю свою признательность. Спасибо Вам! Но это все только начало, т. к. есть огромное желание узнать себя и мир больше и правильно достигать поставленных целей. (Меллум Леония Эдуардовна, г. Санкт-Петербург).

С большим удовольствием прочитал Ваши книги, которые случайно попали ко мне в руки и понял, что это то, что мне нужно, что я искал. Эти книги в легкой и доступной форме объяснили мне многие причины моих проблем, о которых я и не догадывался. И многим моим друзьям и знакомым они тоже понравились, высказывалось даже мнение, что если бы такие книги были раньше, то многих ошибок в жизни можно было бы избежать. Спасибо Вам за них! (Бернацкий Павел, г. Тамбов).

Можно было бы привести еще сотни подобных выдержек из писем читателей, но я предлагаю сделать выводы вам самим.

Предпосылки методики

В принципе, большинство требований, которые предъявляются к поведению человека в нашем мире, давно и хорошо известны. Они являются основой почти всех религий. Другое дело, что в религиозных источниках они написаны сложным и не всегда понятным для нас языком, и всегда логически не обоснованы. Видимо, людям в прошлом этого было достаточно. А сегодня принципа “веруй и выполняй” недостаточно, люди требуют понимания, как и что происходит

вокруг нас, почему нужно выполнять именно такие правила, а не другие.

Поэтому неплохо иметь те требования, которые Жизнь предъявляет к человеку, изложенные простым и доступным современным языком. Именно это я постарался сделать в этой книге.

Человеку доступно все

Наши исследования показали, что человек может и имеет право получать от Жизни любые подарки, он может ставить перед собой любые цели и добиваться их исполнения. Об этом, собственно, пишут многие авторы. Но эти рекомендации, к сожалению, срабатывают не всегда. И мы нашли причину того, почему так получается!

Оказывается, что прежде чем приступить к реализации нужных ему событий, человек должен **войти в гармоничное взаимодействие с окружающим миром, принять этот мир таким, как он есть.** То есть нужно перестать осуждать его некоторые, на ваш взгляд, несовершенства. Если этого нет, то человек нарушает те требования, которые предъявляет Жизнь к его поведению. А нарушение вызывает последствия в виде неприятностей, болезней, несчастных случаев, блокировки усилий. Но стоит лишь перестать нарушать эти требования, как все неприятности уходят из вашей жизни самым чудесным образом. Жизнь начинает радовать вас, вы становитесь ее любимчиком!

В этой книге вы найдете подробный рассказ о том, как можно научиться жить без претензий и других переживаний в нашем, казалось бы, несовершенном мире. И как сделать так, чтобы ваша жизнь только радовала вас!

Мы даем информацию

В своих рассуждениях мы не сможем обойтись только теми понятиями, которым нас научили в школе или другом учебном заведении, поскольку предлагаемые там знания всегда опираются на науку. А наука у нас материалистична, то есть она считает реальным только то, что можно измерить, пощупать, разложить на частицы и т. д. Между тем в нашей жизни всегда присутствуют явления, которые современная наука никак не объясняет. Скорее всего, со временем она значительно расширит диапазон своих знаний об окружающем мире и объяснит то, что сегодня отрицает или относит к разряду чудес. Но мы не будем ждать этого, а прямо сейчас используем в наших рассуждениях те знания, которые сосредоточены в древних религиозных и эзотерических (то есть скрытых) системах.

То есть мы будем использовать некоторые понятия из этих систем знаний, на сегодня не имеющие строгого научного объяснения. В частности, в самом начале наших рассуждений мы используем термин «карма» (как проявление всеобщего закона причины и следствия). Но это будет не та карма, которой пугают нас многие мистики. Точнее, та, но мы дадим вам новый взгляд на неизбежность и предопределенность событий нашей жизни. Оказывается, что в подавляющем большинстве случаев **нет необходимости всю жизнь платить за какие-то прошлые грехи.** И все наши неприятности проистекают не из неизвестного нам прошлого, а из тех ошибок, которые мы только что совершили или продолжаем совершать сейчас. Иногда избавиться от множества проблем можно всего за один день. И даже за один час. А вот за минуту — вряд ли.

Человек даже с самой тяжелой судьбой может сам резко изменить свою жизнь к лучшему — если, конечно, захочет это сделать. Это его право. А мы выступаем всего лишь как источник информации, поясняющий, почему в его жизни возникают те или иные проблемы или сложности, как он сам их себе создает. Мы рассказываем, а выводы делать вам. Многие люди с помощью этой системы взглядов пересмотрели свое отношение к Жизни, и в итоге у них наладилась личная жизнь, появилась желанная работа или деньги, развился бизнес или ушли заболевания. Так что мы предлагаем, а дальше решать вам. Хотите — берите и пользуйтесь. Не хотите — забудьте.

Но учтите, что в последнем случае вы уподобитесь дикарю, который не хочет изучать уже известные человечеству сведения и все свои несчастья списывает на «злых духов». Хотя люди давно уже научились бороться с многими такими «духами» путем свободного разжигания огня, лечения болезней, использования надежных транспортных средств и т. д.

Эта книга — не материалистическая

Как уже говорилось, своих рассуждениях мы исходим из того, что кроме мира Проявленного, то есть того, что можно пощупать, измерить или понаблюдать, существует еще и мир незримый, или «непроявленный». К «непроявленному» миру мы относим все то, что человеку еще неизвестно об окружающей нас среде. Наверное, со временем наука откроет все тайны, но пока что до этого далеко. Мы не знаем точно, как все там устроено, на этот счет существует множество версий. Мы исходим из того, что этот самый «непроявленный» мир существует и с ним можно взаимодействовать с пользой для себя.

Поэтому в этой книге мы будем активно использовать понятие Жизнь, (оно же — Высшие силы, Бог, Творец), подразумевая под ним те реально существующие незримые силы, которые оказывают влияние на нашу действительность. Кто это — мы не знаем. Существует множество религиозных, философских или эзотерических моделей устройства непроявленного мира. Нас устраивает любая. В нашей методике нет молитв или призывов исполнять конкретные религиозные ритуалы — в этом отношении она больше похожа на вполне материалистическую психологическую теорию. Но мы рассматриваем способы практического взаимодействия с непроявленным миром — в этом наша методика совсем не материалистична. Поэтому ее спокойно используют и верующие, и атеисты.

В целом она совместима с любой религией, поскольку стоит вне религии. Вы можете спокойно исполнять ритуалы своей религии и использовать эту методику, никаких противоречий здесь нет.

Область применения

Изложенные в этой книге сведения хорошо объясняют не более 80 % происходящих в мире негативных событий. Имеется еще 20 % случаев, которые смело можно отнести к особым, требующим отдельного исследования и объяснения. Мы имеем в виду нестандартных людей, жизнь которых очень сильно отличается от жизни большинства. Это очень богатые люди, видные политики, суперзвезды кино и эстрады, патологические преступники, маньяки, инвалиды детства. Но их жизнь, их проблемы сугубо индивидуальны и принципиально отличаются от проблем большинства людей. Поэтому мы исключили их из рассмотрения.

Также мы не будем рассматривать случаи гибели людей при массовых катастрофах, в террористических актах и прочих бедствиях — это вне предлагаемой методики.

Мы рассмотрим возможные причины появления **типовых негативных ситуаций**, встречающихся в жизни большинства людей. Это болезни, неудачи, неурядицы в личной жизни, несчастные случаи и т. п. Наш опыт показывает, что предложенный в книге подход позволяет очень быстро и навсегда избавиться от подобных проблем. Причем избавиться от проблем самому, не прибегая к посторонней помощи. А раз проблемы покинут вас, то останется только радость от приятной и успешной жизни.

Нет особых требований

Одно из достоинств предлагаемой методики — она максимально адаптирована к ритму жизни современного человека. Для ее использования не нужны специальные способности, специальное время, отдельное помещение и т. д. Ей можно пользоваться в любой свободный момент времени, который образовался у вас. Наши упражнения можно использовать, когда вы едете в машине или в поезде, когда вы кого-то ждете или у вас выдалась минута свободного времени. Это очень удобно, потому что не нужно менять привычный ритм жизни.

Использование местоимения «мы»

В дальнейшем в тексте книги я буду вести изложение, используя местоимение «мы» вместо «я». Это происходит потому, что здесь я выступаю как от себя, так и от коллектива моих помощников и коллег, которые в течение многих лет вместе со мной занимаются развитием и продвижением этой системы взглядов. Я искренне благодарю их за помощь и участие в развитии методики.

Это — укороченный вариант полной методики Разумной жизни

Эта книга является четвертой редакцией рукописи, написанной еще в 1998 году. С тех пор прошло много лет, но масса людей все еще живет не так, как им хочется. Они не любимчики, а пасынки Жизни. А ведь у них есть реальная возможность сделать свою жизнь более гармоничной и успешной, нужно всего лишь пересмотреть некоторые свои убеждения и установки. Поэтому книга нужна еще множеству людей.

В этой книге собраны основные идеи, которые мы называем методикой Разумной жизни. В последние годы она получила большое развитие во многих странах. У нас наработано много рекомендаций и примеров по применению этого подхода в различных сферах жизни — в личной и семейной жизни, в бизнесе и на работе, в отношении своего здоровья. Все это обобщено под общим названием Методика (или Технология) Разумной жизни, и полностью она изложена в книгах [1-10], на сайте www.sviyash.ru

Множество людей во многих странах мира уже используют эту методику, и их жизнь резко изменилась к лучшему, недоступные прежде цели стали для них повседневной реальностью.

Если вам понравится то, что вы читаете на страницах этой книги, то вы можете ознакомиться и с остальными материалами нашей технологии Разумной жизни, и использовать их для достижения нужных вам целей. Центр позитивной психологии «Разумный путь» поможет вам на этом пути своими тренингами и личными консультациями наших специалистов.

Так что приглашаю вас сделать свою жизнь немного более осознанной и счастливой! Успехов вам на этом пути!

С уважением Александр Свияш.

1. Как понять уроки Жизни

В первой части книги мы будем учиться понимать, чего добивается от нас Жизнь, какие уроки она нам дает и как стать ее любимчиком. В последующих главах мы расскажем о том, какие выводы нужно будет сделать из этих уроков и как правильно пользоваться тем, что вы стали любимчиком Жизни.

Разные стратегии достижения цели

Каким образом Жизнь может влиять на поведение человека? Очень простым — она либо помогает, либо мешает на пути к его целям и устремлениям.

У каждого человека имеются в жизни какие-то желания и цели — получить образование или любимую работу, заработать много денег, создать семью, вырастить детей, добиться успеха в каком-то деле и так далее. Все идет к своим целям и большинство рано или поздно их достигает. Но у одних это получается быстро и легко, а у других — долго и тяжело. Давайте подумаем, почему так получается.

Теоретически возможны две различные стратегии достижения любой желанной цели.

Первый вариант — это путь силы, борьбы, преодоления трудностей. В животном мире аналогом является поведение бизона или кабана, которые никого не боятся и сносят все препятствия на пути к своей цели. Некоторые люди так и действуют в жизни, упорно и с азартом преодолевая многочисленные препятствия. Можно сказать, что вся их жизнь посвящена борьбе. Им даже нравятся препятствия, поскольку они позволяют ощутить жизнь во всей ее полноте — пока здоровья хватает, конечно.

Понятно, что для достижения успеха на этом пути требуются немалое мужество, внутренняя уверенность в победе, большая энергичность, врожденные лидерские качества. Такой набор качеств имеется далеко не у каждого человека.

Рисунок. Человек идет вперед, а вокруг него поломанные деревья, упавшие люди, сломанные автомобиль и пр. — он все снес на своем пути

Второй вариант — это путь спокойного и уверенного достижения своей цели, практически исключая участие в конфликтах, борьбе, преодолении больших трудностей. Это путь мудреца, который не тратит свои силы на борьбу с людьми, не осознающими, что они творят.

В животном мире так может вести себя, например, дикая лошадь. Она тоже достаточно сильна, но предпочитает прислушиваться к внешним звукам и посматривать по сторонам — нет ли там какой угрозы. Это позволяет ей не вступать в борьбу без особой необходимости.

Второй путь подходит значительно большему числу людей, не обладающих врожденными выдающимися лидерскими способностями. Мы будем рассматривать именно его. То есть мы будем учиться идти к желанной цели, прислушиваясь к тем сигналам, которые постоянно посылает нам Жизнь. А она все время взаимодействует с нами, только мы не привыкли слушать ее подсказки и отдавать ей правильные распоряжения. Нас этому никто не научил, поэтому приходится совершать множество ошибок, которые и являются причиной того, что наши желания не сбываются.

Что мешает

Главным выводом наших исследований проблем с достижением поставленных целей стал следующий. Основной причиной плохой реализации желаний является то, что **человек находится во внешнем или внутреннем конфликте с окружающим миром или с самим собой.** А одним из самых главных условий получения практической помощи от Жизни является способность **принимать окружающий мир таким, как он есть,** невзирая на его очевидное, с

нашей точки зрения, несовершенство.

Нужно отметить, что принять такую позицию очень сложно в нашем мире, который постоянно делится на бедных и богатых, верующих и атеистов, честных и нечестных и так далее. Но это **необходимое условие**. А чтобы вам было легче его принять, давайте рассмотрим, зачем же человек появляется в этом мире.

1.1 Зачем мы приходим в этот мир?

Практически во всех религиях мы встречаем указание о том, что человек не должен сам заботиться о своем существовании, а должен поручить это Богу или другим Высшим силам. В христианском Новом Завете мы встречаем заповедь: “Не собирайте себе сокровищ на земле, где моль и ржа истребляют, и где воры подкапывают и крадут...” В даосизме прямо говорится, что наш мир — это майя, иллюзия, и нет необходимости делать какие-то усилия по достижению успеха в нем — вы будете тратить время и энергию на погоню за миражом. Подобные утверждения можно найти в любой другой религии.

Но совершенно понятно, что эти лозунги прямо противоречат всем нашим убеждениям и жизненному опыту. Мы все прекрасно знаем, что если ничего не делать, то возникнут большие сложности, то есть можно оказаться без жилья, без работы, без здоровья, а кого это может устроить? Может быть, древние высказывали свои рекомендации по отношению к каким-то особым людям, например, монахам? Оказывается, нет. Все это относится к любому человеку. Но чтобы осознать это, нужно понять, зачем человек рождается в этом мире.

Для того, чтобы лучше понять ход дальнейших рассуждений, мы примем одно допущение, которое не будет оказывать никакого влияния на последующие рекомендации, но поможет лучше понять, откуда они возникли.

Мы будем исходить из неатеистических позиций, предполагающих **возможность многократного рождения души человека в различных телах**. Это явление в восточных религиозных учениях называется “реинкарнация”, и оно означает, что некоторая часть человека — а именно его бессмертная душа, после смерти человека может переселиться в другое тело. И так многократно, пока у души в этом будет потребность или желание. А вот чем это может быть вызвано, давайте рассмотрим чуть подробнее.

В принципе, как нам представляется, человек в своей высшей субстанции — бессмертной душе, мог бы не воплощаться на Земле, а оставаться бесконечное время в том мире, который мы обозначили как «непроявленный» (в Раю или Аду по христианству). Но многие предпочитают прийти на Землю, где их ждет далеко не сладкая жизнь.

Многоэтажность непроявленного мира

Это вызвано тем, что в непроявленном (далее по тексту — Тонком) мире большинство душ обитают совсем не в комфортных условиях. Из многих источников, в том числе религиозных, мы знаем о том, что **Тонкие миры многоэтажны**. Причем нижние этажи напоминают места обитания самых бедных жителей стран Африки или Азии. Самые нижние этажи Тонкого мира в христианстве называются “адам”.

А жизнь на верхних этажах Тонкого мира можно соотнести с жизнью очень обеспеченного человека в собственной вилле на отдельном острове. Поэтому, без сомнения, каждой душе хотелось бы занять там этаж повыше. Но номер занимаемого этажа определяется тем, сколько “грехов” имела душа человека в момент покидания земного тела, т. е. в момент смерти. А это уже напрямую связано с широко известным на Востоке понятием “карма”. Поэтому рассмотрим это понятие более подробно.

Древние учения Востока

Термин “карма” очень древний. В переводе с санскрита он означает “действие”. Тем самым еще в далеком прошлом люди понимали, что именно собственные поступки (действия) людей определяют их прошлое, настоящее и будущее.

По проблемам кармы написано множество книг, начиная с теософов и мистиков прошлого и заканчивая многочисленными изданиями современных авторов, причем подходы выбираются

самые разные. Кто-то рассматривает карму с позиций йоги, и даже появилась ее новая разновидность — карма-йога. Другие рассматривают карму сквозь призму религии, биоэнергетики, физиогномики и любых других областей эзотерических и иных знаний. При этом в качестве кармы рассматривается преимущественно тот **груз проблем или болезней, с которым душа человек приходит в наш мир**. У эзотериков это называется “зрелой” или “родовой” кармой. Соответственно, у читателя может создаться впечатление полной предопределенности и безысходности всей нашей жизни. К счастью, дело обстоит далеко не так.

Наш опыт показывает, что большинство проблем в жизни людей возникает из-за тех ошибок, которые **они сами совершают уже в сознательном возрасте**. Люди нарушают некоторые простые требования, которые они должны соблюдать в этой жизни, и в итоге у них возникают самые разные неприятности, проблемы, болезни и даже досрочная смерть. Но все это не следствие каких-то событий, произошедших в прошлых жизнях, вовсе нет! Человек сам создает себе проблемы и болезни, когда он неправильно относится к нашему миру, когда он придает избыточное значение каким-то одним сторонам жизни и считает недопустимыми другие ее варианты.

Жизнь многообразна, но человек не принимает Жизнь во всем ее многообразии. У него есть какие-то идеалы, ожидания от реальности, и он считает недопустимым, когда его ожидания разрушаются.

В нашей методике такие избыточно значимые идеи получили название «идеализации».

Понятие идеализации

Идеализировать — значит придавать избыточное, чрезмерное значение какому-то важному для вас аспекту жизни. А избыточность проявляется в том, что вы испытываете **длительные негативные переживания**, когда реальная жизнь не совпадает с вашими ожиданиями.

Например, идеализация возникает тогда, когда у вас в голове существует некоторая **идеальная модель** того, как должен вести себя муж (или жена), ребенок, знакомый, начальник, подчиненный, представитель власти и т. д. Вы знаете, как он должен себя вести. А он ведет себя немного (или совсем) не так. То есть **он не соответствует тому идеалу, который существует в вашем воображении**. Его поведение или поступки не соответствуют вашим ожиданиям. Поэтому вы становитесь агрессивным и пытаетесь заставить его поступать так, как вы считаете нужным. Либо вы впадаете в грусть или отчаяние от того, что он ведет себя неправильно. В обоих случаях **вы не принимаете этого человека** (а через него и весь мир) **таким, как он есть в реальности**, поскольку он не соответствует тому идеалу, который существует в вашем уме.

Идеализировать можно не только отдельных людей, но и ситуации окружающего мира в целом. Например, правительство ведет себя неправильно и ведет страну в тупик. Политики думают только о себе и не заботятся о народе. Религиозные экстремисты сошли с ума и не жалеют жизни в борьбе за свои абсурдные идеи. Жизнь несправедлива, множество невинных людей страдают в войнах или катастрофах, и так далее.

Объектом идеализации можете стать вы сами — если вы долгое время недовольны своей внешностью, способностями, привычками или чем-то еще.

И подобных идеализаций, которые так отравляют нашу жизнь, существует огромное количество. Дальше мы будем рассматривать их более подробно.

Идеализации явные и скрытые

Но перед этим предлагаем выделить две разновидности идеализаций: проявленную и скрытую.

Проявленная идеализация имеет место тогда, когда **что-то в этой жизни вызывает ваше длительное раздражение** (или другое негативное чувство). Это может быть все, что угодно:

работа, квартира, телепередача, правительство, начальник или сотрудник на работе, теща, жена или муж, ребенок, любимый человек, автомобиль, вы сами. Если у вас есть объект, вызывающий постоянное раздражение, то это означает, что вы идеализируете этот объект, придаете ему избыточное значение. Т. е. вы знаете, каким он должен быть. А он не такой, поэтому вы им недовольны.

Вы можете открыто демонстрировать свои переживания, а можете тщательно скрывать их от окружающих людей, это не имеет значения. Важно то, что у вас возник длительный внутренний протест и вы не можете ничего с этим поделать.

Вторая **форма идеализации — скрытая**. Она имеет место, когда у вас нет постоянного недовольства по отношению к какой-то ценности. Иногда вы даже не подозреваете о том, что для вас очень значима какая-то идея относительно себя или других людей. Но вот **если эту идею как-то нарушить, то у вас в душе обязательно возникает вспышка недовольства, агрессивности или вы ощутите полную бессмысленность своего существования**. Например, вы можете выяснить, что не представляете себе жизни без любимой работы или семьи. Раньше, когда у вас это было, вы даже не задумывались, как для вас важна эта ценность. А вот когда вы это потеряли, то ощутили в полной мере, как для вас они были важны. Оказывается, вы их скрыто идеализировали.

Чтобы выявить скрытую идеализацию, **можно представлять себе жизнь, последовательно убирая из нее различные ценности** — какие конкретно, мы подробно будем рассматривать чуть позже. Если отсутствие этой ценности не вызовет никакой эмоциональной реакции, то вы ее не идеализируете, вы за нее не “зацеплены”. Если вы не можете представить себе жизнь без этой ценности (работы, денег, честного имени, семьи, детей, секса, власти и т. д.), то вы наверняка цените ее избыточно высоко. Вы можете даже не подозревать о наличии скрытой идеализации до тех пор, пока не попадете в ситуацию, где значимая для вас идея будет как-то нарушаться (например, вы привыкли к чистоте, и вдруг надолго оказываетесь в обстановке неопрятности и грязи, что вызывает ваше затяжное раздражение).

Вы не позволяете миру быть иным

Термин “избыточно” означает то, что **вы цените свою модель устройства мира** (например, что люди должны быть только честными, дети должны заботиться о родителях, люди не должны оскорблять друг друга и т. п.) **чересчур высоко** и считаете, что Жизнь не может существовать по иному, в другом варианте. Вы знаете, как должен быть устроен мир, и не представляете себе, что он может быть иным.

С религиозной точки зрения любая негативная эмоция есть результат **осуждения реальности**, то есть грех. Следовательно, придавая избыточное значение каким-то своим ожиданиям или ценностям, мы создаем почву для накопления грехов.

Значит, рано или поздно эта **ценность должна быть разрушена или отобрана у вас**, чтобы вы не забывали, что все дает и все забирает у нас только Бог. А заберет он у вас эту ценность потому, что вы недовольны чем-то в этом мире. А ведь этот мир создал Бог. Значит, вы им недовольны, то есть впадаете в грех, и **он указывает на ваши ошибки**. Не наказывает, как рабов, слуг или непослушных детей. А именно подсказывает, воспитывает, обращаясь к вам как к разумному существу, которое пока не понимает каких-то очевидных истин. И как только вы поймете его подсказки, его воздействия на вас в тот же момент прекратятся.

Жизнь учит нас не судить

Итак, если человек что-то идеализирует, то он попадает под процессы своего рода духовного “**воспитания**”. Это “воспитание” срабатывает **путем принудительного разрушения идеализируемой им земной ценности**. Тем самым Жизнь как бы показывает ему: «Смотри, твой идеал разрушен, а ничего страшного не произошло! Ты сам и жизнь вокруг тебя течет по

прежнему, ничего не изменилось! Так стоит ли тратить столько нервов в борьбе за свои иллюзии?».

Например, если вы чересчур страстно влюблены и идеализируете своего партнера, скорее всего, он вскоре бросит вас (или полюбит другую). И что, жизнь после этого остановится? Только для вас и только на то время, пока вы не избавитесь от своих переживаний — почти все люди уже прошли через это, и обычно не один раз.

Если вы идеализируете какие-то аспекты семейной жизни, то наверняка ваш супруг (супруга, дети, родители) не будет разделять именно эти ваши взгляды на семейную жизнь. И так по любому другому вопросу.

Чтобы более полно объяснить, почему все это происходит, мы предлагаем рассмотреть следующую модель.

Модель “накопителя переживаний”

Представим себе, что **все наши негативные эмоции**, которые мы испытываем, когда жизнь не совпадает с нашими ожиданиями, **в виде некоторой жидкости собираются в специальную емкость**, которая называется **“накопитель переживаний”**.

Через специальную трубу эта жидкость втекает в “накопитель переживаний” сверху и собирается в нем, характеризуя **количество накопленного** недовольства жизнью, проявленного в форме негативных переживаний.

Одновременно эта же жидкость через отдельные трубы потихоньку вытекает снизу — пропорционально нашим заслугам перед Жизнью.

Когда накопитель заполняется до некоторого уровня (накапливается определенное количество “грехов”), то срабатывает механизм принудительного духовного “воспитания”, и человеку тем или иным путем доказывается, что он зря придавал избыточное значение своим идеалам. Существует целых пять способов, с помощью которых Жизнь доказывает нам ошибочность наших чрезмерных ожиданий, и мы еще будем рассматривать их более подробно.

Наш мир — чистилище

Как мы уже указывали, в принципе человеческая душа может все время находиться в Тонком мире и не заселяться в человеческое тело. И, естественно, каждой душе хочется переселиться на этаж повыше. А, как мы уже говорили, каждая душа занимает этаж в соответствии с заполненностью “накопителя переживаний” на момент смерти.

Уменьшить наполнение своего накопителя, находясь в Тонком мире, наверное, можно, но для этого нужен слишком большой промежуток времени. Возможность совершения там каких-то поступков, в результате которых уровень жидкости в “накопителе переживаний” уменьшится, очень мала. Значительно быстрее это можно сделать, находясь в человеческом теле.

Наша планета является тем самым местом, где **можно достаточно быстро уменьшить заполнение своего “накопителя переживаний”**. По иному, наша планета — это своего рода “чистилище”, где можно довольно быстро очиститься от прежних грехов. Именно поэтому обитатели **нижних этажей Тонкого мира** особенно часто стремятся попасть в наш мир, чтобы избавиться от последствий прежних ошибок. Но возможности выбора у них сильно ограничены, поэтому здесь они, в соответствии со своими прежними ошибками, попадают в страны и семьи, обремененные бедностью, болезнями, войнами, насилием и т. д. Подобная среда обитания обычно не располагает к благости и всепрощению, поэтому душе достаточно сложно реализовать свое намерение и тем самым вырваться из круга закоренелых «грешников». Но если человек и в таких условиях сумеет не озлобиться и не обидеться на мир, то уровень заполнения его “накопителя переживаний” резко уменьшается.

Для чистых душ, обитающих на **верхних этажах Тонкого мира**, наша Земля является тем местом, куда можно прийти и **попробовать реальных ощущений**, реальной жизни, помочь

людям осознать свои заблуждения. Поэтому многие просветленные души приходят на землю, хотя могли бы этого не делать. Они выбирают себе тело для новой инкарнации и направляются на землю с самыми лучшими намерениями. Причем многие наверняка берут на себя обязательства **нести добро и благодать людям, просвещать и исцелять их**, помогая им учиться правильно относиться к Жизни.

А некоторые обитатели верхних этажей могут просто **попроситься на экскурсию в наш мир**, чтобы испытать те ощущения, которые можно получить только в реальном мире и только в человеческом теле — любви, секса, наслаждения пищей, человеческими взаимоотношениями, материальным достатком, созиданием, творчеством и т. д. Именно они, скорее всего, рождаются в очень обеспеченных семьях, становятся богачами сразу после рождения и живут, наслаждаясь жизнью и не зная никаких материальных проблем — если, конечно, они не нарушают правил поведения путешественников на экскурсии.

Но, к сожалению, попав в наше “чистилище”, далеко не все помнят о своих обещаниях и светлых намерениях. Земные страсти захватывают человека, он забывает о том, что **он в этом мире находится всего лишь на краткой экскурсии**. Краткой потому, что наши 70–90 лет — это всего лишь мгновение по сравнению с миллионами лет существования нашей бессмертной души.

Наша жизнь — экскурсия

Когда души направляются в очередное воплощение на землю, им дается напутствие типа: “Не забывайте, что вы идете на экскурсию, почти как в музей. Ведите себя соответствующим образом”.

Поэтому **наша жизнь — это экскурсия**. Но это экскурсия не в обычный исторический музей, где все экспонаты лежат за стеклянными витринами, и на них можно только смотреть и нельзя трогать. Это современный музей, такой, как **музеи техники** в развитых странах, где каждый посетитель может потрогать и поиграть практически с любым экспонатом. Стоящие там приборы демонстрируют различные физические эффекты — эхо, интерференцию, дифракцию, магнетизм, лазерное излучение и т. д. Посетитель может крутить любые ручки и рычаги, нажимать кнопки и включать в действие любой экспонат.

Таким образом, купив входной билет в такой музей, человек имеет право играть с любым экспонатом неограниченное время (в пределах рабочего дня, конечно). Но он не может унести эти экспонаты с собой, он не считает их своими. Он пришел, попользовался и ушел.

Точно также обстоит дело и с душой человека. Когда она отправляется на землю, ей говорят: “Мы даем тебе возможность стать человеком. Сходи, посмотри, **попробуй все, что там есть**. Если сможешь, исправь свои грехи. Но не забывай, что тебя пустили туда на время. И это все не твое, это не твой собственный мир. Пользуйся всем, что там есть. Но не нарушай правила поведения посетителей музея и будь благодарен тому, кто тебя туда пустил”. **Таковы правила, и каждый человек обязан их соблюдать.**

Рисунок. Мужчина стоит, держа красотку под мышкой, пачку денег в руке, бутылки под другой мышкой и сидя на машине.

К сожалению, наша душа обычно забывает об этом напутствии. И попав в реальный мир, она **считает его единственным**. Именно этому учит атеизм и вся наша система воспитания. Между тем любая религия напоминает нам, что это все не наше, это все принадлежит Богу. Но это напоминание мало кто слышит.

Люди почему-то этому не верят. И начинают полностью погружаться в этот мир, “зацепляться” за него. Любовь — значит, со всей страстью погружаются в любовь, считая, что это их собственная любовь и что они не смогут жить без нее. Или со всей страстью привязываются к деньгам. Или к власти. А как только появляется избыточная привязанность,

человек забывает о том, кто создал и управляет этим миром. Причем от него даже **не требуется особой любви к Богу**. Нужно только не забывать, что все в этом мире принадлежит Богу, и вести себя соответствующим образом. **Взял, поиграл и положил на место**.

Именно так обстоит дело с любыми избыточными привязками — к материальному миру, духовным качествам, способностям, творчеству и всему прочему. Но в реальной жизни обычно получается не по правилам. Например, если человек при рождении получил способности и хорошо рисует картины, то он переполняется гордыней: я исключительный, я творец, я выше всех. Это типичное ошибочное убеждение, и человек вместо того, чтобы очищаться от прежних грехов, начинает добавлять новые. Он начинает придавать избыточное значение своим способностям и испытывает в связи с этим массу негативных переживаний. В результате этого открывается соответствующий клапан и его “накопитель переживаний” начинает заполняться. Человек пришел уменьшить уровень в “накопителе переживаний”, а вместо этого начинает его увеличивать.

Понятно, что если он пользуется своими способностями с радостью и не впадает в переживания при любом развитии текущих событий, то никаких особых проблем у него не возникает — его не нужно “воспитывать”. Но так бывает, к сожалению, очень редко. Практически все люди так или иначе нарушают правила проживания в нашем мире, и Жизни приходится их поправлять.

Нас контролирует “смотритель”

У самого Творца, скорее всего, достаточно своих дел и нет времени постоянно следить за мыслями, эмоциями и поступками миллиардов людей. Поэтому мудрая природа **прямо в душе человека** предусмотрела некий механизм, который **постоянно следит за его мыслями и поступками**, и в соответствии с ними, регулирует уровень поступления жидкости в “накопитель переживаний”. Как функционирует этот механизм и кто ведет учет наших грехов мы рассмотрим несколько позже, а сейчас обозначим его словом **“смотритель”**.

Как раз он **следит за мыслями и поступками человека**, подсчитывает уровень заполнения “накопителя переживаний” и принимает решения, что делать с человеком, какие уроки ему следует преподнести.

Воздействия при заполнении “накопителя переживаний”

Пока “накопитель переживаний” **заполнен не более, чем до половины**, то “смотритель” не имеет к человеку больших претензий. Человек живет комфортно, жизнь его радует и все его желания легко сбываются. Это **уровень удачи**, когда Жизнь с удовольствием помогает человеку жить и быстро исполняет его пожелания. Он — ее любимец.

Но как только он начинает идеализировать что-то, он погружается в длительные переживания, которые наполняют сосуд. Когда сосуд **заполняется на две трети**, “смотритель” начинает принимать свои “воспитательные” меры. Он начинает высылать человеку напоминания типа: “Гражданин, вы забыли, что вы только посетитель в этом мире. Если вы купили билет и пришли сюда, то почему вы думаете, что все это ваше. Положите, что взяли, обратно”. То есть человеку начинают посылать уже довольно **сильные сигналы**, и если он их не понимает, то ситуация резко ухудшается.

В принципе, «воспитательные» сигналы по мелочам посылались и раньше, но теперь они возрастают и становятся постоянными. В зависимости от того, по отношению к чему возникла идеализация, у человека эпизодически появляются крупные неприятности на работе, возникают проблемы во взаимоотношениях с близким человеком, сложности с выплатой кредитов, конфликты в семье, у него крадут деньги или вещи, он попадает в аварию (пока еще с легким исходом) и т. д.

Если человек не воспринимает это как персональный сигнал, а считает эти события

случайностью и продолжает вести себя по-прежнему, то ему посылается более строгое предупреждение. **Никаких случайностей в нашем мире нет — в этом отношении он строго детерминирован.** Все неприятное, что с вами происходит, организовано вашим собственным “смотрителем” и является напоминанием вам о неправильном отношении к миру.

В принципе, вы можете отвергнуть эти рассуждения и отнести происходящие с вами неприятности к случайностям. Но тогда вы уподобитесь дикарям, которые не хотят осваивать уже известные человеку знания, а относят молнию и пролетающий самолет к чудесам одного порядка.

Если с вами происходит неприятность, то вы можете быть уверены, что это ваш собственный “смотритель” договорился, например, со “смотрителем” жулика о том, что он украдет именно ваши деньги. Или договорился со “смотрителями” грабителей о том, что они украдут именно вашу машину. Тем самым **вам посылается напоминание о том, что вы что-то неправильно делаете в этой жизни, нарушаете какие-то законы и правила.**

Но обычно человек не понимает этого и продолжает жить по-прежнему. Украли машину — получил страховку и купил другую. Купил другую машину — попал в аварию, разбился. Тут вроде бы самое время задуматься о жизни, но удобнее списать все на случайность или на действия другого человека. Подумаешь, попал в аварию — мало ли что бывает, виноват обычно другой. Мы продолжаем упорствовать в своих заблуждениях, и тогда Жизни приходится давать нам более жесткие уроки.

Когда “накопитель переживаний” **заполняется более чем на 80 %**, то “смотритель” начинает посылать довольно сильные сигналы. Как мы уже говорили, с человеком происходят несчастные случаи, разрушается семья, возникают крупные неприятности по работе — его увольняют либо расстраивается его бизнес. В первую очередь **него разваливается то, к чему он избыточно привязывается в нашем мире.** У бизнесмена наступает полный крах во всех его делах, пропадают клиенты, появляются долги и никакие усилия исправить ситуацию не дают результата. У домохозяйки может разрушиться личная жизнь, возникнуть огромные проблемы с детьми или другими родственниками и пр.

Если человек не понимает смысла этих сигналов, то возникают тяжелые болезни. Хотя сигналы в виде болезней идут практически все время — из-за ошибочного образа мыслей практически здоровых людей найти почти невозможно. Поэтому к болезням добавляются несчастные случаи.

Поскольку с недугами физического тела довольно эффективно борется медицина, то “смотрителю” иногда сложно навязать болезнь какому-нибудь человеку — например, спортсмену. Но у “смотрителя” много других возможностей послать предупреждение. Если с болезнь не получается, то у человека **разваливается судьба** — возникают проблемы по многим вопросам.

Например, тот же спортсмен, будучи на вершине успеха, часто начинает придавать избыточное значение своей славе и известности. Он начинает поглядывать на остальных людей как бы сверху, с презрением — это явление даже получило название «звездная болезнь». Как вы наверняка догадались, это очевидное **нарушение правил поведения туриста на экскурсии.** В итоге открывается соответствующий клапан, “накопитель переживаний” наполняется, и у преуспевающего спортсмена начинает разваливаться судьба. Он слетает с пьедестала успеха, его никто не берет на работу, люди от него отворачиваются. Он считает, что жизнь потеряна. А на самом деле идет процесс духовного очищения души путем унижения его же собственной гордыни, его презрения к остальным людям. Его ставят в ситуацию тех людей, которых он раньше презирал. Если он осознает это и попросит прощения за свои ошибки, то ситуация быстро исправится.

Но обычно человек не понимает этого. Он не понимает, что это именно Жизнь позволила ему поучаствовать в земной игре под названием “спорт” и занять в ней пьедестал почета. И именно она чуть позже засунула его на дно жизни с тем, чтобы он понял, что он такой же путешественник в этой жизни, как и те люди, которых он раньше презирал.

Когда душа приходит на Землю, **ей разрешается играть в любые человеческие игры**. Ей можно играть в бизнес, любовь, войну, власть, духовность, искусство и т. д. Но она не должна забывать, что она пришла на Землю как в музей, или, скорее, как в **большой природный заповедник** (или национальный парк).

Наша жизнь — путешествие в национальный парк

Всем известно, что, купив путевку, в национальном парке можно поставить палатку, пожить, иногда можно даже пострелять дичь — при наличии соответствующего разрешения, конечно. Но там нужно всегда помнить, что **тебя постоянно контролируют**. И что как только вы нарушите правила пребывания в заповеднике, то тут же придет местный смотритель (лесничий) и возьмет с вас штраф. А если нарушение грубое, то выставит вас из заповедника или даже отправит в тюрьму.

Пример с национальным заповедником хорош тем, что на нем можно показать, **как человек должен относиться к окружающему миру**. Человеку может что-то не нравиться в окружающем мире, но это не должно вызывать у него агрессивности или обиды. Например, в том же заповеднике человеку может не понравиться, что у жирафа слишком длинная шея или что лев слишком громко рычит. Или что на ваших глазах лев поймает и загрызет антилопу, и, может быть, даже не станет ее есть.

Вам это может сильно не нравиться, но вы будете прекрасно понимать, что **изменить ничего нельзя**. Поэтому вам поневоле **придется принимать мир заповедника таким, как он есть**. Не будешь же, в самом деле, раздражаться или обижаться на длину шеи жирафа. Или на кровожадность льва. А вот в нашей реальной жизни люди почему-то раздражаются или обижаются на политический строй, депутатов, бизнесменов, родственников, знакомых и т. д. Сделать все равно ничего нельзя, можно только добавить себе грехов за счет неправильного восприятия того, что создано не нами и от нас не зависит.

Поэтому правильная позиция в нашей жизни — это позиция экскурсанта, который прибыл в этот мир на некоторое время. **Мир создан не нами и нужно принимать его таким, как он есть**. Он принадлежит вовсе не нам, и за нами постоянно наблюдают, чтобы мы не нарушали правил поведения, установленных владельцами этого заповедника.

Но, придя в эту жизнь, человек не знает или почему-то забывает, что есть “смотритель”, который все время следит за нами. И нарушает правила поведения в заповеднике, получая соответствующие напоминания.

В рамках этой модели можно очень хорошо объяснить, почему в случае возникновения критических ситуаций можно страстно обращаться к Богу, и это помогает. **Что такое критическая ситуация?** Это случай, когда вы долго нарушали правила поведения туристов в заповеднике, лесничий вас застукал на этом и тащит в тюрьму. Кто может спасти вас в такой ситуации? Лесничий — вряд ли, он исполняет свой долг, да вы и не знаете, как с ним можно договориться. Остается уповать только на милость «хозяина» заповедника, т. е. на Бога. А лучший способ обратить его внимание на ваши неприятности — долго и убедительно распространяться о ваших искренних и светлых чувствах к хозяину заповедника. Возможно, он поверит и простит на этот раз. Как известно, Бог милостив. Он, конечно, понимает **некоторую неискренность вашей любви**. Да и с чего бы ей быть искренней, ведь до попадания в критическую ситуацию вы, скорее всего, очень редко вспоминали о нем. Но когда ситуация поджигает, то человек может полюбить кого угодно. Важно только потом не забывать о своих

обещаниях.

Потому что Бог хоть и милостив, но у него не всегда хватит времени и возможности прощать вам очередные прегрешения. А вот ваш собственный “смотритель” всегда начеку. И, зная вашу повышенную изворотливость, в следующий раз он может придумать вам такой «воспитательный» процесс, что вы не успеете в очередной раз обратиться за помилованием. И получите все сполна.

Именно поэтому в критических ситуациях пересмотр своего отношения к земным ценностям и страстные молитвы о любви к Богу срабатывают достаточно эффективно.

Воздействия при полном “накопителе переживаний”

А мы пока продолжим о духовных “воспитательных” воздействиях. Когда “накопитель переживаний” наполняется **почти доверху** (90–95 %), у человека появляются смертельные болезни или очень серьезные неприятности типа попадания в тюрьму. Если человек опять не понимает, что он нарушает правила поведения туриста в заповеднике, и начинает надеяться на врачей, целителей или собственную службу безопасности, то к нему применяют крайние (с нашей точки зрения) меры.

На этом этапе “накопитель переживаний” **переполняется**, и терпение у “смотрителя” заканчивается. Если человек успеет осознать, что он неправильно ведет себя в этом мире, и резко изменит свой образ мыслей и поведение, то соответствующий клапан перекроется и уровень в “накопителе переживаний” несколько понизится. Тогда болезнь уходит — случаев самопроизвольного излечения рака или СПИДа известно немало.

Если же психология человека и его поведение в мире не меняется, то у него забирается жизнь — он умирает ранее естественного срока.

Но умирает он с переполненным “накопителем переживаний”. Полный сосуд тяжел, поэтому **душа человека застревает на нижних этажах Тонкого мира** — практически в аду. Соответственно, там она получает полный комплекс удовольствий. Если человек что-то идеализировал в этой жизни и за это у него забрали жизнь, то там он попадает в общество точно таких же людей (душ). Если он в этой жизни презирал людей, то там он попадает в общество тех, кто будет презирать его. Можете представить себе, как сладко жить в мире, где все презирают друг друга.

Если человек придавал избыточное значение сексу, то он попадет в общество сексуально озабоченных людей и будет постоянно терпеть унижения на этом поприще.

Таким образом, после смерти каждый попадает на такой этаж в Тонком мире, который соответствует уровню заполнения его “накопителя переживаний” на момент ухода из этого мира. Каждый сам создает себе свой Ад или Рай. Чтобы наполнение “накопителя переживаний” было поменьше, у пожилых людей отбирается способность к сексу, чувствительность к пище и другим плотским удовольствиям. Тем самым к старости уменьшается число “зацепок” за материальный мир и человек, даже не подозревая об этом, успевает немного осушить свой “накопитель переживаний”.

Итак, мы рассмотрели ситуацию с человеком, который **не осознает, что он временный путник на нашей планете**, и ведет себя соответствующим образом.

Теперь рассмотрим случай, когда человек осознал, что он гость на этой планете, что он попросился на экскурсию, и его пустили сюда.

Осознанная экскурсия на землю

Направляясь на Землю, он, скорее всего, купил входной билет. Ценой, вероятно, было **обещание нести свет и помощь людям**, просвещать и поддерживать заблудших. И тем самым немного почистить свой “накопитель переживаний”, если там еще что-то было. Естественно, что душа с высокого этажа Тонкого мира имеет широкий выбор, где и как ей воплотиться на

земле. Чтобы не испытывать дополнительных страданий и не бороться за выживание в детстве, эти души обычно рождаются в хорошо обеспеченных семьях — об этом говорят биографии большинства известных духовных лидеров.

Кроме того, ей часто даются способности, например, к спорту, рисованию, музыке, сочинению стихов, целительству, управлению финансами, торговле и т. д. Эти способности призваны облегчить человеку существование в нашем мире, поскольку при их использовании он будет более успешен, нежели другие люди, не обладающие этим талантом. Но, с другой стороны, можно сказать, что способности одновременно являются своего рода **испытанием**. Это именно испытание, потому что **при наличии таланта гораздо легче начать идеализировать свои способности, славу, известность, материальные блага** и т. п. И если человек сумеет реализовать свои способности и не впасть при этом в гордыню, презрение к людям и другие “звездные” амбиции, то он может достаточно сильно осушить свой “накопитель переживаний” и подняться на этаж выше в Тонком мире.

К сожалению, известные нам биографии жизни известных художников, поэтов, писателей, ученых и других известных личностей показывают, что большинство из них жили, обуреваемые страстями и земными привязанностями. Скорее всего, в итоге они попали на пару-тройку этажей ниже чем тот, с которого они пришли к нам.

Человеку доступно все земное

Все вышесказанное вовсе не означает, что мы придумали еще один способ запугать вас, и мы предлагаем бояться всего. Совсем нет. **Человек приходит на Землю, чтобы попробовать все, что здесь есть. Поэтому каждый может заниматься бизнесом и политикой, любовью и сексом, повышать свое благосостояние и самовыражаться в творчестве.** Можно и нужно делать все это с азартом и удовольствием. Важно только не переступать ту тонкую грань, когда человек перестает относиться ко всему, как к игре, и начинает всерьез презирать, обижаться или ненавидеть. Это уже ошибка, которая приводит к «воспитательным» процессам.

Но как же вычислить эту самую тонкую грань, за которой наступает “воспитательный” процесс? Как нам представляется, каждый человек должен ощутить ее самостоятельно, хотя и мы дадим дальше некоторые рекомендации. Например, если на рыбалке у вас в последний момент сорвалась крупная рыба, вы наверняка будете очень остро и эмоционально переживать этот промах. Но чуть позже **вы примете эту ситуацию** и простите себя, рыбу и весь мир. Точно также нужно относиться и к остальным неудачам — в личной жизни, работе, творчестве и т. д. Произошло, так произошло, что тут поделаешь. Тогда вы легко будете идти по потокам жизни, и все ваши замыслы будут исполняться легко и быстро.

Первые выводы

А мы пока коротко сформулируем те выводы, которые вытекают из предыдущих рассуждений.

Приведенная модель устройства мира и цели появления человека в нем объясняет причины возникновения многих (но не всех) болезней, неприятностей и несчастных случаев. Она объясняет, почему иной, совсем нерелигиозный человек может быть более угоден Богу, чем человек, усердно исполняющий обряды своей религии и на основании этого с презрением поглядывающий на остальных людей.

Предлагаемая модель **согласована с идеей любой религии о том, что все в этом мире принадлежит Богу**, поэтому нужно научиться не впадать в длительные переживания, если что-то или кто-то не соответствует вашим ожиданиям. С другой стороны, если человек понимает правила поведения в этом мире и принимает этот мир таким, как он есть, то он вполне может попросить у Жизни все, что ему нужно. И он наверняка это получит, поскольку на нашей планете все блага имеются в изобилии, и только мы сами не пускаем их в свою жизнь.

А теперь пора подвести первые итоги.

ИТОГИ.

1. Человек приходит в наш мир и может делать в нем все, что он хочет (естественно, не нанося при этом вреда другим людям и не совершая насилия по отношению к ним). Но при этом он ничего не должен считать “своим” и не должен идеализировать какие-либо земные ценности. Он находится всего лишь на краткой экскурсии в наш мир и должен относиться к своим успехам и неудачам как к игре.

2. Если человек начинает придавать избыточное значение каким-то материальным или духовным ценностям, то есть идеализировать их, то его “накопитель переживаний” переполняется и Жизнь начинает заниматься его духовным “воспитанием”. Она разрушает те ценности, которым он придает избыточное значение, доказывая ему иллюзорность его убеждений.

3. Если человек не понимает этих сигналов и продолжает нарушать правила прожизвания в нашем мире, у него досрочно забирается жизнь.

4. Если человек пересматривает свое отношение к жизни и людям, перестает придавать избыточное значение своим ожиданиям или идеям, то Жизни больше не нужно давать ему уроки — он уже усвоил их. В результате он может избавиться от заболевания любой степени сложности, от неприятностей, несчастных случаев и всего остального, что мешает ему жить.

1.2 «Накопитель переживаний»

Напомним, что под термином “накопитель переживаний” мы понимаем некоторый **условный сосуд, в котором собираются “грехи” человека**. Причем мы сразу хотим отметить, что здесь имеются в виду вовсе не те мысли и поступки, которые мы привыкли считать грехами в соответствии с нашими нормами морали и религиозными канонами.

Как нам представляется, основным “грехом”, из-за которого у людей возникает множество разных проблем, **является недовольство жизнью**, проявленное в форме длительных негативных переживаний. И как раз последствия этого неприятия реальности скапливаются в “накопителе переживаний”.

Как в действительности выглядит “накопитель переживаний”, мы не знаем. Скорее всего, в реальности он не существует, это просто удобный образ для описания процессов, происходящих в нашей жизни.

Поэтому ничего не мешает представить нам “накопитель переживаний” в виде емкости, в которую сверху поступают наши “грехи” в виде условной жидкости. Именно такая схема “накопителя переживаний” показана на рисунке 1.

На ней сверху мы видим трубу с расположенными над ней клапанами. Каждый клапан соответствует отдельной идеализации. Если идеализация у человека имеется, то соответствующий клапан открыт и через него жидкость попадает в сосуд.

Напоминаем, что **идеализация** какой-то материальной или духовной ценности возникает, когда человек **придает чрезмерное значение этой ценности** — независимо от того, обладает он ею, или только мечтает о ней. И **впадает в длительные переживания**, если что-то в реальном мире не соответствует его ожиданиям.

Идеализация земных и духовных ценностей

Труба, по которой накапливаются наши “грехи” — это **идеализации земных и духовных ценностей**, к которым можно отнести избыточную привязанность человека к следующим аспектам нашей жизни:

* **Деньгам и материальным ценностям.** Почти всем людям не хватает денег и материальных благ, и это нормально, поскольку желание иметь деньги движет людей к новым достижениям. Идеализация денег возникает лишь тогда, когда вы постоянно переживаете по поводу своих доходов и считаете, что на имеющиеся у вас средства жить нельзя.

* **Красоте и внешней привлекательности.** Подобная идеализация имеет место, если вас постоянно беспокоит, как вы выглядите, достаточно ли вы красивы, хорошая ли у вас фигура, хорошо ли вы одеты и причесаны и т. п.

* **Работе.** Многие люди являются “работоголиками” и не представляют себе жизнь без любимой работы. Поэтому периодически они получают “щелчки” в виде неудач в делах либо совсем остаются без работы.

* **Семье, детям.** Эта идеализация возникает, когда вы уверены, что обязательно должны иметь семью или ребенка, а с этим возникают сложности. Или когда у вас есть четкая модель того, как должны вести себя супруги, как должны складываться между ними отношения, как должны распределяться обязанности в семье, как нужно воспитывать детей и так далее. Когда близкие люди имеют другое мнение по этим вопросам и не желают соответствовать вашим ожиданиям, вы погружаетесь в длительные переживания.

* **Сексу** в его самых разных проявлениях. Вы можете в мыслях переспать со всеми девушками (мужчинами — для девушек) и не иметь реальных интимных контактов из-за робости, мнительности и т. п. Или постоянно тревожиться, достаточно хороший ли вы любовник

(любовница). Или придавать интимному контакту чрезмерное значение, расценивая его как большую жертву или удар по вашему самолюбию.

* **Увлечениям, хобби.** Этот аспект нашей жизни становится идеализацией только тогда, когда человек очень высоко оценивает свои успехи в каком-то виде увлечений (в том числе спорт и политика) и раздражается, когда кто-то высказывает сомнения в них. Предметом переживаний может стать все, что угодно. Например, умение ловить рыбу, готовить пищу, стричь, кататься на роликовых коньках и т. п.

* **Власть.** Власть любят многие, но не у всех есть возможность ее попробовать. Мужчины пробуют получить власть в обществе или на работе, женщины применяют ее в семейной жизни. Сама власть не вредна, она помогает управлять людьми. Идеализация власти возникает, когда имеет место патологическая жажда власти и наслаждение от ее применения в случае унижения других людей или попытки тотального контроля окружающих людей.

* **Вера во что-то, доверие.** Масса людей отдала свои жизни, пытаясь реализовать придуманные кем-то идеи — демократии, монархии, коммунизма, светлого будущего, хорошего правителя и пр. Множество ныне живущих людей верят в подобные идеалы и раздражаются, когда реальная жизнь развивается совсем по другим законам. Сюда же относится **избыточное доверие другим людям** — они вынуждены будут разрушать ваш идеал, не оправдывая вашего избыточного доверия. “Доверяй, но проверяй”, чтобы потом не обижаться, особенно в финансовых делах, учит нас народный опыт.

* **Нормы морали, нравственность.** Подобная идеализация характерна преимущественно для пожилых людей, получивших воспитание в соответствии с нормами своего времени. Соответственно, у них вызывает большое раздражение аморальное или безнравственное (с их точки зрения) поведение молодежи, изменение системы жизненных ценностей и многие другие перемены, происходящие в реальной жизни.

* **Отношения между людьми.** Подобная идеализация возникает, когда у вас есть точное представление, как должны вести себя окружающие люди — быть честными, выполнять взятые на себя обязательства, не хамить и т. д. Попав в обстановку, где люди ведут себя иначе, вы начинаете внутренне раздражаться или впадать в агрессивность, пытаетесь навязать свою модель честных или деликатных взаимоотношений.

* **Развитие, образование, интеллект.** Идеализация этих качеств характерна для научных работников, людей искусства, интеллигенции. Она порождает презрительное отношение к малообразованным или неразвитым людям.

* **Разумность.** Эта идеализация появляется тогда, когда вас раздражает глупость или неразумность поведения других людей. Вы считаете, что все люди — разумные существа и с ними всегда можно договориться, им всегда можно что-то объяснить. А они руководствуются какой-то странной и непонятной вам логикой, совершают безумные поступки. И чем больше вы переживаете по этому поводу, тем больше они упорствуют в своих заблуждениях.

* **Свое несовершенство.** Эта идеализация возникает, когда человек постоянно осуждает себя из-за кажущегося отсутствия у себя каких-то очень важных качеств (решительности, образования, предназначения, происхождения, связей и т. д.). Другое проявление этой идеализации — постоянный страх принять неправильное решение, в результате чего решение любого вопроса (что купить, куда поехать отдохнуть и т. д.) затягивается до бесконечности.

* **Способности.** Это идеализация (преувеличение) достижения своих успехов на любом поприще, превознесение своего профессионализма, нежелание слушать чьих-то советов или подсказок. Если успех не достигнут, то люди с подобной идеализацией начинают обвинять в своих проблемах жизнь, окружающих людей и т. д. Они очень обидчивы и очень болезненно реагируют на любое замечание или сомнения в правильности своих поступков.

* **Цель.** Идеализация цели возникает, когда вы решительно настроены на достижение поставленной цели и любые препятствия или задержки вызывают у вас большое раздражение. Вы можете нервничать и обвинять либо себя, либо других людей, это не имеет значения. Главное, что вы не можете перенести то, что ваша цель не реализуется.

* **Гордыню.** Подобное отношение к миру имеет место тогда, когда человек считает, что весь мир вращается вокруг него. И что бы в мире ни происходило, все направлено либо против, либо за него. Соответственно, человек считается только со своим мнением, потребностями и интересами, и презирает всех остальных.

* **Контроль окружающего мира.** Подобное отношение к жизни характерно для людей, занимающих любые руководящие должности. По роду своей работы они планируют, как должны развиваться события и раздражаются, когда их планы рушатся, в итоге они никому не доверяют, стараются сами сделать все дела. В семейной жизни эта идеализация проявляется как авторитарное поведение одного из супругов, навязывающего свою волю другим людям. Либо как постоянные страхи за жизнь своих близких людей или страхи перед неизвестным будущим.

Кроме перечисленных, возможна идеализация и любых других человеческих ценностей, включая даже **чрезмерную религиозность и веру в Бога**. Причем “воспитанию” подлежит не сама избыточная вера в Бога, естественно. А возникающее у некоторых верующих осуждение и презрение остальных, неверующих людей. Либо презрение к последователям других религий. Или даже претензии к Богу, что он недостаточно обращает на вас внимание.

Более подробное описание идеализаций с приведением характерных мыслей и форм их проявления вы можете найти в книге [10].

Каждая из рассмотренных выше идеализаций имеет свой **личный клапан** на трубе, и как только человек погружается в длительные переживания по поводу нарушения какой-то значимой для него идеи, клапан тут же открывается, и жидкость через него начинает поступать в “накопитель переживаний”.

Пока человек идеализирует хотя бы одну земную ценность, соответствующий клапан открыт и через него жидкость поступает в трубу, а затем в “накопитель переживаний”.

Но как только человек осознает ошибочность своего отношения к идеализируемой им ценности, клапан тут же закрывается и жидкость перестает поступать по этому каналу в накопитель. Если все другие клапаны тоже перекрыты (то есть у человека нет других идеализаций), то уровень заполнения накопителя начинает понижаться и Жизнь прекращает заниматься его духовным «воспитанием». Его ситуация начинает резко меняться к лучшему.

Очищение “накопителя переживаний”

Снизу у “накопителя переживаний” тоже имеется несколько труб, по которым жидкость из сосуда сливается (или “очищается”). Т. е. человек своей жизнью и мыслями накопленные грехи искупает.

Скорее всего, **нижние трубы все время приоткрыты**, и жидкость из сосуда все время потихоньку через них вытекает. Такой вывод можно сделать из следующего наблюдения: как только перекрывается поступление жидкости сверху, то сосуд сразу начинает потихоньку опустошаться, т. е. накопленные грехи постепенно уменьшаются. Видимо, наша не очень легкая жизнь способствует этому.

Очищение “накопителя переживаний” производится по четырем трубам.

Осознанные положительные поступки

Одна из нижних труб — **осознанные положительные поступки**. Человек может идеализировать что-то земное, но своими положительными поступками и хорошим отношением к людям он может открыть клапан на этой трубе и откачивать жидкость из “накопителя переживаний”, не доводя ее уровень до тяжелых последствий.

К осознанным положительным поступкам относятся проявления сочувствия, сопереживания, милосердия, бескорыстного служения светлым целям, благотворительность, жертвенность и подобные дела, направленные на благо других людей.

Например, если вы бескорыстно подарите эту книгу знакомому, испытывающему какие-то трудности, это будет относиться к осознанному положительному поступку.

Положительные качества личности

Вторая труба для отвода жидкости из “накопителя переживаний” — это **положительные качества личности**, такие как доброта, добродушие, веселость, оптимизм и т. п. Человек может быть очень привязан к чему-то земному, то есть иметь множество идеализаций, но вследствие природного добродушия и оптимизма его накопитель никогда не переполняется. В таком равновесии часто находятся толстые (любящие поесть) и добродушные люди.

Сторонние воздействия

Третья труба снизу — **воздействие других людей** (или **сторонние воздействия**). Любой человек может пойти к хорошему целителю или экстрасенсу, тот произведет какие-то манипуляции и откачает часть жидкости из “накопителя переживаний”. Но это **воздействие будет, скорее всего, кратковременным**, поскольку без перекрытия труб сверху “накопитель переживаний” довольно скоро вновь наполнится жидкостью — через неделю, месяц или год. Поэтому действие большинства экстрасенсов напоминает действие таблеток — пока пьешь, помогает, перестал пить — все возобновилось.

То же самое можно сказать о религиозных ритуалах очищения. Например, в христианстве это пост и исповедь. Для верующих людей они довольно эффективны, но человек должен делать их достаточно часто. Служители церкви достаточно хорошо понимают это и призывают прихожан очищаться каждую неделю.

Выполнение предназначения

Еще одна труба снизу — **выполнение той задачи, с которой человек пришел в наш мир**.

У каждого человека есть ряд специальных задач в цепи его реинкарнаций — создать семью, дать жизнь ребенку, побыть воином, ученым, сельским и городским жителем, создать что-нибудь новое, накопить определенный объем знаний и т. д. Похоже, что в цепи реинкарнаций **каждый человек должен попробовать все, что есть в этой жизни** — любовь, семью, власть, политику, педагогику, спорт, войну, работу руками и головой и т. д. Причем **некоторые люди за одну жизнь решают сразу несколько подобных задач**. Явным признаком такого отношения к жизни является **резкая смена вида деятельности**. Например, человек работал поваром или учителем, был хорошим специалистом и достигал отличных успехов в своей работе. Затем он без видимых причин бросает эту работу и начинает заниматься чем-то совсем другим, например, становится фермером или артистом. Достигнув успеха и удовлетворения в одном деле (т. е. решив одну задачу), человек хочет достичь успеха в совсем другом виде деятельности (т. е. решить другую задачу). В последние годы таких людей становится все больше.

Ориентировочно свое предназначение можно оценить с помощью гороскопа, в котором перечисляются основные сферы возможного успешного приложения ваших сил. Логика здесь простая. Если вашей душе нужно попробовать себя в руководстве коллективом, то ей целесообразно было родиться под знаком Льва. Если ей не хватало чувственности и любви, то она должна была родиться под знаком Скорпиона и т. д. Но это только ориентировочные оценки, то есть человек имеет полное право сделать и любой другой выбор, лишь бы он его устраивал и не приводил к переживаниям.

Направляясь в очередное воплощение, душа человека может выбрать себе какую-то задачу, которой она будет заниматься в этой жизни. Например, это может быть задача принести людям новое произведение искусства или новые научные знания, создать образцовую семью или

организовать работу людей на новом предприятии. В результате душа наработает новый опыт, сделает очередной шаг на пути своего развития.

К сожалению, что это за задача, люди обычно не помнят. Хотя не все так безнадежно. Люди часто ощущают **тягу к какому-то виду деятельности** — общественной или политической деятельности, бизнесу, педагогике, медицине, технике, творчеству и т. д. Если человек занимается тем, к чему его тянет, то **у него все получается и он доволен своей судьбой**, он получает удовольствие от жизни. Такое восприятие мира и есть индикатор исполнения человеком своего предназначения.

Если человек исполняет свое предназначение и получает удовольствие от того, чем он занимается, то клапан на этой трубе открывается и жидкость постепенно сливается из его “накопителя переживаний”.

Пустой “накопитель переживаний”

Таким образом, в какой-то момент времени “накопитель переживаний” может остаться **совсем пустым** — у такого человека совсем нет грехов. Это человек, не привязанный ни к чему земному, поскольку никакое событие не может погрузить его в негативные переживания. Он принимает мир таким, каков он есть. Обычно он имеет правильные убеждения и помогает людям — целительством, проповедями, своим образом жизни. На него никто не насылает негативных воздействий, а в случае таких воздействий к нему ничего не прилипает. Практически такого человека ничего не держит на нашей планете, **он находится здесь только по своему желанию и может уйти в любой момент**. Подобных людей совсем немного в нашем мире. Таковы, например, йоги высокого посвящения или адепты любой религии. По своему желанию они могут уходить в Тонкие миры и возвращаться назад в человеческое тело. Когда они считают, что полностью выполнили свое предназначение, они уходят из нашего мира, невзирая на свой возраст.

Один из путей сознательного перехода в такое состояние — это сознательный отказ от земных ценностей, или аскеза. Но этот путь мало приемлем для людей, живущих обычной жизнью — реальный мир всегда провоцирует нас на заботу о ближних, поиск средств для оплаты счетов и т. д. Занимаясь обычными земными делами, очень сложно удержаться от негативных переживаний, поэтому “накопители переживаний” подавляющего большинства людей далеко не пустые.

Таковы примерные источники заполнения “накопителя переживаний” и пути его очищения. Каждый из нас должен **примерить к себе, какой клапан у него “подтекает”** и не было ли у него в жизни событий, которые можно отнести к “воспитательным” процессам именно за это неправильное убеждение или идеализацию. Наверняка каждый сможет найти у себя в жизни не один случай, попадающий под это объяснение.

Мы предлагаем вам еще раз вполне осознанно проанализировать свою жизнь и определить, какие конкретно идеалы по поводу устройства этого мира у вас имеются, и насколько примерно заполнен ваш “накопитель переживаний”. В следующем параграфе мы поможем с этой оценкой. А пока пора подвести очередные итоги.

ИТОГИ.

1. “Накопитель переживаний” *заполняется по трубе, которая называется “идеализация земных и духовных ценностей”*. По этой трубе может поступать жидкость, характеризующая ваше неправильное отношение к этому миру.

2. Жидкость из “накопителя переживаний” *может сливаться по четырем трубам, которые называются “осознанные поступки”, “положительные качества личности”, “сторонние воздействия” и “выполнение предназначения”*.

3. Зная механизмы заполнения и опустошения “накопителя переживаний”, человек может

сознательно регулировать его заполнение и тем самым управлять своей судьбой и своим здоровьем.

1.3 Самодиагностика уровня накопленного негатива

В этом параграфе мы рассмотрим пути, по которым каждый человек сможет самостоятельно определить, насколько заполнен его “накопитель переживаний”. И принять соответствующее решение о своем дальнейшем поведении и отношении к жизни.

Сделать это можно следующим образом.

Первый этап самодиагностики

На **первом этапе** нужно **оценить, с каким грузом вы пришли в этот мир**. Или, по-иному, с какого этажа Тонкого мира пришла на землю ваша душа, то есть насколько был заполнен ваш “накопитель переживаний” на момент рождения — а у большинства людей он с рождения не совсем пустой.

В теософии этот груз, принесенный душой из прошлого, называется «зрелая карма». Именно она определяет наши будущие условия рождения, черты характера, привычки и прочее. Чем более радостно жил человек в прошлой жизни, чем меньше было заполнение его “накопителя переживаний” на момент смерти, тем больше у него были возможности выбора при очередном приходе в наш мир.

Для удобства и единообразия рассуждений примем, что **Тонкий мир делится на десять этажей**, отличающихся условиями существования душ на них. Первый этаж, соответственно, это ад, а десятый этаж — это рай. В действительности все обстоит, видимо, значительно сложнее.

Задача первого этапа нашей самодиагностики будет состоять в определении **примерной заполненности вашего “накопителя переживаний” на момент рождения**.

Заполненность сосуда удобно оценивать каким-то **количественным показателем**, например, процентами. Поэтому будем считать, что переполненный переживаниями сосуд заполнен на 100 % — это сосуд крупного грешника, долго и упорно нарушающего правила поведения в нашем мире. Пустой сосуд заполнен на 0 % — это сосуд святого, решившего прийти в наш мир для выполнения каких-то своих задач и не имеющего суждений относительно нашего мира (блаженного).

Каждый человек имеет начальное заполнение своего «накопителя переживаний» на момент рождения в диапазоне 3-25 %. Уровень заполнения можно примерно оценить по следующим показателям:

1. **в какой стране вы родились**. Рождение в стране со стабильной экономикой и устойчивой политической системой (Европа, Америка) говорит о том, что у вашей души были большие возможности выбора, которую имеют только обитатели верхних этажей Тонкого мира.

2. **в какой семье вы родились**. Как вы понимаете, выбор здесь достаточно велик. Кто-то рождается в семье Ротшильдов или арабских миллиардеров, а кто-то в семье малограмотных, нищих, пьющих или принимающих наркотики родителей. Первым, соответственно, обеспечена сытая и благоустроенная жизнь, вторым — масса острых, но не совсем приятных ощущений. Чем лучше вела себя ваша душа в прошлом, тем больше возможностей выбрать себе благополучную семью у нее были;

3. **уровень образования и культуры ваших родителей**. Души с верхних этажей Тонких планов, скорее всего, выберут себе родителей с максимально высоким уровнем образования, занятых администрированием, наукой или творчеством;

4. **ваше здоровье сразу после рождения**. Нормальное здоровье при рождении говорит о том, что ваш “накопитель переживаний” на момент смерти в прошлой жизни не был переполнен. Наличие врожденных заболеваний сразу относит вашу душу к нижним этажам Тонких планов;

5. есть ли у вас явно выраженные деструктивные черты характера. Несомненно, у каждого человека есть какие-то черты характера. Человека без характера не бывает. Но у кого-то характер уравновешенный, а кто-то излишне горяч, обидчив, склонен к жестокости или, наоборот, к излишней мягкости или унынию. Вот эти явно выраженные качества личности вы принесли с собой из прошлых жизней, и они показывают, что в прошлом вас обуревали сильные страсти. Особенно, если эти черты соответствуют знакам Зодиака и другим астрологическим прогнозам. Соответственно, это отразилось на содержании вашего “накопителя переживаний”.

Все рассмотренные показатели так или иначе указывают, какой была ваша прежняя жизнь и с каким грузом пришла ваша душа в этот мир. На их основе вы можете предварительно оценить заполненность своего “накопителя переживаний” на момент рождения.

Ориентировочные оценки

Как нам представляется, здоровый и талантливый ребенок, родившейся в очень обеспеченной и благополучной семье, имеет стартовое заполнение своего накопителя порядка 5–6%.

Здоровый младенец, родившийся в стране со стабильной экономикой у родителей с высшим образованием, имеющих собственное жилье и среднюю для своей страны обеспеченность, имеет заполненность “накопителя переживаний” примерно 10–12 %.

Младенец, родившийся в бедной семье, родители которого не имеют образования и стабильной работы, имеет заполненность накопителя порядка 15–18 %.

Если ребенок имеет тяжелое врожденное заболевание, то его душа имела в сосуде 20–25 % на момент рождения. Исходя из этих цифр, вы можете примерно определить этот параметр для себя.

Однако, оценивая заполненность “накопителя переживаний” на момент рождения, **не стоит преувеличивать его значение во взрослом, сознательном возрасте**. Ситуация к этому времени могла значительно измениться — в соответствии с вашим образом жизни и мыслей.

Со “святых” спрос строже

Рассмотренный параметр определяет лишь “стартовые условия”, с которыми вы пришли в этот мир. Причем, **чем лучше вы начинали (с меньшим грузом из прошлых жизней), тем сложнее вам идти по этой жизни**.

Человек, пришедший сюда с приличным заполнением сосуда, может делать в этой жизни все, что захочет — хуже все равно не станет, поскольку он с детства живет такой жизнью, которая для других людей может быть только наказанием.

А вот если вы пришли с верхних этажей Тонкого мира, то вам нужно смотреть в оба, поскольку “загреть” вниз значительно легче, чем подняться вверх. У людей с верхних этажей **лучше стартовые условия**, они легче достигают успеха и благосостояния в нашем мире — если не нарушают правил поведения в нем. Но и **спрос с них строже**, и при появлении идеализаций их сосуд наполняется значительно быстрее, чем у других людей. Частично поэтому так быстро уходят из жизни талантливые люди, живущие яркой, полной страстей и эмоций жизнью — музыканты, артисты, поэты. А люди, живущие бесцветной, малоэмоциональной жизнью в условиях материальной ограниченности, могут существовать в нашем мире значительно дольше.

Итак, мы оценили наши стартовые условия. Теперь основное — **оценить, как выглядит ваш “накопитель переживаний” сегодня**. Причем оценить самим, не обращаясь к гадалкам, ясновидящим и другим специалистам по чужим проблемам.

Второй этап самодиагностики

Это уже **второй этап** наших рассуждений, на котором нам нужно определить заполнение вашего сосуда в настоящий момент времени. Один из путей достижения этой цели мы уже подсказывали, когда рассматривали устройство “накопителя переживаний”. Поскольку наши

переживания накапливаются через клапаны-идеализации, вам **нужно “примерить” к себе каждый из них отдельно**. Тем самым вы сможете вычислить, какие идеализации у вас имеются. Сделать это несложно.

Оценка наличия идеализаций

Если помните, идеализация характеризуется длительными переживаниями по какому-то вопросу (муж недостаточно успешен, жена недостаточно сексуальна, ребенок не слушается, работа не устраивает, кто-то болеет или умер и т. д.). Вспомните, какие именно проблемы или ситуации вызывают у вас наибольшие переживания и определите, не является ли их причиной идеализация одной из земных ценностей. Если да, то у вас открыт соответствующий клапан и по нему происходит заполнение сосуда.

Если длительных переживаний у вас пока нет, то неплохо провериться на наличие скрытых идеализаций. Для этого вам нужно поочередно представить свою жизнь без: любви, семьи, денег, достатка, здорового тела, работы, взаимопонимания, славы и т. д. В общем, без всего того, чему человек может придавать избыточное значение. Если вы сможете представить себе существование без каждой из этих земных ценностей (или нескольких в совокупности), и существование без них не сделает вашу жизнь пустой и бесцельной, то у вас нет идеализаций. Вы святой, и вам нечего делать в этом мире.

Жизнь-игра

Все остальные люди обязательно найдут одну-две, а то и побольше ценностей, без которых ваша жизнь не имеет смысла (семья, дети, любовь, работа, бизнес, мораль и т. п.). Скорее всего, именно по этим параметрам клапаны приоткрыты и негативные переживания “подкапывают” в ваш сосуд. Именно они дают вам имеющиеся болезни, неприятности, конфликты и т. д.

Мы не призываем вас полностью отказаться от этих ценностей — жизнь без них может потерять всякий смысл. Мы предлагаем вам **пересмотреть отношение к ним**. Попробуйте отнестись к ним как **квыигрышу в игре под названием “Жизнь”**. А если что-то не получается или возникают проблемы, то считайте это временным проигрышем, а не концом жизни. Играйте дальше, и выигрывайте на здоровье. Более подробно эта позиция будет рассматриваться в третьей главе книги.

Косвенные признаки “воспитания”

Просто заглянуть в сосуд и оценить уровень его заполнения мы не можем. Но ничего не мешает нам оценить степень заполненности по **косвенным признакам**. Это можно сделать, исходя из того знания, что наш “смотритель” **принимает к нам меры воздействия пропорционально уровню нашего недовольства и претензий к Жизни**. И он, в отличие от врачей или экстрасенсов, никогда не ошибается.

Поскольку перечень возможных «воспитательных» воздействий известен, то, рассматривая их, можно оценить количество накопленных нами недовольств. И, может быть, даже понять, из каких клапанов у нас подтекает.

Итак, наш “смотритель” может воздействовать на нас, применяя следующие “воспитательные” воздействия: мелкие неприятности, разрушение планов, проблемы на работе, проблемы в семье или с детьми, блокировка личной жизни, болезни.

Определенного порядка или жесткой последовательности применяемых способов, скорее всего, нет. “Воспитательные” процессы подбираются индивидуально, в соответствии с вашими идеализациями или неправильными убеждениями. Хотя мелкие неприятности и болезни разной степени тяжести посещают практически всех.

Поэтому мы предлагаем вам пройтись по последним негативным событиям в вашей жизни, и **по степени их сложности (или тяжести) оценить уровень заполнения вашего “накопителя переживаний”**.

Рассмотрим несколько вариантов, начиная с самых сложных.

Примерные оценки

Если у вас смертельная болезнь типа рака или СПИДа, или вы сидите в тюрьме, то ваш “накопитель переживаний” заполнен на 92–96 %.

Если есть серьезные заболевания, но не смертельные, то заполненность несколько меньше — до 90 %.

Если есть серьезные несчастные случаи типа автомобильной катастрофы с тяжелыми последствиями, пожара, ограбления, длительных судебных исков, невозврата долгов или банкротства, если все ваши планы рушатся и вы находитесь в затяжной полосе неудач, то ваш сосуд заполнен на 80–90 %, и это почти “последний звонок” от Жизни о необходимости пересмотреть отношение к ней.

В случаях, когда вас преследуют проблемы с деньгами (а у кого их нет?), часты “разборки” в семье или не все получается с интимной жизнью, все значимые для вас дела продвигаются вперед с огромными усилиями, отнимая все время и силы, то ваш сосуд заполнен процентов на 60–75. Что не смертельно, но достаточно сильно отравляет жизнь.

И, наконец, если у вас все хорошо, но могло бы быть и получше, то ваш сосуд заполнен процентов на 60. Что очень хорошо, и не нужно загружать его больше.

Если жизнь вас радует, все ваши желания сбываются быстро и нужным для вас образом, то в вашем сосуде не более 50 %.

Заполненность “накопителя переживаний” на 15–30 % имеют самые просветленные люди, занимающиеся духовной, просветительской или милосердной деятельностью, и обычно не обремененные заботами о своем материальном благополучии (хотя это им совсем не возбраняется).

Такой, на наш взгляд, может быть последовательность ваших рассуждений, если вы хотите оценить свою реальность с точки зрения технологии Разумной жизни. Или с точки зрения вашего соответствия тем правилам, которые должен соблюдать человек, желающий хорошо и успешно прожить в этом мире.

Посоветуйтесь с подсознанием

Мы рассмотрели пути оценки заполненности “накопителя переживаний” с помощью нашего логического, рассудочного мышления. Они понятны всем и неплохо работают. Но существует и другой путь — получение сведений непосредственно от подсознания, минуя наш рациональный и критический разум.

Использовать такой путь вполне по силам любому человеку. В последней главе этой книги мы приводим несколько упражнений по получению информации от подсознания с помощью метода “автоматического письма”. Наш опыт проведения учебных семинаров показывает, что при серьезном отношении почти любой человек (за исключением явных скептиков) может получить любую интересующую его информацию (о себе) непосредственно от подсознания, с помощью управляемой интуиции. Попробуйте и этот путь.

Милосердие: хорошо или плохо

Из всех предыдущих рассуждений возникает еще один вопрос — хорошо ли быть милосердным к нищим, больным, обиженным жизнью людям? Согласно всем христианским доктринам, это хорошо. Но хорошо для кого? Давайте порассуждаем на эту тему, исходя из уже известных нам требований, которые предъявляет к нам Жизнь.

Тот, кто бескорыстно подает нищим или сочувствует больным и убогим, совершает добрый поступок. Тем самым он приоткрывает кран “Осознанные положительные поступки” и отливает часть жидкости из своего “накопителя переживаний”. Поэтому совершать добрые поступки вроде бы хорошо.

Теперь давайте посмотрим с другой стороны. Что такое больной или нищий человек? Как вы уже понимаете, это человек, находящийся под активным “воспитательным” воздействием своего “смотрителя”. Он **“воспитывается” за свои ошибочные убеждения** или неправильные поступки. Его **нынешнее состояние есть его добровольный выбор**, хотя он может и не осознавать этого. Его состояние — результат его борьбы с Жизнью за какие-то идеалы, и Жизнь дает ему свои уроки по разрушению его идеализаций. А вы, подавая деньги или высказывая сочувствие (т. е. передавая ему часть своих жизненных сил), уменьшаете “воспитательный” эффект. Т. е. мешаете его “смотрителю” исправлять ошибочные взгляды человека, и тем самым отдаляете момент исправления его отношения к жизни. Поэтому получается, что наши добрые поступки только затягивают “воспитательный” процесс. Хорошо это или плохо — решать вам.

Конечно, несложно отвлеченно рассуждать о карме и духовном «воспитании». Но трудно руководствоваться только разумом, когда видишь пожилую женщину, протягивающую руку за подаванием. Наверняка у нее множество обид на жизнь и людей, она полна идеализаций и Жизнь указывает ей на это через ее положение. Но если ей сегодня не подадут люди, она может просто умереть от голода. Если рассматривать нашу жизнь отвлеченно, как кратковременную экскурсию, то, возможно, это неплохой способ поскорее начать новую жизнь. Но чисто по человечески не подать ей — это нехорошо. Здесь эмоции вступают в явное противоречие с логикой. Так что делайте выводы.

А мы пока подведем итоги.

ИТОГИ.

- 1. Каждый человек может самостоятельно определить, сколько «грехов» он накопил в прошлой жизни, и насколько заполнен его “накопитель переживаний” сегодня.*
- 2. Уровень заполнения “накопителя переживаний”, с которым вы пришли в этот мир, можно оценить по следующим показателям: страна и место рождения, семья, состояние здоровья младенца, наличие явно выраженных черт характера.*
- 3. Уровень текущего заполнения вашего “накопителя переживаний” сегодня можно оценить по тем “воспитательным” процессам, которые вы получаете от Жизни в последнее время.*

1.4 Типовые «воспитательные» воздействия

*О, как убийственно мы любим
Как в буйной слепоте страстей
Мы то всего вернее губим
Что сердцу нашему милей*

Ф.Тютчев

Данный параграф работы предназначен для помощи тем, кто пробует самостоятельно выяснить, какие нарушения правил проживания в нашем мире он допускает, что он идеализирует и как Жизнь исправляет его ошибки.

Задача эта непростая, поскольку человеку очень трудно объективно оценить самого себя и признать неправильность каких-то своих взглядов, которыми он привык руководствоваться многие годы. А без этого он не сможет правильно вычислить уровень заполненности своего «накопителя переживаний» и не будет готов к следующим шагам, которые предпримет его собственный «смотритель» для исправления его ошибочных взглядов. А эти шаги, как вы уже понимаете, могут быть очень огорчительными.

Как вы помните, идеализация земных и духовных ценностей исправляются путем создания ситуаций, в которых разрушаются эти самые ценности. Значит, если мы проанализируем, какие именно «воспитательные» меры к нам применяются, то мы сможем понять, за что же нас так «воспитывают». Причем мы можем быть уверены, что наш «смотритель» всегда **очень точно знает наш «диагноз», и нас всегда «лечат» именно от того, чем мы болеем!**

Поскольку диапазон применяемых к нам «воспитательных» мер в целом ограничен и нам хорошо известен, мы можем выделить такие типовые меры и классифицировать их по отношению к различным областям нашей жизни. В качестве наиболее общих таких **областей нашего «воспитания»** можно выделить семью, детей и работу. Рассмотрим их по очереди.

1.5 Типовые «воспитательные» процессы в семье

Как вы помните, человек приходит в наш мир не с пустым “накопителем переживаний”. Что-то в нем есть, и это как раз те ошибочные взгляды, которые человек имел в прошлой жизни. За время пребывания его души в Тонком мире его взгляды обычно не меняются — как мы уже указывали, там имеются довольно ограниченные возможности по очистке от накопленного негатива. Для этого люди приходят в наш мир. Но приходят они с ошибочными взглядами, которые хорошо известны Жизни.

Чтобы исправить это положение, Жизнь заранее планирует такие ситуации, в которых будут разрушаться эти ошибочные взгляды. Одна из таких типовых ситуаций — семейная жизнь.

Поэтому мы хотим рассмотреть **взаимоотношения людей в семье**, взаимоотношения между мужем и женой. Как вы знаете, в очень многих семьях имеется недостаточное взаимопонимание между супругами, что нередко приводит к обидам, ссорам, скандалам и разводам. В итоге очень много браков распадается. Почему так происходит?

Ответ совсем не сложен. Так происходит потому, что **Жизнь подбирает людей в семейные пары таким образом, чтобы каждый из супругов разрушал те ценности, которым придает избыточное значение второй супруг**. Т. е. разрушение системы ценностей одного из супругов происходит путем отрицания его идеалов другим супругом. Именно в этом причина большинства конфликтов и взаимного непонимания в семейной жизни многих людей.

Конечно, далеко не у каждого человека есть идеализации, которые можно разрушить в семейной жизни. Поэтому часть семей живет вполне благополучной жизнью, без больших разборок и взаимного недовольства. Но это, по нашим наблюдениям, меньшая часть.

Другая, большая часть людей, идеализирует такие **семейные ценности**, как супружеская верность, домовитость и хозяйственность, порядок и чистоту, хороший благоустроенный быт, спокойную жизнь и другие подобные элементы благополучной супружеской жизни.

Как несложно догадаться, все эти качества ближе и понятнее лучшей, т. е. женской половине человечества. Именно женщины чаще придают избыточно большое значение этим ценностям.

А поскольку женщины это идеализируют, то мужчинам ничего не остается, как разрушать эти ценности. Мужчины просто вынуждены больше выпивать, ездить на рыбалку или охоту, заводить связи на стороне, там же тратить деньги, массу времени проводить на работе или с друзьями, и т. п. Т. е. выполняя свою «воспитательную» задачу, они вынуждены совершать такие поступки, которые общественное мнение и мораль относят к негативным деяниям. Но, как мы уже указывали, мораль и задачи духовного «воспитания» часто расходятся.

Семейные ценности идеализируют не только женщины. Большинство мужчин тоже идеализируют их. Это проявляется в ревности, попытке контролировать поведение жены и детей, стремлении самому планировать семейный бюджет и будущее материальное благополучие. Эти ценности должны быть разрушены, и женщины по мере возможности принимают в этом участие. Они ищут связи на стороне, тратят деньги без счета, запускают порядок в доме и т. д. В общем, **супруги духовно «воспитывают» друг друга по полной программе**. И не понимая этого, обижаются друг на друга и часто разводятся.

Рисунок. Муж и жена конфликтуют, обвиняя друг друга.

Как же Жизни удастся собирать в семейные пары людей, которые затем будут взаимно разрушать ценности друг друга? Люди вроде бы существа разумные, и они, казалось бы, еще до брака могли бы понять, что будущий супруг имеет совсем другие взгляды на жизнь. И в брак не вступать. Но так не происходит.

Любовь

Чтобы свести в семейные пары людей с противоположными ценностями, Жизнь придумала такой способ лишения человека разума, как любовь. **Любовь можно рассматривать как способ оглупления человека на тот период, когда ему нужно вступить в брак со своим духовным «воспитателем».**

А чтобы человеку было не так обидно, любовь сделали очень приятным ощущением, в которое люди впадают с большим удовольствием, и не один раз. Поэтому **браки по любви — это обычно браки людей, одной из задач которых является разрушение системы избыточных ценностей друг друга.** Т. е. людей, идеализирующих различные ценности (например, жена — чистоту и материальную обеспеченность, а муж — футбол и свою независимость). Любовь длится полгода-год-два, затем любовные чары рассеиваются и муж начинают замечать в своей супруге, что она ведет себя совсем не так, как нужно. Нужно с его точки зрения. Возникает недовольство, обида, агрессивность, начинаются разборки с целью сделать друг друга лучше. Все, механизм духовного “воспитания” запустился.

Жизнь настолько точно подбирает в пары людей, что, зная одного человека (например, жену), можно легко предсказать, какими качествами будет обладать ее муж.

Например, если муж очень расчетлив и логичен, то он наверняка выберет себе импульсивную и вспыльчивую жену.

Если жена очень любит деньги и считает, что мужчина должен быть добытчиком, то у ее мужа будут большие проблемы с деньгами, либо он вообще не будет придавать им какое-то значение.

Если муж очень любит секс, то его жена будет совершенно равнодушна к этому виду интимного общения.

Если жена очень воспитана и осуждает хамов, то она влюбится, скорее всего, именно в такого мужчину.

Если у жены есть твердые убеждения, как нужно воспитывать ребенка, то у мужа будут совсем другие убеждения.

Если для жены очень важны взаимоотношения с родственниками, то муж будет к ним равнодушен.

Жена очень любит одни виды развлечений, муж — совсем другие.

Если жена очень любит одни блюда, то муж будет любить другие, и так далее.

Люди давно заметили эту особенность и говорят, что "противоположности притягиваются". Но вот никто не объясняет, зачем они притягиваются, кому это нужно? Ведь каждый начинает отстаивать свои идеалы как единственно верные, и в итоге этих благих намерений возникают бесконечные ссоры, претензии, непонимание, обиды. А на самом деле идет процесс их взаимного духовного развития, процесс разрушения их идеализаций.

Жена не осознает, что ее супруг является для нее “кармической таблеткой”, излечивающей от избыточной идеализации каких-то земных ценностей. И наоборот. А чтобы это “лечение” быстро не прекратилось, в семье рождается ребенок, а то и не один. Ребенок обычно является связующим звеном, не позволяющим парам быстро разбежаться. Ребенок тоже включается в процессы духовного «воспитания» и разрушает ценности одного, а иногда и обоих родителей. Но о детях чуть позже.

Проблема замужества

А сейчас продолжим о любви. Точнее о тех случаях, когда любовь вроде бы и есть, а семьи нет. Т. е. **парню или девушке не удается найти свою «половину» и создать семью.** У девушек такая ситуация получила название “венец безбрачия”, который за определенное вознаграждение берутся снимать некоторые целители. Что же означает этот “венец” с точки

зрения рассматриваемой технологии Разумной жизни?

Несложно понять, что он **означает избыточную идеализацию всех прелестей семейной жизни**. Девушка в своих мыслях настолько идеализирует семью, что Жизнь затрудняется найти ей такого мужа-“поганца”, чтобы он сумел “воспитывать” ее по всем статьям.

Точнее, найти такого “поганца” совсем не сложно, вон их сколько. Сложно ввести девушку в состояние такого полного любовного оглупления, чтобы она вышла за него замуж. Он настолько отличается от ее идеала, что эмоциям не удастся побороть ее разум и заставить совершить безумный поступок. Или она вообще рассудочна, и не дает воли эмоциям. Тогда механизм любви не срабатывает, и Жизни не удастся навязать девушке нужного ей (с ее точки зрения) партнера. А другого, приличного, ей не дают. Он не сможет “воспитывать” ее в требуемых дозах. Поэтому процесс “воспитания” переносят в следующую жизнь.

Как видите, Жизни далеко не всегда удается использовать для “лечения” человека такое средство, как любовь. Если человек обладает развитым логическим мышлением, четко осознает свои требования к жизни и будущему партнеру по семейной жизни, то его “смотрителю” трудно загнать его в состояние любовного оглупления и “всучить” не устраивающую его половину. Но так бывает в основном в **достаточно зрелом возрасте**. Браки же совершаются в основном в глубокой молодости, когда в голове еще мало мудрости, а эмоции захлестывают разум. “Любовь зла, полюбишь и козла” — говорит известная русская пословица. Она как раз и подтверждает ту давно подмеченную народом особенность любви, что она не подвержена разумным объяснениям. Если Жизни угодно, то полюбишь того, кто будет разрушать все твои ценности по полной программе. И чем больше у человека этих самых ценностей, тем более гнусный партнер ему достанется. Такова жизнь. И если обратиться к литературе, то мы найдем немало описаний подобных браков.

Осознанный выбор супругов

Теперь рассмотрим случай, когда человек сумел избежать любовного оглупления и **не вступил в брак по любви**. Или после окончания действия любовных чар развелся со своим духовным «воспитателем», не усвоив те уроки, которые Жизнь пыталась дать с его помощью. То есть он не отказался от своих идеалов и его “накопитель переживаний” остался заполненным в достаточной степени.

Такой человек обычно сознательно выбирает себе нового партнера для совместного проживания, поэтому “смотрителю” уже сложно навязать ему партнера с противоположной системой ценностей. Человек сам выбирает себе попутчика с общими интересами, подходящей наружности и с устраивающими чертами характера. Значит ли это, что процесс духовного “воспитания” на этом заканчивается? К сожалению, совсем нет.

Если человек пронес свои ошибочные убеждения до зрелого возраста (в холостой жизни или в предыдущем браке, все равно), и нашел себе спутника жизни, идеализирующего такие же ценности, то Жизнь начнет “воспитывать” их на пару. Правда, выбор возможных “воспитательных” средств при этом несколько уменьшается. Возможные пути разрушения идеализаций сразу обоих супругов:

* через нового ребенка, который будет игнорировать ценности, дорогие его родителям;

* через отбирание вещей, находящихся в коллективной собственности (дача, машина, деньги и пр.);

* через болезни, требующие усилий и внимания обоих

Например, разрушение совместной идеализации материального благополучия и благоустроенного быта может проводиться путем принудительного “отбирания” денег и других материальных ценностей. Поначалу это может быть потеря денег, мелкие аварии с автомобилем, небольшие кражи имущества и т. п. Если это не помогает, в ход идет более “тяжелая

артиллерия”. Вашу квартиру могут ограбить, автомобиль может попасть в большую аварию, дом сгореть и т. д. Это наиболее простые и распространенные варианты “воспитания”. В действительности, два “смотрителя” обоих супругов на пару могут придумать что-нибудь и более заковыристое, чтобы разрушить их совместную идеализацию.

Еще раз повторим, что такова наша жизнь. Не мы ее придумали, мы только живем по ее правилам.

Скандалы — это здорово!

Здесь уместно сказать несколько слов о скандалах — спутниках семейной жизни некоторых людей. Зять и теща, невестка и свекровь, муж и жена — знакомый перечень участников конфликтов, не так ли? Что же лежит в основе конфликтов, как нужно себя вести, когда тебя провоцируют на вспышку гнева?

Скандал — процесс передачи энергии

Ответить на этот вопрос можно на нескольких уровнях. **На энергетическом уровне** любой скандал является **процессом передачи энергии от одного человека (энергодонора) другому (энерговампиру)**.

В большинстве случаев скандал возникает, когда одному человеку не хватает жизненных сил, получаемых обычным путем — из пищи, воздуха, окружающей среды. В результате каких-то болезненных процессов его организму не хватает энергии, а болеть или умирать ему не хочется. Поэтому организм начинает искать другие способы получения энергии. И находит — **ее можно брать от других людей**, и наиболее легко это делать в моменты их сильных эмоциональных (и энергетических) всплесков. И обычно неважно, что эта энергия несет негативную информацию — лишь бы была. Поэтому этот человек, чаще пожилого возраста, начинает провоцировать другого человека к вспышке гнева. В ход идут любые средства — нравоучения, оскорбления, критика, хамские высказывания и т. д. Годится все, лишь бы второй человек вспыл и высказал все, что о вас думает. Что он думает, значения не имеет. Важно только то, что он вскипел и выбросил импульс энергии, которая попала к вампиру и подпитала его.

После шумных взаимных оскорблений участники скандала чувствуют успокоение и умиротворение. Донор — потому что у него нет сил продолжать разборки. Вампир — потому что он получил свою порцию и может спокойно жить некоторое время. Вспомните, не так ли бывает в ваших конфликтах?

Так выглядит скандал **на энергетическом уровне**. Именно так его объясняют экстрасенсы и другие целители, работающие на энергетическом уровне. Но **этот уровень — промежуточный**. Кроме уровня энергетики, у человека есть еще несколько уровней более тонких энергий. И истинная причина скандалов лежит именно там.

На более глубоких уровнях нужно понять, **что лежит в основе долговременного недостатка энергетики у человека (вампира)?** Случаи кратковременных энергетических провалов из-за болезни, недосыпания или сильной усталости мы здесь не рассматриваем. Скорее всего, **долговременный недостаток жизненных сил является следствием “воспитательного” процесса** за неправильное отношение к жизни.

Для пожилых людей, особенно не сумевших добиться в жизни больших успехов, характерно осуждение других людей (молодых, богатых, здоровых и т. д.), обида на жизнь, стремление навязать свои идеалы окружающим и другие ошибочные убеждения. Соответственно, их “смотритель” запускает “воспитательные” процессы, в результате которых прекращается естественное питание организма энергией и человек начинает испытывать потребность в других источниках жизненных сил.

Скандал — отстаивание своих идеалов

Теперь о вас. **Если у вас нет идеализаций, то вас невозможно спровоцировать на**

скандал. Вас просто ничего не может задеть, поскольку все для вас одинаково значимо (или незначимо). Если же ваш оппонент находит способ “достать” вас, то вы должны быть ему благодарны. Потому что он **нащупал именно ту ценность, которой вы придаете избыточное значение!** Он помогает вам выявить ваши же ошибочные убеждения, чтобы вы могли их устранить. Это может быть все, что угодно. Например, ваши взгляды на воспитание ребенка, политические убеждения, ваш внешний вид, умственные способности или любые другие ценности, навеянные воспитанием, образованием, общественным мнением и пр. У каждого человека имеется свой набор идеалов, и именно их тревожит вампир, стараясь вызвать ваше раздражение. Фактически, он является **вашим доктором**, поскольку **показывает то, что вам избыточно дорого.** Поэтому любой скандал — это здорово! Фактически это бесплатная диагностика ваших идеализаций! И не только диагностика, но и лечение. Поскольку своим поведением, своими убеждениями или поступками он разрушает ваши идеализации! Он отрицает ваши убеждения, и, тем не менее, живет, всем своим существованием доказывая их ошибочность. Учтите это, и постарайтесь быть благодарным тому человеку, который сумел втянуть вас в скандал. Он ваш бесплатный диагност и лекарь!

Рисунок. Скандал с пожилым человеком. Он размахивает руками на сына или дочь, они недовольно защищаются.

Понимая это, вы можете принять решение о том, **как вы будете участвовать в назревающем конфликте.** Вариантов развития ситуации может быть много.

Вы можете вернуться от конфликта — промолчать, уйти куда-нибудь, отделаться шутками. В этом случае вампир не получит своей порции жизненных сил и будет продолжать “доставать” вас или переключится на другого человека (например, на ребенка с его незащищенной психикой).

Вы можете пожалеть вампира и включиться в конфликт. Одна-две контролируемые вспышки гнева (если они допустимы в рамках вашей модели поведения в жизни) не нанесут вам большого вреда, но вполне удовлетворят энергетически ослабшего человека. Но через день-два вас ждет такое же развлечение.

Кроме живого и активного участия в скандале вы можете использовать и другие тактики. Например, **вы можете пожалеть провоцирующего вас человека, посочувствовать ему.** Мысленно пошлите ему то, чего он от вас добивается: уважения, внимания, признания своей значимости, повышения самооценки и т. д. Тем самым вы предложите ему энергию, но уже другого качества. Вместо ожидаемой им энергии гнева вы подкормите его энергией любви и милосердия. Возможно, он сумеет усвоить и ее, и тогда реакция может быть самой неожиданной, вплоть до слез раскаяния и извинений. Если эта энергия его не устроит, то он будет продолжать провоцировать вас на вспышку гнева

Нужно отметить, что некоторые вампиры питаются как раз **энергией сочувствия и сострадания.** Для этого они долго и жалостливо рассказывают о своей несчастной жизни, вызывая ваше сочувствие.

Возможны и другие варианты, но все это решения на уровне энергетики. Чтобы **принципиально прекратить конфликты**, нужно восстановить нормальную энергетiku больного человека (энерговампира). А это возможно только при изменении его отношения к жизни и выполнении им основного требования, которое предъявляет к нам Жизнь: принимать окружающий мир таким, каков он есть в реальности, не судить его. Как вы сможете это сделать — решайте сами. Но это обязательное условие.

Самооценка идеализации семьи

А теперь мы предлагаем вам **рассмотреть свой семейный опыт**, исходя из изложенных выше сведений. Попробуйте припомнить, что особенно **раздражает вас в вашей (вашем)**

супруге. Что именно она (он) делает лишнего или не так, как нужно. Это может относиться к ведению домашнего хозяйства или поведению в постели, трате денег или чертам характера, и т. п. Поймите, что **именно эти качества вы идеализируете**, т. е. придаете им излишнее (по мнению Жизни) значение. И за это вы “воспитываетесь”, поскольку именно эти идеализации помогают заполниться вашему “накопителю переживаний”. Чем больше вы недовольны какими-то качествами в вашем партнере по семейной жизни, тем быстрее заполняется ваш накопитель.

А теперь попробуйте припомнить, какие **ваши качества или привычки особенно раздражают вашу супругу (супруга)**. Очевидно, что она идеализирует **противоположные качества личности или ценности**. Чем больше она недовольна вами и чем больше претензий она предъявляет, тем сильнее заполняется ее “накопитель переживаний”. С соответствующими «воспитательными» последствиями.

Выяснив все про свое “воспитание”, вы должны принять какое-то решение. Вы можете оставить все по-прежнему, и тогда ваш “накопитель переживаний” будет продолжать заполняться. А можете изменить свой взгляд на жизнь, **отказаться от идеализации того, что вам так дорого**. Причем дорого в основном на подсознательном уровне, поскольку сознательно вы можете довольно логично доказать правильность ваших взглядов на жизнь. Но от этого ваша жизнь лучше не станет. Как же отказаться от излишней идеализации?

Отказ от идеализации

Оказывается, это совсем не сложно. Человечеству давно известен этот путь. Это **путь прощения**. Простите вашей супруге(супругу) все, что она делает не так. Как бы тяжело вам не было. Поймите, что она делает все это только в целях вашего духовного воспитания, “отрыва” вас от слишком значимых земных ценностей, повышения вашей духовности. И делает это бессознательно, по “наводке” Жизни, которая поручила ей эту нелегкую задачу. И, очень вероятно, что как только вы простите ей все недостатки и примите ее такой, как она есть, она тут же изменится. Ей не нужно будет больше вас “воспитывать”, и она не станет совершать поступки, которые так вас раздражали. А если и будет продолжать делать что-то не так, так вы уже простили ее и вас больше не волнуют ее несовершенства.

Соответственно, если она ознакомится с предложенными объяснениями вашей задачи по ее духовному “воспитанию” и простит вас, простит со всеми вашими друзьями, пивом и рыбалкой, то и у вас пропадет сильная тяга к этим развлечениям. А несильная останется, так что выпивайте и ловите рыбку себе (и вашей супруге) на здоровье.

Но прощение — это еще не все. Это только **первый этап** исправления своей судьбы. Человек может искренне простить кого-то, а через день опять обидеться или озлобиться на это же самое. Поэтому простить мало. После понимания своих “зацепок” за земные ценности нужно сначала простить (жизнь, близких людей, себя, судьбу и пр.), а **затем нужно занять такую жизненную позицию, которая не позволит вам снова идеализировать то же самое**.

Именно такие варианты отношения к жизни мы будем подробно рассматривать в третьей главе. Если у вас уже назрела такая проблема, можете смело переходить прямо туда.

А мы пока рассмотрим следующую область нашего духовного «воспитания» — взаимоотношения родителей и детей. Итак, дети.

1.6 Типовые «воспитательные» процессы с детьми

Дети также являются инструментом духовного “воспитания”, причем занимаются они чем? Понятно, что духовным **воспитания своих родителей**. Они “воспитывают” родителей своим характером, привычками, поведением, отношением к жизни и т. д.

По нашим наблюдениям, особенные хлопоты доставляет родителям **первый ребенок** (когда в семье несколько детей). Возможно, Жизнь опасается, что ребенок может быть всего один, поэтому именно ему поручается провести все “воспитательные” мероприятия со своими родителями. Т. е. ребенок рождается с душой, идеализирующей ценности, противоположные тем, что очень значимы для его родителей. Или для одного из родителей — именно того, который больше нуждается в “воспитании”.

Итак, разрушение системы ценностей родителей через детей проводится по первому ребенку. Ему даются:

* качества, противоположные тем, которые идеализируют родители;

* качества, которые презирают родители в других людях.

Именно эти качества будут больше всего раздражать родителей и оказывать на них воспитывающее воздействие.

Типовые приемы разрушения идеализаций родителей

Отсюда можно наметить **типовые приемы разрушения идеализаций родителей через детей**.

В частности, ребенок-наркоман может разрушать избыточную привязанность родителей к дисциплине, порядку, нормам морали, общественному мнению.

Ребенок, плохо учащийся в школе — идеализацию родителями знаний, интеллекта, планирования и управления своей жизнью, общественного мнения.

Ребенок, активно участвующий в какой-то экзотической молодежной группе типа панков, рокеров, реперов и т. д. — идеализацию родителями общественного мнения, правил поведения в обществе, норм морали.

Ребенок, рано увлекающийся сексом — пуританские взгляды родителей на половую жизнь, осуждение и ограничение сексуальных отношений.

Ребенок, увлекающийся духовными ценностями — избыточную привязанность родителей к материальным благам.

Лживый и воруящий что-то ребенок (клептоман) — избыточную честность родителей.

Избыточно независимый ребенок — чрезмерную тягу родителей (одного из них) к тотальному контролю над жизнью ребенка, тотальной опеке и заботе.

Ребенок, стремящийся к получению материальных благ — избыточную духовность родителей, осуждение ими богатых людей.

Рисунок. Маленький ребенок, указывая пальцем на родителей, говорит: Я научу вас жить!

Как известно, проблема взаимоотношений детей и родителей стояла всегда. Родители всегда осуждали новое и кивали на старое, как на образец для подражания. А молодежь всегда ценила новое и презирала старое. Так они взаимно “лечили” друг друга. И будут “лечить” еще очень долго. Лекарство для выхода из этой ситуации прежнее — взаимное прощение и принятие взглядов и позиции противоположной стороны.

Подобная система позволяет легко прогнозировать, каким чертами будет обладать будущий ребенок, особенно первый. Для этого нужно всего лишь знать систему избыточных ценностей одного из родителей — ребенок наверняка будет ее разрушать.

Бездетность

Теперь рассмотрим ситуацию, когда у людей не рождается ребенок. Чем это может быть вызвано?

Скорее всего тем, что родители идеализируют семью с ребенком и **не представляют себе жизни без ребенка**. Они много лет живут без ребенка и все время переживают по этому поводу, считая, что настоящая жизнь начнется только после появления ребенка. Это ошибка, жизнь происходит именно сейчас, и нужно научиться радоваться ей сегодня, такой, какую они себе сумели создать сами. Поэтому Жизни приходится разрушать их идею о том, что без ребенка жить нельзя.

Но ситуация может резко измениться, если они сумеют пересмотреть свои взгляды на жизнь и понять, что и без ребенка у них прекрасная жизнь, полная радостных событий. Просто с ребенком она сможет стать еще более насыщенной.

Другая причина возникновения бездетности может состоять в том, что для исправления ошибочных взглядов родителей ребенок должен обладать полным набором качеств, разрушающих их систему ценностей. Но количество этих качеств может быть так велико, что, придя в наш мир и исполняя свою задачу по разрушению системы ценностей родителей, ребенок неминуемо усугубит свое положение. Т. е. гарантировано увеличит уровень заполнения своего «накопителя переживаний». Чтобы этого не произошло, его не пускают в наш мир.

Поэтому, если ребенок желанен, то родители должны уменьшить свой набор избыточно значимых идей об устройстве окружающего мира и снять свои требования и ожидания к будущему ребенку (пол, способности, здоровье и т. д.). Они должны вычислить свои идеализации, пересмотреть свою систему взглядов, простить и принять наш мир, и тем самым **снизить будущую «воспитательную» нагрузку на своего ребенка**. Тогда он придет.

А мы перейдем к следующей важной области нашей жизни — работе.

1.7 Типовые «воспитательные» процессы на работе

Большинство людей проводит на работе около половины своей жизни, а некоторые и еще больше. Последние даже получили прозвище “работоголики”, по аналогии с алкоголиками.

Работа дает людям очень многое. Материальную обеспеченность, возможность реализовать свои планы и замыслы, удовлетворить свою тягу к власти и управлению, общение, возможность самореализоваться и многое другое. Соответственно, именно здесь у человека имеется масса возможностей начать слишком близко принимать к сердцу происходящее вокруг него. А его за это начнут, как вы понимаете, духовно “воспитывать”.

Набор объектов для идеализации и ошибочных убеждений здесь тот же, что и в других ситуациях.

Идеализация материальных ценностей

Например, на работе особенно легко можно начать идеализировать **деньги и материальные блага**, например, в виде большой квартиры или хорошего коттеджа в престижном месте. Кто-то эти блага имеет, а вы — нет, и даже не видите перспектив изменить ситуацию.

Можно к такой ситуации относиться спокойно, а можно погрузиться в длительные переживания по поводу того, что без достаточного количества денег вы не можете жить так, как должны. В итоге человек погружается в самоосуждение и недовольство собой. Или начинает обижаться на Жизнь за то, что она дает ему недостаточно денег и других благ. Или наполняется претензиями к окружающим людям, которые получают больше него.

Это не значит, что вы не должны стремиться заработать большие деньги и стремиться получать любые другие блага. Получайте, сколько сможете. Важно другое — **ваше отношение к этим материальным благам**. Если вы их идеализируете т. е. считаете, что жизнь без них не имеет смысла (преувеличиваете их значимость), то у вас могут возникнуть большие проблемы с их увеличением своих доходов. Тем самым Жизнь дает вам урок об ошибочности вашего отношения к большим материальным ценностям — вы ведь живете без них, хотя и считаете, что это не жизнь.

Формы проявления этой идеализации могут быть самыми разными. Кто-то ненавидит богачей за их богатство и считает, что его жизнь не удалась, поскольку у него нет такого же количества денег. Другой человек страстно мечтает купить дом или престижный автомобиль и сильно обижается, когда в результате очередной неудачи эта мечта отодвигается. Третий целью жизни считает получение большого дохода и впадает в агрессивность, когда деньги уплывают в сторону. И так далее.

Как вы уже догадались, можно стремиться и к доходу, и к автомобилю или хорошему дому. Но нельзя **длительно** обижаться или раздражаться на Жизнь, если что-то не получается. Хотя ненадолго вы вполне можете вспылить, ругнуться, стукнуть кулаком (по столу, конечно) и т. д. Важно не создавать внутри себя **длительной негативной эмоции**. Если она возникнет, то ваш “смотритель” приложит большие усилия для того, чтобы **перевести вас в гораздо худшее состояние, с позиций которого вы поймете, что вовсе не стоило обижаться на нынешнее состояние**. Опускаться нас на дно жизни всегда есть куда — вплоть до полной нищеты, паралича или смерти.

Идеализация власти

Другая тема для возникновения идеализации — это **власть, почет, поклонение, своя исключительность**. Это часто идеализируют руководители собственных фирм, которым неожиданно удалось добиться большого успеха. Эти прежде малообеспеченные люди,

неожиданно став президентами банков или торговых компаний, получили в свое распоряжение практически неограниченные ресурсы — деньги, людей, недвижимость и пр. Это создало у них **эйфорию вседозволенности и всевластия, гордыню**. Через затемненные стекла роскошных автомобилей они начинают презрительно смотреть на своих бывших и менее удачливых соратников. А гордыня «воспитывается» довольно жесткими мерами. Чаще всего человек в силу каких-то обстоятельств (обман, банкротство) попадает в среду тех людей, которых он прежде презирал. Если его материальное положение невозможно поколебать, то в ход идут болезни, судебные преследования и другие меры, вплоть до поручения киллеру произвести перемещение души богача из этого мира в Тонкий мир. И уже не на верхние этажи, как вы понимаете.

Идеализация отношений, доверия

Еще одно типичное ошибочное убеждение — это **чрезмерная вера в людей, идеализация (то есть преувеличение) их честности, порядочности, обязательности**. В бизнесе эта идеализация проявляется в **избыточном доверии к своему деловому партнеру**, когда вы на слово верите его обещаниям и не требуете либо доказательств его надежности, либо даже документального оформления ваших взаимоотношений.

Люди часто дают друг другу деньги займы, и это нормально. Но если вы идеализируете того, кому вы даете займы, то он будет разрушать вашу идеализацию, не возвращая вам долг. Подобных случаев известно множество.

Почти каждый человек встречался с множеством случаев, когда хорошо знакомые люди не выполняли своих обещаний. Если вы избыточно доверяли им и не предпринимали мер по защите своих интересов, то оставалось только горевать и обижаться на жизнь. Хотя делать этого, как вы уже понимаете, ни в коем случае нельзя. Нужно понять, что это была **процедура принудительного избавления вас от избыточной идеализации других людей**, избыточного доверия к ним. Как говорится, доверяй, но проверяй.

Идеализация своих планов

Еще одно ошибочное убеждение — это попытка поставить весь мир под свой контроль, стремление добиться своих целей любой ценой. В принципе, любой человек так или иначе планирует свое будущее. Но не все раздражаются или обижаются на жизнь, если их планы не реализуются. И как раз на работе “смотрителю” человека очень легко проверить его на идеализацию своей способности управлять жизнью — путем разрушения его планов. И чем больше человек старается, чтобы все происходило только по его планам и указаниям, тем хуже это будет получаться. Если человек не сумеет принять свое поражение как проигрыш в игре, а будет агрессивно стараться реализовать свои намерения дальше любой ценой, тем большее противодействие он будет встречать.

Это вовсе не означает, что мы призываем вас прекращать реализацию своих планов при первом же сбое. Во все нет. Планы нужно строить, нужно прилагать все силы, знания и энергию для их реализации. Но **нельзя обижаться, когда что-то происходит не по вашим планам**. Нельзя **обижаться** на людей, которые делают что-то не в соответствии с вашими требованиями или договоренностями, или у них что-то не получается. Причем **нельзя обижаться и осуждать в душе**. А внешне вы можете быть строгим (но справедливым), требовательным, даже жестоким. Но это только в рамках той игры (под названием “Мое дело”), которую вы ведете в этой жизни. Можно ругаться, кричать, писать жалобы и протесты, судиться и т. д., но нужно делать все это легко, в душе прощая всех, понимая и сочувствуя им в случае их проигрыша. Как в кинофильмах, когда сотрудники на работе могут страстно бороться друг с другом за свои идеи, а после работы вместе идут пить пиво.

При этом будьте готовы, что вас с помощью мелких сбоев обязательно будут **проверять** на способность принимать Жизнь во всем ее многообразии, в том числе в ситуациях, которые вы не

ожидали и не планировали получить.

Если вы не выдержите проверки и станете раздражаться и предъявлять избыточные претензии окружающим или к себе, то ситуация начнет еще более ухудшаться. И так по нарастающей, пока негативные обстоятельства полностью не разрушат ваш план. И вместе с ним вашу идеализацию о том, что без реализации плана вся жизнь остановится. Не остановится, и вы на практике убедитесь в этом.

Другая крайность этой же идеализации — это **чрезмерное беспокойство и сомнения** типа: «Все ли сделал правильно? Не случится ли что-то непредвиденное? Не забыл ли я чего-то?», и так далее. Это то же самое отсутствие доверия к окружающему миру и преувеличение (идеализация) **своей неспособности** достичь поставленной цели (идеализация своего несовершенства). Она также подлежит “воспитанию” через разрушение событий во внешнем мире или через внутренние заболевания.

Так складывается ситуация с любым планированием — будь то план по закупке небольшой партии товара для продажи, план строительства здания или государственная программа, участником которой вы являетесь.

Самодиагностика «воспитательных» процессов на работе

Собственно, по степени реализации ваших замыслов вы можете оценить, в какой стадии духовного “воспитательного процесса” вы находитесь.

Если у вас не получается ничего из задуманного, если у вас полоса тотального невезения — вас “воспитывают” по полной программе. Ваш “накопитель переживаний” заполнен под горлышко, и впереди вас ждут нарастающие неприятности. Выход — вычислить ваши идеализации и ошибочные убеждения, и попросить прощения у Жизни за то, что вы придаете своим планам (или другим аспектам своей жизни) **слишком большое значение**. Именно вы **переоцениваете их значимость**, поскольку в действительности планы не реализуются, и ничего страшного не происходит. Вы живы, здоровы, хотя и испытываете немало эмоциональных переживаний — то есть делаете то, чего делать не должны. Значит, вам нужно **отнестись к своим проблемам как к проигрышу в игре**, и постараться выиграть в следующем раунде. Выиграть у себя, а не у Жизни. **Жизнь не может проиграть**, ее устраивает любой вариант развития событий.

Чтобы не нахватать идеализаций на работе, неплохо **периодически менять место работы**. Зная заранее, что вы будете заниматься этим делом всего три-пять лет, вы не будете **придавать излишнего значения своим проигрышам и победам**. А раз не будете обижаться на жизнь, то побед у вас будет явно больше.

Но далеко не все люди имеют возможность легко менять место работы или специальность. Например, это шахтеры, железнодорожники, летчики, сельские жители и т. д. Им в первую очередь **нужно научиться не обижаться на свою жизнь**, иначе «воспитательные» процессы по разрушению их идеализаций будут только нарастать. С вытекающими из этого неприятностями. К сожалению, наших духовных “воспитателей” совершенно не интересуют наши земные проблемы. Они озабочены только совершенством душ, а как живут наши тела, волнует их меньше всего.

Итак, мы рассмотрели наиболее распространенные сферы нашего духовного “воспитания” — семейную жизнь и работу. Конечно, наша жизнь этим не ограничивается. Есть еще личная жизнь, интимная сфера, здоровье, бизнес, творчество, увлечения и многое другое. В любой из этих сфер нас тоже непрерывно “воспитывают”. Кроме поощрений **используются все те же приемы** разрушения планов, ограничение успехов и сферы приложения сил, измены, разрывы отношений и пр. Для примера рассмотрим, какие наши идеализации могут привести к такому неприятному событию, как автомобильная авария.

1.8 Типовые «воспитательные» процессы среди водителей автомобилей

Автомобильная авария. Мало кому из владельцев автомобилей или профессиональных водителей удалось избежать этого неприятного события. Подавляющее большинство автомобилей рано или поздно попадает в аварии разной степени сложности. Причины аварий самые разные — не успел среагировать на помеху, не вырулил, отказала какая-то деталь или другой водитель нарушил правила движения.

Причин аварий множество, и все они внешне имеют совершенно разную природу. И всегда авария — событие случайное, никак не ожидаемое и не прогнозируемое. Именно так воспринимают аварии большинство водителей — за исключением случаев вождения в совсем пьяном виде, конечно. Хотя вождение в пьяном виде можно рассматривать как проявление лихачества, то есть идеализации своих способностей.

К сожалению, такой подход не позволяет предсказывать дальнейшее развитие событий и исключить в будущем аварии, особенно с более тяжелым исходом. Мы предлагаем вам другой подход, исходя из позиции, что ничего в этом мире просто так не происходит.

Как вы уже понимаете, **авария есть способ разрушения ошибочных убеждений водителя**. Мы можем выделить несколько таких типовых ошибочных убеждений, встречающихся у водителей.

Идеализация способностей

Первое ошибочное убеждение — это **идеализация своих способностей**.

Это убеждение присуще тем, кто любит очень быстро ездить и обгонять других водителей разрешенными и недозволенными способами.

Проявляется оно во **внутреннем чувстве превосходства над другими водителями и в чувстве презрения к их слабым способностям**. Эта идеализация может проявляться в любых сферах жизни, в том числе и на работе, но сейчас мы рассматриваем ее именно в приложении к вождению автомобиля. **Т. е. вы идеализируете свои способности и презираете остальных людей, сидящих за рулем автомобилей и мешающих вам ездить**. Внешне это может выражаться в тех не очень любезных комментариях, которые вы отпускаете (мысленно или вслух) по отношению к водителям, которые мешают вам ездить.

Но в действительности никаких оснований к таким мыслям и чувствам у вас нет. Ведь всегда найдется водитель, который ездит быстрее и рискованнее вас, как бы вы ни старались.

И оснований к презрению более аккуратных водителей у вас не должно быть. Вы ведь не знаете, кто едет в других автомобилях. Может быть, это священник, или академик, или чемпион мира по боксу. Последний имеет не меньше оснований смотреть с презрением на вас, поскольку в случае конфликта он наверняка имеет возможность применить очень весомые аргументы.

Ваш “смотритель” улавливает ваше неправильное убеждение и, когда заполненность “накопителя переживаний” превышает какую-то норму, приступает к вашему “воспитанию”. Воспитательная мера стандартная — вам на примере доказывается, что **ездите вы не так уж хорошо**. Для этого в какой-то момент времени “смотритель” затормаживает вашу реакцию, и вы попадаете в аварию.

Рисунок. Два столкнувшихся всмятку автомобиля, из которых высовываются водители, и указывая друг на друга, говорят: Кто только тебя учил ездить!

Жизнь гуманна, и свои “воспитательные” меры она применяет по нарастающей, в зависимости от количества накопленных вами негативных мыслей и эмоций. Поэтому лихих водителей поначалу ждут небольшие неприятности. Если они не делают выводов, то

принимаются более тяжелые меры. Когда сумма негативных убеждений превышает предел, у человека забирается жизнь.

Как же быть? — скажете вы. — Что же, нельзя быстро ездить? Да сколько угодно! **Нельзя презирать других людей только за то, что они ездят медленнее и аккуратнее вас.** Смените свои мысленные установки. Посочувствуйте им, что они такие несовершенные. Мысленно извинитесь перед ними — вы не можете ждать, как они. Вам нужно быстрее.

Казалось бы, пустячок. Но он может дать вам огромную экономию денег и времени, которые иначе вы будете вынуждены потратить на ремонт и лечение.

Идеализация автомобиля

Еще одно типичное ошибочное убеждение, связанное с автомобилем — это **идеализация** такого **материального блага**, как автомобиль.

Для некоторых людей престижный автомобиль становится целью жизни, свидетельством преуспевания и довольства жизнью. Отсюда развиваются два варианта ошибочных убеждений.

Если у вас есть автомобиль, и очень хороший, он может стать основанием для развития **чувства превосходства и презрения к другим людям**, имеющим худший или совсем не имеющим автомобиля. Т. е. опять же вы преувеличиваете свои способности и презираете других людей, что свидетельствует о наличии у вас явной гордыни (не путать с гордостью — это хорошее качество, оно не содержит элементов презрения к другим людям). И всего лишь на основании наличия у вас блестящей железки, пусть даже очень хорошей.

Чтобы избавить вас от этого ошибочного убеждения, ваш “смотритель” может принять меры, которые уменьшат ваше чувство самодовольства и презрения к другим людям. Самый простой путь — прибавить вам хлопот по ремонту автомобиля, что легко устраивается с помощью небольшой аварии. Причем не имеет значения, кто будет за рулем — вы сами или ваш наемный водитель. Подсознания людей решают общую задачу по их «воспитанию», и легко договариваются между собой.

Если вы быстро устраняете последствия аварии и не меняете своих убеждений, у вас могут вообще отобрать предмет вашей идеализации. Ваш “смотритель” легко это сделает, вступив в сговор со “смотрителем” угонщиков и координируя их усилия по лишению вас оснований для идеализации. Таким образом, на скрытом уровне **вы сами можете выступить инициатором угона вашего же автомобиля.**

И наоборот. Если вы не идеализируете свой автомобиль, каким бы роскошным он ни был, с ним ничего не случится. «Воспитывать» вас не за что, и угонщики займутся “воспитанием” других автовладельцев.

Другой вариант идеализации возникает, когда у вас нет совсем или есть автомобиль, но он не устраивает вас, а приобрести более дорогой автомобиль не позволяют ваши доходы. Вы с восхищением смотрите на роскошные автомобили и испытываете либо скрытую ненависть к их владельцам, либо обиду на свою неудачную жизнь. Тем самым вы **идеализируете богатство и материальное благополучие**, и осуждаете свое нынешнее состояние.

Чтобы изменить ваши ошибочные убеждения, ваш “смотритель” примет меры по дальнейшему ухудшению вашего материального положения. Например, ваши финансовые дела еще более ухудшатся. В результате вы окажетесь в значительно худшей ситуации, из которой ваше предыдущее положение будет казаться очень даже заманчивым. А вы его не ценили и обижались на жизнь.

Каков вывод? Стремиться купить самый престижный автомобиль можно. **Нельзя обижаться на жизнь, если у вас что-то не получается**, и ваше финансовое положение хуже, чем у других. Вы сами как-то заказали себе бедность, и нужно задуматься именно над этим. Если же вы будете продолжать обижаться на свое материальное положение, то вас и дальше

будут “воспитывать”. И так до полной бедности, болезней и даже смерти. Потому что с точки зрения “смотрителя” ваша чистая душа значит значительно больше, чем обуревающие вас страсти и желания.

Идеализация дисциплины

Мы рассмотрели три самых распространенных среди водителей автомобилей идеализации. Конечно, встречаются и другие, но реже. Например, встречаются люди, **идеализирующие дисциплину, порядок, правила движения**. Они сами стараются тщательно соблюдать эти правила, и это в целом полезно. Но иногда они придают выполнению правил избыточное значение и довольно агрессивно осуждают тех, кто эти правила нарушает.

Причем осуждение может быть либо явным — в виде критических автомобильных гудков, сознательного движения по левой полосе с ограниченной скоростью, вынуждающей других водителей обгонять справа или с выездом на встречную полосу, и других подобных действий. Либо скрытым, когда агрессивность постоянно кипит в душе, но не проявляется в каких-то поступках.

В любом случае ваш “смотритель” выявляет эту идеализацию и принимает свои “воспитательные” меры. Они будут заключаться в разрушении ваших убеждений в необходимости всем быть абсолютно дисциплинированными. Вам будет попадаться много недисциплинированных водителей, которые своими действиями будут вынуждать вас самих нарушать правила. Не исключено, что в итоге вы попадете в аварию, причем виновной стороной, скорее всего, окажитесь именно вы. Так вас будут “воспитывать” до тех пор, пока вы не откажетесь от своей идеализации порядка на дорогах.

Это не значит, что наше подсознание не любит дисциплины. Ему совершенно “до фонаря” придуманные людьми правила поведения человека на дорогах или в обществе. Оно заботится о чистоте вашей души, чтобы она не озлоблялась и не осуждала никого. В том числе нарушителей порядка.

Мы рассмотрели ошибочные убеждения, характерные для автолюбителей. Но точно также можно отдельно рассмотреть типичные ошибочные убеждения бизнесменов политиков, научных работников, людей искусства и т. д. и т. п. Каждый человек принадлежит к какой-то профессиональной среде и иногда разделяет характерные для нее ошибочные убеждения.

Но вы уже научились рассматривать все события вашей жизни с единой точки зрения: **если это произошло, значит меня за что-то “воспитывают”**. Остается только понять за что, и исправиться.

Такова жизнь, и мы не в силах изменить ее. Мы можем только понимать ее законы и пробовать жить в соответствии с ними. И заодно подвести итоги.

ИТОГИ.

1. Любые мысли и поступки человека находятся под постоянным контролем Жизни. Человек постоянно “воспитывается” в соответствии с нормами поведения, установленными Жизнью.

2. Человек может делать все, что ему захочется. Но при этом он не должен придавать никакой идее, событию или чувству чрезмерного значения.

3. Семейная жизнь есть одна из сфер, где активно разрушаются наши идеализации. Для этого в браках по любви супруги обычно идеализируют различные ценности. В итоге они непрерывно духовно “воспитывают” друг друга, что является одной из основных причин конфликтов в семье.

4. Дети также обычно идеализируют ценности, противоположные ценностям своих родителей. Тем самым происходит взаимное “воспитание” и разрушение идеализируемых ценностей.

5. Неудачи и развал всех планов на работе является признаком вашего активного духовного “воспитания” со стороны Жизни. Необходимо изменить свое отношение к планам и другим идеализируемым ценностям, и ситуация изменится на противоположную.

1.9 Способы духовного “воспитания”

В этом параграфе мы хотели бы рассказать о том, какие способы используют Жизнь (или наш “смотритель”), чтобы вразумить наши заблудшие души.

Если вы помните, степень наших заблуждений можно определить по уровню заполнения “накопителя переживаний”. Также мы рассказали, что наш “смотритель” применяет самые разные способы, чтобы доказать нам ошибочность наших убеждений. На сегодня нам известны пять способов, которые Жизнь применяют для нашего “воспитания”. Рассмотрим эти способы более подробно.

1. Воспитание путем прямого столкновения с другим человеком, имеющим противоположную (или просто иную) систему ценностей.

Подобная процедура духовного “воспитания” достаточно активно ведется в семье, где супруги обычно имеют противоположные системы ценностей и поэтому являются “духовными воспитателями” друг для друга (хотя и не догадываются об этом). Если у родителей имеются идеализации в отношении детей, то последние будут просто вынуждены разрушать эти убеждения. Друзья и деловые партнеры разрушают системы ценностей друг друга и тем самым осуществляют “воспитательный” процесс. Начальники “воспитывают” подчиненных, подчиненные — начальников, и т. д.

2. Следующий способ “воспитания” — путем постановки человека в ситуацию, в которой разрушаются очень значимые для него идеалы.

Здесь уже трудно выявить, какой именно человек осуществляет “воспитательный” процесс. Скорее всего, их множество, и все вместе они неосознанно создают ситуацию, в которой разрушается ваша система ценностей. Например, идеализирующий деньги человек остается без них, и часто невозможно определить, по чьей вине возникла подобная ситуация. Он может стать частью коллектива разорившейся фирмы, или его личный бизнес рухнет под бременем налогов или колебаний рынка. Что-то произойдет, но конкретного виновника нет.

Зачем же нужно отбирать деньги у человека, их идеализирующего? В чем состоит суть такого “воспитательного” процесса? Как нам представляется, в том, что человеку на примере доказывається, что **в любой момент времени он живет в раю**, а его недовольство своим положением является типичным ошибочным убеждением. Не верите? Давайте посмотрим, каким образом Жизнь доказывает нам это.

Допустим, вы зарабатываете две тысячи рублей в месяц, и вы недовольны своей жизнью. Да и чем быть довольным — другие-то зарабатывают по три, пять, а то и по сто тысяч. А почему вам нельзя?

В принципе, конечно, можно. Но для этого нужно не обижаться на свою жизнь, а искать реальные пути к увеличению доходов. Но вот если вы предпочли путь обид и осуждения других людей, то Жизнь в порядке “воспитания” сделает так, что вы станете получать только триста рублей (пособие).

Получая триста рублей, вы все равно будете жить, но прежние две тысячи уже может представляться очень даже заманчивым доходом. Если вы не примите новой ситуации как урока и не попросите Жизнь простить вас за осуждения и обиды, то “воспитательный” процесс может продолжиться. У вас отберут и эти триста рублей, а взамен вы получите полную нищету и легкий паралич, и вместо прежней позиции «добытчика» станете обузой для родственников. И вот теперь, лежа на “утке”, вы будете вспоминать свою прежнюю жизнь, когда вы получали две тысячи рублей, были здоровы и могли найти работу с желаемой оплатой. Это был практически рай по сравнению с нынешней ситуацией, не так ли? Ну а если вы жили в раю, то почему вы

обижались на свою жизнь?

Если в этом новом, совсем тяжелом положении, человек сумеет осознать ошибочность своих убеждений и попросит прощения за свои обиды и осуждения, то ему будет позволено вернуться в прежнее состояние (с парой тысяч рублей в месяц). Если человек будет благодарен за это, то он сможет получить значительно больше — практически столько, сколько он сумеет принять без возникновения новых идеализаций.

Именно так происходит духовное “воспитание” при наличии идеализации денег (точнее, за недовольство количеством получаемых денег). Воспитание проходит очень огорчительно и больно, на взгляд “воспитуемого”. И очень правильно, на взгляд “воспитателей”.

Примерно так же происходит “воспитание” людей, идеализирующих власть, цели, карьеру, способности, контроль окружающего мира и т. д. “Воспитание” происходит через создание таких ситуаций в окружающем мире, когда ваши ценности оказываются разрушенными и вам на деле доказывается, что ваше отношение к жизни было ошибочным.

3. Следующий способ “воспитания”- путем постановки человека в ситуацию, в которой он сам вынужден совершать те поступки, за которые он ранее осуждал или презирал других людей (или даже самого себя).

Так бывает, когда вы осуждаете какого-то человека за глупость, неделовитость, недисциплинированность и другие нарушения норм — морали, правил поведения в обществе или иные правила поведения, значимые для вас.

Вспомните, не было ли в вашей жизни случая, когда вы были недовольны и критиковали поведение другого человека. Например, за его опоздание на важную встречу или за несоответствующую случаю одежду. И не было ли несколько позже ситуации, когда вы по независящим от вас обстоятельствам сами опаздывали на важную встречу или не могли одеться соответственно ситуации? Наверняка так бывало, но вы не связывали эти случаи между собой. Тем более, что они могли быть разделены сроком от нескольких дней до нескольких месяцев (или даже лет). И обстоятельства, при которых вы нарушили свои же принципы, не зависели от вас. Так вам это кажется. Но мы хотели бы вас уверить, что такие обстоятельства **были созданы именно для того, чтобы вы оказались в ситуации того человека, которого вы осуждали.** То есть вы сами сформировали это событие, не подозревая об этом.

Поэтому, если вы оказались в ситуации, доставляющей вам большой дискомфорт из-за нарушения вами ваших же принципов и норм поведения, то **попробуйте понять, зачем вам дана эта ситуация.** Вспомните, когда и кого вы осуждали за подобное поведение. Если вы это вспомните и мысленно попросите прощения за свои осуждения, то Жизни больше не нужно будет ставить вас в эту ситуацию.

А если вы не вспомните и посчитаете все случайностью (то есть не снимете осуждения), то она может регулярно повторяться долгие годы. Вы будете все время опаздывать на важные встречи и негодовать на себя за это. Или будете постоянно одеты неподходящим образом в ответственных ситуациях. Или будете постоянно опаздывать на работу и ругать себя за это. Или будете иметь лишний вес и все попытки избавиться от него будут бесплодными. Или что-то еще, что будет доставлять вам дискомфорт и основания для осуждения самого себя.

Но это мы рассмотрели самый легкий вариант применения этого способа духовного “воспитания”. В реальности он используется довольно часто, и иногда в очень **неприятной форме конфликтных взаимоотношений детей и родителей.** Как это бывает?

Допустим, ваше детство было отравлено не очень благостным поведением родителей — они часто скандалили (и изредка даже дрались между собой). В результате у вас в душе затаилась обида на родителей. Для себя вы решаете, что в вашей семье такого **никогда не будет!** Вы их осуждаете. Значит, когда вы станете взрослым и создадите свою семью, **Жизнь заставит вас**

занять позицию ваших родителей. Вы можете стать беспричинно раздражительным и устраивать скандалы по поводу или без него. А если вы будете пытаться сохранить в силе данное себе в детстве обещание и не будете скандалить, то все окружающие люди будут провоцировать вас на это. Муж (или жена) будет закатывать истерики, дети, родственники или соседи будут вести самым гнусным образом, провоцируя вас немного поскандалить и занять ту позицию, которую вы в душе осуждаете. И так будет продолжаться до тех пор, пока вы не снимете осуждение родителей и у ваших “воспитателей” не исчезнет необходимость применять к вам такие неприятные меры.

4. Еще один способ воспитания — путем создания ситуации, в которой реализуются те ошибочные убеждения, которые существуют в вас на подсознательном уровне.

Например, у вас в жизни как-то был случай, когда вы взяли деньги в кредит для развития своего бизнеса, но бизнес не пошел, и вы с трудом вышли из этой ситуации. От неприятностей вы избавились, но после сильных переживаний у вас в подсознании осталась программа типа “открывать свой бизнес — опасно” или «я не способен заниматься своим бизнесом». Теперь она будет работать независимо от вашего желания или сознательного отношения к жизни. Вы можете сознательно стремиться к открытию своего дела, но ситуация будет складываться так, что все будет препятствовать этому намерению. Вы можете негодовать или прикладывать огромные усилия для достижения успеха, но ничего не получится. Ваша же собственная подсознательная программа будет формировать события таким образом, чтобы не доставить вам новых неприятностей.

Возможно, эти рассуждения покажутся вам излишне сложными. Но это совсем не так. Если вам знакомы современные системы программирования успеха в бизнесе, то вы знаете, что одним из самых важных условий успеха является **ход ваших мыслей**. Вы должны ощутить себя преуспевающим бизнесменом, ощутить радость от своего будущего успеха. Понятно, что эти ощущения довольно сложно получить, если у вас существуют страхи на подсознательном уровне.

Мы привели пример со своим бизнесом, но такая программа может сидеть в нашем подсознании по любому поводу. Вы полюбили в юности блондинку, и вас за это жестоко избили. Теперь вам снова встретилась блондинка, она вам нравится, но ничего с ней не получается, хотя объективных оснований для возникновения проблем нет.

Как нам представляется, такие ограничивающие программы могут сидеть в нашем подсознании по любому вопросу. Их очень сложно вытащить на свет, поскольку мы уже давно забыли о ситуации, в результате которой она возникла. И **вычислить ее можно только по периодически возникающей проблеме, не имеющей никаких других разумных объяснений.** Или если вспомнить, какие сложные ситуации возникали раньше в вашей жизни, и какие выводы (точнее, бессознательные программы) могли из нее появиться.

Таким образом, одним из источников появления негативных программ в нашем подсознании может быть наш собственный негативный опыт.

Родители программируют жизнь детей

Это один, но далеко не единственный источник. Другой очень распространенный источник негативных программ — это **воспитание в детском возрасте**. Многие родители, руководствуясь своими представлениями о воспитании, активно награждают своих детей обращениями типа “тупица, неумеха, лентяй, лодырь” и другими подобными эпитетами. Поскольку мнение родителей очень значимо для детей, эти оценки легко записываются в подсознании и оказывают влияние на всю дальнейшую жизнь. В итоге из самого энергичного ребенка может вырасти вечно сомневающийся и неумелый взрослый.

Фактически, таким образом **идет психическое нападение на детей со стороны родителей**. По иному это называется “ментальная порча”.

Поскольку нападение идет на ментальном уровне, его очень сложно вытеснить или перепрограммировать во взрослом возрасте. Помогают только специальные приемы изменение ментальных убеждений.

К счастью, эти программы не всегда срабатывают. Но нам приходилось встречать множество людей, жизнь которых была испорчена такими неосознаваемыми программами, которые делали их избыточно мнительными, замкнутыми, скрытными. Как вы понимаете, такие качества личности не способствуют процветанию человека в нашем обществе. Выводы делайте сами.

Наверное, можно найти еще несколько источников появления негативных программ в нашем подсознании. И все они работают на создание проблем в нашей жизни.

5 . Пятый способ «духовного» воспитания — путем принудительного вырывания человека из потока событий и предоставление ему времени для размышлений на тему о том, правильно ли он относится к Жизни. Обычно это делается путем инициации тяжелых болезней, разрушающих ошибочные убеждения, либо путем помещения его в тюрьму.

Этот способ духовного “воспитания” используется, когда нашему “смотрителю” не удастся использовать предыдущие четыре способа (например, когда вы осуждаете самого себя), или когда вы не реагируете на разрушение ваших ошибочных убеждений во внешнем (относительно вас) мире.

Такие заболевания носят «воспитательный» характер, и наличием признака подобного заболевания является **усиление ваших переживаний** при их возникновении. Например, вы идеализируете свою способность контролировать своих близких (идеализация контроля) и постоянно опекаете их, испытывая беспокойство, когда они находятся вне зоны вашего контроля. И вдруг вы получаете заболевание, ограничивающее вашу подвижность — теперь ваши возможности опекать близких сильно уменьшились, зато душевные страдания резко увеличились. Этим ходом Жизнь доказывает вам, что ваши близкие могут прекрасно существовать и без вашей опеки, но вы не хотите понимать этот урок, а упираетесь в своих страхах и попытках все же осуществить свою контролирующую функцию. Подобные заболевания носят явно «воспитательный» аспект и бороться с ними средствами обычной медицины очень сложно — Жизнь не позволит вам выздороветь, пока вы не усвоили ее уроков.

На этом мы заканчиваем рассмотрение способов духовного “воспитания”. В целом они сводятся к одной простой формуле: **ты получаешь то, что не принимаешь, и не получаешь того, без чего не представляешь себе жизнь.**

Скорость предъявления “воспитательных” процедур.

Но остается еще один вопрос: как скоро наш “смотритель” предъявляет нам “воспитательную” процедуру после возникновения ошибочного убеждения?

Как нам представляется, это зависит от уровня заполнения вашего “накопителя переживаний”. Если в нем процентов 25–35, то “воспитание” начнется через день-два после проявления вашей идеализации. Например, именно так происходит с автором настоящей книги.

Другое дело, если у вас в сосуде процентов семьдесят, или больше. Вас уже давно и безуспешно “воспитывают”, а вы не обращаете на это внимания. Значит, особой необходимости спешить с очередным “воспитательным” мероприятием нет. Вы еще не поняли предыдущего урока, значит, не поймете и следующего. Зачем спешить, если вы так бестолковы? Мероприятие не отменяется, но откладывается на месяц-год-десятилетие. Так что будьте уверены, на вашем счету все записано и рано или поздно будет предъявлено к оплате — пока вы не поумнеете. А когда это произойдет, зависит от вас же, от вашей способности усваивать преподанные уроки Жизни.

А теперь нам пора подвести итоги.

ИТОГИ.

1. Жизнь использует пять способов разрушения наших избыточно значимых идей и убеждений.

2. Каждый из способов (или их совокупность) применяется Жизнью в зависимости от имеющегося набора ошибочных убеждений и иных обстоятельств.

3. Скорость предъявления “воспитательных” воздействий зависит от вашей способности реагировать на них, то есть от заполненности вашего “накопителя переживаний”.

2. ЧИСТИМ СВОИ ПРОБЛЕМЫ

В этой главе книги мы продолжим рассматривать те уроки, которые дает нам Жизнь. Точнее, мы будем рассматривать те приемы, которые можно использовать для избавления от “воспитательных” воздействий со стороны окружающего мира.

Чистим все и подряд

Что нужно делать, чтобы нас не “воспитывали”? Если отвечать в наиболее общем виде, то можно сказать так: **нужно очиститься от накопленных ранее негативных переживаний и не накапливать новых.** К сожалению, это не так просто, поскольку негативные эмоции мы могли испытывать многие годы и однократным, пусть даже очень искренним «прощаю всех», трудно избавиться от влияния накопленного негатива. И перестать переживать только после осознания своих идеализаций тоже далеко не просто, здесь нужна определенная помощь. Поэтому мы предложим вам некоторый набор рекомендаций, которые облегчат переход к жизни без лишних переживаний.

В дальнейших рассуждениях мы будем использовать традиционную восточную модель «устройства» человека, которая предполагает, что человек является не только чисто материальным объектом (физическим телом), но и обладателем бесплотной (энергоинформационной, тонкоматериальной) составляющей, которая называется либо аурой, либо душой (в христианстве). Согласно этой модели, человек состоит из физического и шести тонких, нематериальных тел.

То есть мы будем исходить из того, что человек является очень сложной структурой и у него, кроме физического тела, имеются еще и другие, нематериальные тела. А именно: эфирное (энергетическое), эмоциональное (астральное), ментальное и еще несколько более тонких тел, которые все вместе составляют то, что называется «бессмертная душа», то есть то, что переходит из тела в тело в процессе реинкарнации души. (Материалисты, не признающие никаких тонких тел, могут считать, что речь здесь пойдет о разных составляющих нашей психики, то есть о сфере здоровья (энергетики), сфере эмоций, сфере наших мыслей (ментальное тело) и сфере нашего Высшего Я).

Опыт показывает, что все тонкие тела могут оказывать влияние на нашу текущую жизнь. Наша бессмертная душа тоже может принести с собой некоторые проблемы из неизвестного нам прошлого, поэтому неплохо будет поработать и с ней.

Значит, если вы собрались двигаться в сторону повышения своей святости (то есть хотите осушить свой “накопитель переживаний”), мы предлагаем вам почистить все ваши тонкие тела. Иначе эффекта от чисток или лечения не будет, или он будет временным.

Что будем чистить

Но так ли хорошо все будет, если почистить все и по максимуму? Здесь не все так просто. Ведь несложно понять, что наряду с тотальной очисткой мы можем заодно избавиться и от интереса к жизни.

Раньше мы уже указывали, что совершенно пустой “накопитель переживаний” имеют только святые, которые **не имеют никаких собственных желаний в этом мире.** Если идти по пути тотальной чистки, то в случае успеха и вам не избежать такой благодати. Все возможно, но ничего не хочется. Никакое событие не волнует вас больше, чем любое другое — вы одинаково спокойно принимаете все подряд. Вы спокойны, как замерзший во льду карась.

Нравится ли вам такое будущее? Скорее всего, нет. Точнее, оно для вас практически недостижимо. Кровь кипит в жилах, телевизор и пресса соблазняет нас множеством приятных вещей, родственники или знакомые провоцируют на обмен “любезностями”. Жизнь кипит, и

увернуться от нее практически невозможно. Как же быть?

Мы предлагаем вам **сознательно ограничить вашу святость**. То есть выбрать несколько клапанов “накопителя переживаний”, которые вам наиболее дороги. И позволить им немного “подкапывать”. То есть позволить себе легкую идеализацию некоторых аспектов жизни. Например, любви или семейных отношений, денег или творчества, и т. п. А по остальным кранам — ни-ни! Все перекрыто, вы не обижаетесь, не осуждаете, не презираете. Тогда вы сможете и жить с удовольствием, и в “накопителе переживаний” иметь процентов 45–55. А это, как мы уже указывали, самый лучший процент для заказа (и реализации) любых земных желаний.

Если эта рекомендация вас устраивает, то мы перейдем к рассказу о том, с помощью каких приемов или техник можно перейти в это комфортное состояние. Впрочем, если вы соблазнились полной святостью и не интересуетесь ничем земным, то и в таком случае наши приемы окажутся совсем не лишними. Другое дело, что их недостаточно, чтобы достичь полной святости. Нужны другие, более сложные техники. Но это предмет отдельного разговора. Итак, начнем о чистках.

2.1 Долой негативные эмоции!

Любое наше приятие или недовольство миром проявляется в эмоциях. Поэтому стоит начать с тех приемов, которые можно использовать для очистки нашего тонкого тела эмоций от негатива. Именно **в этом теле хранятся все наши обиды, осуждение, память о приступах ревности или гнева, и обо всех остальных радостных (и не очень) эмоциях**. Если эмоции были хорошими, то память о них делает нашу жизнь более приятной, и мы, соответственно, не будем бороться с ними.

Другое дело — негативные эмоции. Почти любой человек с детства испытывал множество таких переживаний. Возможно, они одолевают вас и сегодня. Откуда они берутся — мы об этом уже не раз рассказывали. Наш ум строит модели идеального мира, и реальный мир всегда отличается от них. Заметив это отличие, можно позволить ему иметь место и не обращать на него внимание. Можно постараться переделать мир по своему разумению (если получится). А можно ничего не делать, а просто испытывать массу негативных переживаний — почему все так неправильно и нехорошо.

Эмоции хранятся в виде мыслеформ

Каждое наше переживание сопровождается определенным набором мыслей. В итоге каждая сильная эмоция образует соответствующую **мыслеформу** (некий сгусток энергии и информации), которая в виде пятна грязно-серого или коричневого цвета (в случае негативной эмоции) хранится в нашем теле эмоций. (по-иному можно сказать, что все переживания записываются в клеточной памяти нашего организма). Чем сильнее обида или осуждение, тем больше и плотнее соответствующая мыслеформа.

Таким образом, все наши переживания, к сожалению, никуда не исчезают. Они **запоминаются в теле эмоций** и являются инициаторами вспышки очередных переживаний нашего неконтролируемого ума («словомешалки»). Поэтому стоит вам только увидеть на улице (или в любом другом месте) человека, чуть похожего на вашего обидчика, как тут же память услужливо подтаскивает соответствующую мыслеформу, и механизм переработки ваших жизненных сил запускается в очередной цикл. Вы вспоминаете нанесенные вам обиды, вновь переживаете их и тем самым усиливаете уже имеющуюся мыслеформу обиды на этого человека. Она становится более плотной и массивной. Несложно понять, что одновременно заполняется ваш «накопитель переживаний».

Все обиды носим с собой

Соответственно, годам к сорока вы можете носить на себе множество больших негативных мыслеформ, каждая из которых связана с определенным человеком — отцом, матерью, детьми, мужем (или женой), начальником и любыми другими людьми, с которыми вы сталкивались в жизни, и по отношению к которым у вас возникали негативные переживания.

Со временем острота переживаний стирается, обиды и осуждения вроде бы проходят. Во всяком случае, нам так представляется, поскольку эти события и связанные с ними переживания выпали из нашей памяти. Но на деле это, к сожалению, не так. Негативное переживание детства может выпасть из нашей памяти, но из тела эмоций без специальных процедур, к сожалению, не может.

Точнее, негативная мыслеформа тоже потихоньку рассасывается, но очень медленно. Особенно если она создавалась в течение многих лет, когда мы обижались или осуждали какого-то человека. За многие годы такая негативная мыслеформа стала большой и плотной, и **простым забвением вашего обидчика она не стирается**. Не стирается она и тем, что вы сознательно простили своих обидчиков. Через одномоментное прощение перекрывается соответствующий

клапан “накопитель переживаний”, но уровень его заполнения почти не изменяется.

А, поскольку обида или осуждение хранится в вашем тонком теле, то ваш духовный “воспитатель” в соответствии с третьим способом разрушения идеализаций **должен поставить вас в ту же позицию, в которой находился тот человек, которого вы когда-то осуждали.**

Мы уже приводили пример с «воспитательными» процессами в семье. Ребенок в детстве и юности осуждает родителей за их негармоничные взаимоотношения. Соответственно, в его теле эмоций записывается большая мыслеформа осуждения родителей. Когда ребенок вырастает, он может сознательно простить родителей и изменить к ним отношение (особенно если они разошлись или кто-то из них умер). Но мыслеформа обиды или осуждения «неправильного» поведения родителей никуда при этом не девается. Она просто отодвигается подальше от “словомешалки”, но вы по-прежнему носите ее с собой. И ваш “воспитатель” знает об этом. А раз знает, то он должен применить “воспитательные” меры по отношению к вам — создать для вас ту же ситуацию, которая так раздражала вас у ваших родителей.

Стираем негативные мыслеформы

Значит, чтобы избежать подобных “воспитательных” процессов, нужно каким-то способом **стереть эту мыслеформу в вашем теле эмоций.** И лучше всего это может сделать кто? Конечно, вы сами, поскольку голова и все остальные проблемные части ваши. Только вам для такой чистки нужен какой-то специальный инструмент. Обычная щетка или скребок тут вряд ли сгодятся, нужно что-то такое, что сможет взаимодействовать с тонкой материей вашего тела эмоций.

Рисунок. Человек пытается большим веником почистить свою голову.

Подобных инструментов существует множество — в принципе, любая психологическая работа является такой чисткой. Однако психологи обычно работают **с одной, самой сильной и отравляющей вашу жизнь эмоцией,** которая заставила вас обратиться за помощью (обида на бросившую вас любимую, ушедшего к другой женщине мужа и т. п.). А духовное “воспитание” может проводиться **за любую из накопленных вами негативных мыслеформ.** В том числе за такую, о которой вы уже **давно забыли.**

Чистим тело эмоций тотально

Поэтому мы предлагаем вам чистить тело эмоций тотально. То есть очищаться от любых **негативных мыслеформ,** которые когда-то возникли в связи с взаимоотношениями с каким-то людьми. А, поскольку за жизнь вы сталкивались с множеством людей, то и чистить тело эмоций нужно по отношению **ко всем этим людям.**

Если годов у вас набралось немало, и в жизни вы не отличались избыточной деликатностью, то вы можете носить с собой сотни негативных мыслеформ — по числу людей, по отношению к которым у вас когда-то были негативные переживания. Представляете, как выглядит ваше тело эмоций? Это сплошной грязно-серый клубок негативных переживаний. Чтобы очистить его, придется немало попотеть.

Вспомните всех ваших знакомых

Поэтому мы рекомендуем **составить список всех людей,** с которыми вы так или иначе сталкивались в раннем детстве, школе, колледже, на работе, в семейном кругу и т. д. В список заносите всех, кого сможете вспомнить.

Конечно, первыми в списке должны идти люди, по отношению к которым вы испытывали **самые острые негативные эмоции.** А потом все остальные. И чистить тело эмоций придется по отношению **к каждому из этих людей по отдельности.** Дело это непростое, и потребует месяца-два самостоятельной работы.

Быстрой чистки не бывает

Если вы попробуете простить всех ваших бывших врагов оптом, и даже переполнитесь

благодости и любви к ним, то вряд ли сразу выйдете из под процессов духовного “воспитания”. Любовь к прежним недругам всего лишь означает, что вы **перекрыли клапаны**, по которым ваши негативные эмоции поступали в “накопитель переживаний”. Значит, ваш сосуд перестал пополняться. Но это совсем не означает, что уровень его заполнения сразу уменьшится. Со временем — да, но не сразу.

Поэтому может возникнуть ситуация, когда вы уже всех любите, а изменений к лучшему не происходит, и даже совсем наоборот. Очень нерадостная ситуация, не так ли? Что же можно сделать, оказавшись в этом положении?

Если вы вспомните структуру выводящих труб “накопителя переживаний”, то там есть труба под названием “Осознанные поступки”. Видимо, для быстрой очистки вашего сосуда нужно воспользоваться ее выводящими способностями. То есть **осознанно совершить поступки по очистке вашего сосуда**. Обычное милосердие и благотворительность здесь годятся, но это не быстрый путь. Чтобы эта труба начала более активно сливать ваши грехи, нужно выполнять специальные упражнения.

Одно из таких упражнений, которое мы рекомендуем использовать для самостоятельной чистки “накопителя переживаний”, называется “Медитация прощения”.

Это достаточно известное упражнение, используемое в различных психологических и духовных школах в том или ином варианте. Это же упражнение одновременно будет **помогать вам остановить вашу “словомешалку”**. Оно основано на известном **принципе вытеснения** неконтролируемых мыслей другими, положительными мыслями.

Упражнение выполняется в любое время, когда ваша голова не загружена выполнением работы или контролируемыми размышлениями. Например, когда вы идете по улице, едете в автобусе, сидите на совещании, ожидаете кого-то и т. д. То есть как раз тогда, когда ваша воля ослабевает, осознанной загрузки для головы нет и “словомешалка” стремится запуститься на полную мощь.

Упражнение “Медитация прощения”.

Выберите человека, по отношению к которому вы будете стирать мыслеформу вашей обиды (или любой другой негативной эмоции) на него. Например, пусть это будет ваш муж.

Начинайте мысленно многократно подряд повторять фразу: “С любовью и благодарностью я прощаю моего мужа и принимаю его таким, каким его создал Бог (или:....таким, какой он есть.). Я прошу прощения у моего мужа за мои мысли и эмоции по отношению к нему”.

Эту фразу нужно повторять до тех пор, пока у вас в груди появится чувство тепла, исходящего из области сердца. Такое ощущение покажет вам, что вы полностью стерли мыслеформу обиды на этого человека.

Правда, у некоторых впечатлительных людей теплое чувство появляется уже через пять минут, поэтому им не нужно ориентироваться на этот показатель. У других теплое чувство не появляется никогда, и это тоже не страшно. Главным условием успешной работы является общее время медитации.

Общее время медитирования на одного человека, с которым у вас в течение многих лет имелись очень напряженные отношения, может составлять три-пять часов, которое складывается из эпизодических медитаций в любое свободное время. Если конфликтов было меньше, то общее время медитации может составлять тридцать — пятьдесят минут.

После очистки от мыслеформы своей обиды на мужа начинайте мысленно повторять следующую фразу: “С любовью и благодарностью мой муж прощает меня”. Тем самым вы сотрете в своем теле эмоций ту негативную мыслеформу, которую “навесил” на вас муж во время ваших конфликтов (вы наверняка иногда доставляли ему огорчения и он испытывал

раздражение, гнев или обиду по отношению к вам).

Эта фраза повторяется до тех пор, пока у вас в груди опять появится ощущение тепла. Или если вы закроете глаза и увидите образ мужа. Если процедура стирания его негативной мыслеформы успешно завершена, по ваш муж может повернуться к вам лицом (на мысленном экране), улыбнуться и даже помахать вам рукой. Это говорит о том, что ваше тело эмоций очищено от навешенных им на вас обид и других негативных эмоций.

На внешнем плане, если вы продолжаете встречаться с ним, вы как бы отдалитесь от него, перестанете остро реагировать на его слова и поступки.

Медитируйте на всех известных вам людей

Мы рассмотрели медитацию прощения только по отношению к мужу. Как вы понимаете, это только первый шаг к чистке вашего тела эмоций. Далее нужно провести эту же медитацию по отношению к **отцу, матери, братьям или сестрам, бывшим мужьям или женам** (сколько бы их у вас не было), если у вас были с ними натянутые или конфликтные отношения. Далее помедитируйте **на всех родственников**, которые хоть как-то вмешивались в вашу жизнь и доставляли вам неприятности (на каждого по отдельности). **На знакомых** по работе или увлечениям, на несправедливых начальников или неблагодарных подчиненных. **На ваших любимых**, с которыми вы расстались. **На саму (илисамого себя)**, если у вас были когда-то претензии к себе. Фраза для медитации здесь почти та же: “С любовью и благодарностью я прощаю сама себя и принимаю себя такой, какая я есть. Я прошу прощения у самой себя за мои мысли и эмоции по отношению к себе. С любовью и благодарностью я прощаю сама себя”.

Людям свойственно осуждать или обижаться на самого себя (почему я такой неудачливый, некрасивый, застенчивый, глупый), или погружаться в чувство вины. Но **осуждение себя — это такой же грех, как и осуждение других людей**. Поэтому обязательно нужно простить себя, любимого (или любимую).

Затем желательно так же помедитировать **на Жизнь**. Скорее всего, вы иногда обижались на Жизнь — например, за то, что она забрала у вас любимого или родственника, почему у вас все так плохо и т. д. Фраза для медитации на жизнь будет иметь следующий вид: “С любовью и благодарностью я прощаю Жизнь и принимаю ее такой, какая она есть. Я прошу прощения у Жизни за все мои мысли и эмоции по отношению к ней. С любовью и благодарностью Жизнь прощает меня”.

Общее время медитации прощения зависит от того, сколько обид на жизнь вы накопили за свои годы. Медитация на людей, с которыми у вас были самые конфликтные отношения, потребует **несколько часов медитации суммарно**. Для старых знакомых или родственников, о которых вы вспомнили с трудом, суммарное время медитации может составлять десять-тридцать минут на каждого.

Прикиньте свои затраты на выполнение этого упражнения. Например, для полной очистки от всех обид человеку в возрасте за сорок лет потребуется не менее месяца работы над собой в любое свободное время. Общее время медитации должно составить не менее тридцати часов.

При прочтении этих строк может возникнуть вопрос: Почему нужно так долго повторять медиацию прощения? Ведь вы уже не помните обид на одних людей, простили других и даже сочувствуете проблемам третьих. Ваш ментал чист, так за что же вас воспитывать?

Грехи как грязное пятно на бумаге

Чтобы ответить на этот вопрос, попробуем воспользоваться простым сравнением. Представьте себе, что ваша негативная мыслеформа — это грязное пятно на листе бумаги. Чем больше и плотнее мыслеформа, тем больше размер пятна на бумаге.

Вам нужно очистить бумагу, и у вас для этого есть небольшая резинка для стирания. Каждое движение резинки очищает маленькую площадь загрязненной поверхности. Чтобы очистить весь

лист, вам нужно сделать множество чистящих движений. И чем больше пятно, тем большее количество движений вам придется сделать.

Именно поэтому мы предлагаем многократно повторять в уме медитацию прощения. Каждое повторение стирает только маленькую часть вашей мыслеформы, поэтому для полной очистки медитацию нужно повторять много-много раз. А осознание ошибочности своих прежних убеждений и прощение ваших недругов — это сильный и большой ход, который позволяет стереть наиболее выступающую часть вашей негативной мыслеформы. Хотя и большую, но все-таки часть.

Поэтому наряду с прощением и принятием всех проявлений этого миране **оставляйте в покое ваши прежние обиды и негодования**. Поработайте с ними отдельно, и вашему “смотрителю” не придется применять к вам “воспитательные” меры.

А мы пока перейдем к подведению очередных итогов.

ИТОГИ.

1. Все испытываемые нами в жизни негативные переживания откладываются в нашем теле эмоций в виде мыслеформ (сгустков мыслей и эмоций) темного цвета.

2. Негативные мыслеформы не стираются сразу при изменении нашего отношения к миру и прощении ваших прежних недругов.

3. Для ускорения очистки тела эмоций предлагается проводить медитацию прощения, в ходе которой в результате многократного повторения определенной фразы негативная мыслеформа стирается.

4. Медитацию прощения необходимо проводить по отношению ко всем людям, с которыми у вас в жизни были какие-то напряженные взаимоотношения, включая всех родственников и знакомых, себя и жизнь.

2.2 “Ежик событий”. Работаем на опережение

Медитация прощения позволяет нам избавиться от прошлых переживаний и быстро подчищать последствия новых. Но если ничего не менять в своих мыслях, то мы будем вынуждены все время прощать — сначала ругаемся, потом, прощаем, потом снова ругаемся, снова прощаем и так далее. Веселая жизнь, не так ли? Главное, не скучная.

Если же мы хотим жить более спокойно и осознанно, нам нужно научиться не накапливать новые переживания, то есть перекрыть свои клапаны-идеализации. А это произойдет только тогда, когда вы перестанете придавать избыточное значение своим ожиданиям, то есть откажетесь от идеализаций.

Это значит, что одновременно следует начать работу со своим менталом — именно там хранятся все наши идеи, знания и информация о накопленном опыте. И там же хранятся те самые идеализации, которые создает наш беспокойный ум. А, как вы помните, именно идеализации являются основой для создания нашего недовольства жизнью, заполнения «накопителя переживаний» и попадания под “воспитательные” воздействия.

Значит, нам **нужно побыстрее избавиться от ошибочных убеждений и идеализаций, накопленных в нашем теле ментала.**

Поймите — вы живете в Раю

Здесь есть одна общая идея, которую нужно понять и возвращаться к ней при возникновении очередной порции переживаний. Она достаточно проста внешне, хотя далеко не всем ее легко понять и принять. Она имеет следующий вид: **вы должны признать, что в каждый момент времени вы живете в Раю!** В любой момент вашей жизни, каким бы ужасным он вам ни казался!

Несложно понять, что достичь такого отношения к жизни нелегко. Жизнь давно и успешно “воспитывает” вас. Какой уж тут рай, хуже не бывает.

А вот действительно, может ли быть хуже? Вы наверняка не задумывались об этом. Да и зачем, ведь все методики (в том числе и наша Методика формирования событий) призывают нас думать только о хорошем. Вот мы и стараемся думать о хорошем, а жизнь все ухудшается и ухудшается.

Почему ухудшается — понятно. Мы жизнью недовольны, наш «накопитель переживаний» пополняется и Жизнь применяет к нам все более строгие “воспитательные” меры. Обращаем ваше внимание, что это не **наказание**, не месть, а именно текущее исправление ваших ошибочных убеждений!

Поскольку мы мечтаем о лучшей жизни и продолжаем быть недовольными своим нынешним состоянием, то, скорее всего, **ситуация будет ухудшаться и дальше**. Поэтому мы предлагаем вам не прятать голову в песок, как это делают страусы в случае опасности, а смело **заглянуть в свое возможное несветлое будущее**, где наверняка **все будет хуже, чем сейчас**.

Как будет хуже, понять несложно. Это **зависит только от того, какой стороной жизни вы недовольны**. Если вы недовольны семейной или личной жизнью, то ситуация будет ухудшаться именно здесь. Но если при этом работа для вас не значима, то там все может оставаться в порядке и вы можете неплохо зарабатывать. И наоборот, соответственно.

Как же быть, как избежать ухудшения будущей ситуации, если вы вычислили свои основные идеализации? Как отказаться от них, если они такие родные и близкие вам?

Очень просто — понять, что **именно сейчас вы живете в Раю**. Потому что, если вы это не признаете, то рано или поздно наступит Ад. И тогда вам станет значительно хуже, чем сегодня. Конечно, понятия Рая и Ада — условные. Что за Рай в коммуналке со скандальными соседями?

Можно ли вообще придумать Ад по отношению этой ситуации? Оказывается, если немного подумать, то легко. Вам могут подселить таких соседей, что нынешние пьяницы или скандалисты покажутся просто святыми. Или ваша коммуналка может сгореть вместе с вашими вещами, а власти не будут спешить с выдачей вам нового жилья. Оказавшись в этой ситуации, вы будете с теплотой и нежностью вспоминать свою жизнь в отдельной комнате, пусть даже со скандальными соседями. Именно так Жизнь может доказать вам ошибочность ваших нынешних взглядов. Коммуналка по сравнению с жизнью на улице — настоящий Рай, и вам нужно смело признать это.

Конечно, это очень слабый Рай по сравнению с особняком за городом. Но никто не запрещает вам иметь особняк — если, конечно, вы **в любой момент** времени будете признавать, что живете в Раю. Не осуждайте Жизнь, а попросите у нее для себя особняк (или хотя бы отдельную квартиру). В этом мире есть все, и если вы хорошо и правильно попросите, то обязательно получите. А если не получите, то у вас появляется повод задуматься о том, какая другая ваша внутренняя установка мешает вам достичь этой цели, которой уже достигли миллионы других людей.

Именно такой подход — **признание того, что в любой момент вы живете в Раю**, может обеспечить вам перекрытие всех клапанов «накопителя переживаний» и чистку ментального тела.

Идея вроде бы не сложная, но, как показывает опыт, ее очень сложно воплотить в жизнь, даже если вам понятны ваши ошибочные убеждения.

Нужен какой-то вполне **реальный прием** типа техники интенсивного дыхания, стояния на одной ноге или очистки себя пламенем свечи. Эти **действия** понятны и доступны всем, но, к сожалению, они не годятся для очистки наших ошибочных убеждений. Почему? Да потому, что ошибочные убеждения — порождения нашего ментального тела. А ментальное тело стоянием на одной ноге не изменишь — оно слишком далеко от нашего физического тела, с которым мы можем таким образом работать.

Инструменты исправления ошибочных убеждений

Значит, нужно найти какие-то инструменты, работающие на уровне нашего отношения к жизни, на уровне наших убеждений. Существует ли такой готовый инструмент? Конечно, существует. Человечество много чего уже выдумало. Например, это самопрограммирование с помощью различного рода **позитивных утверждений** или **аффирмаций (установок)**.

Аффирмации

Эти техники направлены на вытеснение из нашего ментала ошибочных убеждений и **заполнение его положительными мыслями**. Дело это неплохое, но **требует немалых усилий** по перепрограммированию своих ошибочных убеждений.

Ваш беспокойный и неконтролируемый ум за много лет изрядно заполнил ваш ментал разными идеализациями и ошибочными убеждениями. Значит, чтобы их вытеснить побыстрее, вам **нужно как можно более интенсивно и энергично насыщать себя позитивными утверждениями**. Общее количество положительных мыслей **должно быть не меньше**, чем количество заполняющих ваш ментал отрицательных убеждений. А, поскольку многих лет на вытеснение ошибочных убеждений у вас нет, то **интенсивность процесса перепрограммирования должна быть очень высока**.

Это легко достигается на групповых занятиях с хорошим ведущим, который создает высокоэнергетическую обстановку коллективной эйфории и возбуждения. Два-три семинара, и вместо прежних осуждений у вас в голове останется одна любовь к себе или другим людям.

Но вот если вы занимаетесь по этим методиками самостоятельно, по книгам, то результаты придут далеко не так быстро. Вам очень сложно будет вызвать в себе состояние восторженного

экстаза в то время, когда голова переполнена проблемами и сомнениями. Кому-то это удастся, и это очень хорошо, аффирмации срабатывают быстро и эффективно. А что делать тем, кто хотел бы верить во все хорошее, но в голове крутятся бесконечные сомнения, и с этим ничего не удастся поделаться?

Здесь можно предложить еще один, чисто ментальный прием работы со своими ошибочными убеждениями.

Не будем ждать плохого будущего

Он очень прост и исходит из несложной мысли: давайте не будем ждать, пока Жизнь предъявит к нам все свои “воспитательные” средства. Давайте **опередим ее — сами допустим в свою жизнь то, что она нам может предъявить в качестве мер “воспитания”**. Допустим не в реальности, а только мысленно. Как можно это сделать? Да очень просто! Для этого служит несложное упражнение, которое мы назвали “Ежик событий”

Рассмотрим, как оно работает, если вы зациклены на одном варианте развития событий и не допускаете, что жизнь может складываться по иному. Например, в мыслях вы видите своего отца чутким, деликатным, воспитанным человеком. Возможно, он когда-то таким и был, и вы не допускаете его в свою жизнь иным (у вас имеется идеализация взаимоотношений между людьми). Поэтому сейчас, например, в пожилом возрасте, он может предъявлять вам негативные черты своего характера, такие как грубость или скандальность. И **чем больше вы будете осуждать его за такое поведение, тем хуже он будет становиться** — по отношению именно к вам. Его взаимоотношения с другими людьми могут быть как плохими, так и хорошими. Но по отношению к вам уровень его “хужести” будет постоянно возрастать, пока вы не измените свое отношение к нему. А сделать это совсем несложно.

Вы считаете, что ваш отец — самый худший в мире? Если вы задумаетесь над этим вопросом, то наверняка признаете, что это не так. На самого плохого человека всегда можно найти еще более худшего. Так вот, чтобы ваш отец не становился хуже, вы **должны мысленно допустить его в свою жизнь в еще более худшем виде**. Заранее, не дожидаясь, пока он таким станет. Тогда то, что он предъявляет вам в реальности, будет лишь слабой частицей того, **что он мог бы вам предъявить**. То есть он мог бы быть и хуже, а вот не становится таким. Смотрите, какой благородный! А вы его осуждали! Но он таким наверняка станет, если вы не измените свое отношение к нему. То есть сегодня вы находитесь с ним в Раю, а через некоторое время можете оказаться в Аду.

Именно такая логика может примирить вас с любой существующей ситуацией, какой бы плохой на первый взгляд она ни казалась.

И именно на этом принципе работает предлагаемое нами упражнение.

Упражнение “Ежик событий”

Создайте обстановку, чтобы вас никто и ничего не беспокоило в течение 15–20 минут.

Займите удобное положение, закройте глаза, расслабьте мышцы тела, остановите бег мыслей.

Представьте вашу жизнь в виде множества вариантов развития событий. Например, в виде набора иголок, исходящих из одной точки. Получится что-то похожее на свернувшегося в клубок “ежика событий”, показанного на рисунке 2.

Из всех вариантов возможного развития событий вы хотели бы видеть только один, вас устраивающий (одна иголка). В реальности, в порядке разрушения ваших идеализаций, Жизнь последовательно предъявляет вам серию ухудшающихся вариантов развития событий (вторая и последующие иголки).

Представьте себе, как будет складываться ваша жизнь, если “воспитательные” процессы будут продолжаться, то есть будут реализованы варианты ухудшения развития событий

(последующие иголки “ежика событий”).

Проживите мысленно каждый из вариантов ухудшения событий в течение 5-10 минут. Представьте, что вы будете делать, как будут складываться ваши взаимоотношения с людьми и миром, какие мысли будут вас одолевать.

В конце каждого варианта мысленно скажите: “Жизнь! Если тебе будет угодно сделать мою жизнь такой, то я приму ее без ропота и обиды. Видимо, за что-то я должен получить этот урок. Если он мне нужен, то я приму его с благодарностью. Но если можно, то я прошу сделать так, чтобы ... (и указываете ваш самый первый и желательный вариант развития событий)”.

Таким же образом мысленно проживите еще несколько вариантов ухудшения ситуации по мере нарастания “воспитательных” воздействий (остальные иголки “ежика событий”). К концу каждого варианта подтвердите, что вы примите его как урок без гнева и осуждения, но просите не применять его по отношению к вам.

В конце еще раз мысленно подтвердите, что вы не осуждаете нынешнюю ситуацию, а воспринимаете ее как урок, который вы заслужили своими мыслями или поступками. И что нынешняя ситуация есть самая лучшая из тех, что вы заслужили своими мыслями и поступками. Вы благодарны за даваемый вам урок, принимаете нынешнюю ситуацию как очень хорошую и просите, если возможно, улучшить ее желательным для вас образом.

Выполняя это упражнение, вы избежите “заказа” негативного будущего — тем, что в конце каждого варианта вы просите **не применять его** к вам. И одновременно подтверждаете Жизни, что вы принимаете происходящее с вами не как наказание или месть, а как урок за какие-то ошибки в мыслях или поведении.

Применительно к нашему примеру с пожилым отцом можно представить, что первой и желательной для вас иголкой “ежика событий” являются ровные и спокойные взаимоотношения. Второй иголкой может быть существующая ситуация, когда он предьявляет вам грубость и конфликтность.

Третьей иголкой **может стать** ситуация, когда он заболит, и вам придется ухаживать за ним. Причем характер его не изменится в лучшую сторону даже при болезни. Четвертая иголка — он стал пить и приводить в дом собутыльников. Пятая иголка — он привел в дом нескольких женщин. Шестая иголка — он стал издеваться даже над своими внуками. Седьмая — он устроил пожар. Восьмая — он вынес и раздал все вещи из дома. Девятая — и т. д.

Иголок может быть множество, и **все их нужно прожить, не обижаясь на Жизнь**. Прожить не наяву (к счастью), а мысленно. То есть представить себе, как сложится ваша жизнь при реализации третьей и последующих иголок. Представить эту жизнь полностью, со всеми вариантами взаимоотношений, распределения денег, времени, жилплощади и т. д. И в конце мысленно же сказать: “Жизнь, если я это заслуживаю, то я приму такую ситуацию и не буду роптать, поскольку я осознаю, что она явилась результатом моих претензий к отцу. Но если можно, то пусть мой отец перестанет ругаться и отравлять нам жизнь”.

Именно такое мысленное проживание позволит вам **опередить “воспитательные” воздействия** Жизни и доказать ей, что вы знаете обо всех ее возможных будущих санкциях и **готовы принять их**. И что нынешнюю ситуацию вы воспринимаете как очень хорошую, которая из-за вашего же недовольства может сильно ухудшиться. Но вы уже отказались от недовольства текущей ситуацией, так что Жизни нет необходимости применять по отношению к вам эти самые более худшие варианты. Если все хорошо, то дальше может быть только лучше.

Подобные рассуждения мы рекомендуем применять для разрушения любых идеализаций и вытекающего из них недовольства жизнью. Осознавая, что у Жизни в запасе всегда есть более худшие варианты, чем ваш нынешний, можно всегда радоваться настоящему.

Не станет ли хуже?

Предваряя неизбежные вопросы, сразу скажем, что упражнение **является заказом негативного будущего**. Не является потому, что в конце каждого мысленного проживания возможного будущего вы обязательно говорите: “Жизнь, если это произойдет, я приму это без ропота и гнева. Но если это возможно, пусть все произойдет так, как я хочу (и далее приводится ваш вариант развития событий)”.

Тем самым вы даете понять Жизни, что **вам не нужен этот негативный вариант развития событий**. Вы готовы к нему, но он вам не нужен. А нужен другой, тот, который пока никак не получается, но вы уже перестали переживать по этому поводу, поскольку поняли, как хорошо вам сейчас. То есть вы переводите свою суперцель из разряда требований в разряд просьбы, чем унижаете свою гордыню. А негордынистых Жизнь любит и помогает им. Если, они, конечно, о чем-то попросят.

Не превращайте свою жизнь в “ежик событий”

И еще одна рекомендация. Работа по “ежику событий” — это **разовая операция**, направленная на обесценивание вашей проблемы, изменение вашего отношения к тому, что сейчас кажется самым ужасным. Вы **один раз** в течение 10–20 минут проводите прием по отношению к той ситуации, которая кажется вам ужасной, и понимаете, как все у вас хорошо. А потом забываете о “ежике” и начинаете радоваться жизни.

Если же вы с утра до вечера будете представлять себе разные страсти, то это будет уже не “ежик событий”. Это будет говорить о том, что ваша “словомешалка” вышла из-под контроля и активно заказывает вам все те неприятности, о которых вы со вкусом размышляете. Так и до депрессии недалеко. Так что побыстрее остановите “словомешалку” одним из известных вам приемов и радуйтесь жизни! А “ежиком” можете пользоваться не чаще одного раза в неделю и не более, чем на десять минут. Успехов вам на этом пути!

Рисунок. Человек сидит на большом еже, ему больно.

Когда можно использовать

Когда рекомендуется использовать этот прием? Всегда, когда вам кажется, что текущая ситуация ужасна и ничего ужаснее быть не может. Это прием для быстрого изменения своего отношения к текущей ситуации, **прием обесценивания своих переживания**.

Ваш ребенок проводит слишком много времени за компьютером, и вы без конца переживаете по этому поводу? Сделайте ежик событий, и вы поймете, как замечательно, что он сидит дома и не водит дружбы с нехорошими подростками.

Ваш муж выпивает каждый день кружку пива и вы страшно переживаете, что он болен алкоголизмом? Проведите ежик событий и поймите, как замечательно, что он выпивает всего одну кружку и всего лишь пива.

Ваша жена много разговаривает по телефону, и вас это страшно раздражает? Проведите ежик событий, и вы поймете, как хорошо, что вы знаете все ее интересы и она всегда у вас под контролем. И так далее.

Не знаем, удалось ли нам убедить вас в эффективности этого упражнения. Попробуйте. Если оно вас устроит, замечательно. Если не устроит, поищите что-то еще. А мы пока перейдем к подведению очередных итогов.

ИТОГИ.

1. Для исправления вашего недовольства жизнью необходимо признать, что в любой момент времени вы живете в Раю.

2. Для избежания ухудшения ситуации в процессе разрушения идеализаций вы можете сработать на опережение. Для этого попробуйте мысленно прожить варианты возможного ухудшения вашего нынешнего положения. И в конце мысленно сообщите, что вы готовы

принять эту ситуацию без недовольства и осуждения. Но если можно, то вы просите улучшить вашу нынешнюю ситуацию.

3. Упражнение по мысленному проживанию более худших событий называется “ежик событий”. Каждая иголка означает ситуацию, часть из которых уже реализовалась, а часть может происходить по мере заполнения вашего «накопителя переживаний».

2.3 Убираем проблемы нашей бессмертной души

В этом разделе мы поговорим о том, как можно самостоятельно поработать с теми возможными проблемами, которые принесла с собой наша бессмертная душа из своих прошлых воплощений.

Но здесь сразу хотим предупредить: не увлекайтесь поисками в прошлых жизнях причин своих нынешних проблем! Это очень удобно — представить себя жертвой каких-то предыдущих воплощений, и на этом основании начать упиваться жалостью к себе. Вот, мол, страдаю, и даже сам не знаю за что. Посочувствуйте мне, несчастненькому.

Наш опыт показывает, что **основным, преобладающим источником проблем в жизни большинства людей являются разного идеи**, за которые человек цепляется изо всех сил, и вытекающие из этих идей «воспитательные» процессы.

Но иногда источником проблем может выступать наша бессмертная душа, которой хочется исправить какие-то свои прошлые ошибки. Именно она приносит с собой информацию об ошибках или проблемах, совершенных ею в прошлых воплощениях. И эта информация порой дает свою проекцию на текущую реальность. Так, к сожалению, иногда бывает, но не нужно считать, что все текущие неприятности зависят только от неизвестной нам прошлой жизни. Такая позиция удобна, поскольку автоматически ставит вас в позицию жертвы по отношению к внешним обстоятельствам. А раз вы жертва, то от вас ничего не зависит и остается лишь безропотно ждать, когда эта «плохая карма» перестанет влиять на вашу жизнь. Это ожидание может затянуться на всю жизнь. А вам это нужно?

Мы предлагаем вам принять позицию не жертвы, а хозяина ситуации, который сам когда-то создал себе все неприятности, а теперь решил от них избавиться. Никто не может помешать вам сделать такой выбор, кроме вас самих.

Не все проблемы — из прошлых жизней

Наш опыт показывает, что подобные **проблемы имеются далеко не у каждого человека**. Искать в прошлых жизнях причины неудач имеет смысл только в тех случаях, когда проблемы вашей **текущей жизни никак не объясняются вашими идеализациями и переполнением «накопителя переживаний»**.

Таких проблем **совсем мало**, но они бывают. Подобные проблемы обычно проявляются в необъяснимых поступках, страхах (фобиях) или в необъяснимых взаимодействиях с другим человеком (в эзотерике это называется «кармический узел»). Подобные проблемы называются «кармическими» и мы рассмотрим, что можно сделать с ними самостоятельно

Например, нередко встречаются случаи, когда вполне взрослый человек очень боится воды и не умеет плавать, хотя никогда не тонул. Или боится оставаться в закрытом помещении, хотя никто и никогда не оставлял его надолго одного. Или возникает ситуация, когда человек из-за чувства вины не может пройти мимо любой бездомной собаки, не отдав ей всю имеющуюся у него еду (вопреки здравому смыслу). Или человек панически боится высоты, хотя никогда не падал и не пугался высокого места. Или боится одиночества, хотя всегда его окружали люди. Или боится темноты, хотя никто не пугал его. Или боится красных рассветов, хотя никаких понятных причин для этого вроде бы нет, и так далее.

Вариантов подобных фобий может существовать множество, и **часть из них имеет корни в прошлых жизнях**.

Начинайте искать в настоящем

Мы с большим сомнением относимся к поиску причин имеющихся у человека проблем только в прошлых жизнях. Такой подход делает человека совершенно бессильным перед лицом

неизвестного ему прошлого и, фактически, ставит его в полную зависимость от эксперта-ясновидящего, который сам обнаруживает проблему и сам же берется ее исправить. То есть человек из плена религиозных (или политических) грехов попадает в плен грехов прошлых жизней. Все равно, как грех называется, лишь бы им можно было манипулировать!

Мы предпочитаем несколько иной подход. Не отрицая в целом наличие (но только иногда) кармических проблем, принесенных из неизвестного нам прошлого, мы предлагаем вам **попробовать самостоятельно вычислить**, что за проблемы возникали у вас в прошлом. То есть, **какую информацию о прошлых проблемах принесла с собой ваша бессмертная душа в эту жизнь**. Часто эту информацию можно вычислить самостоятельно.

Как самому считать свое прошлое

Сделать это можно следующим образом. Сначала вы подробно анализируете все имеющиеся в вашей жизни сложности и проблемы, исходя из наличия возможного “воспитательного” процесса по отношению к вам. То есть вычисляете ваши ошибочные убеждения и идеализации, исходя из возможности применения по отношению к вам любого из пяти способов разрушения идеализаций. Или всех способов вместе.

И только если какая-то проблема совсем не находит объяснения в рамках модели “накопителя переживаний” (поскольку вы не испытываете длительных переживаний по этому поводу), то только тогда можно попробовать **простыми логическими рассуждениями понять, какие именно негативные события могли иметь место в вашем далеком прошлом**.

Например, если с самого раннего детства вы не любите воду и боитесь учиться плавать, то, скорее всего, у вас в высшем тонком теле записан ужас, который вы испытали в одной из прошлых жизней, когда тонули. Как тонули — на корабле или индивидуально, случайно или вас утопили — это желательно выяснить, чтобы можно было правильно перекодировать эту информацию. Но относить свой страх воды к кармической проблеме можно только в том случае, **если вы ни разу не тонули в этой жизни**. Если же у вас был такой случай и в вашем теле эмоций записался импульс страха воды, то это не кармическая проблема! Это проблема текущей жизни и работать с ней нужно несколькими иными способами, в том числе теми, которыми хорошо владеют современные психологи.

Как самому считать информацию

Но как быть, если все же для изменения памяти о своем прошлом желательно точно знать, какие именно события имели там место?

Путей для получения подобной информации существует несколько.

Например, можно **во время медитации** сделать запрос и увидеть нужную вам картинку. Это часто получается, если вы эмоциональны и у вас хорошо развито воображение. Медитация может быть любая, а может быть специальная реинкарнационная медитация, в ходе которой вы можете увидеть одну из своих прошлых жизней.

Можно задать себе вопрос **перед сном**. Возможно, ответ придет вам во время сна, особенно если вы будете повторять этот запрос несколько десятков раз. Ответ может прийти либо в явном виде — вы увидите сон с событиями из вашего далекого прошлого. Либо в виде сна, но с перекодированной информацией, которую опять же путем несложных размышлений можно понять.

И, наконец, можно **обратиться с прямым запросом к вашему подсознанию**. Как это можно сделать, довольно подробно описано в последней главе этой книги.

В крайнем случае, можно **обратиться к реальным ясновидящим**. Важно только не ходить сразу к нескольким ясновидящим с одним и тем же вопросом, поскольку полученные ответы, скорее всего, будут разными и могут поставить вас в полный тупик. Поэтому, при обращении к ясновидящему, поработайте с одним ответом. Если он не дал эффекта, то можно обращаться за

следующей подсказкой.

Точно также можно работать и с **любой другой проблемой**, не имеющей объяснения с позиций “накопителя переживаний”. Вы боитесь замкнутых помещений — скорее всего, в вашем высшем тонком теле записан ужас, возникший во время смерти в замкнутом помещении (засыпало землетрясением или на войне, вас замуровали и т. п.).

Подобным образом можно найти вполне разумные инкарнационные причины многих имеющихся у людей “фобий”. Важно только не увлекаться этими поисками. По нашим наблюдениям, в **95 % случаев причиной нынешних проблем являются ошибочные убеждения и идеализации**. И лишь в 5 % случаев причины проблем лежат в прошлых жизнях.

Что делать с полученной информацией

Но вот, допустим, вы как-то узнали, какое именно негативное событие имело место в вашей жизни в далеком прошлом. Что можно и нужно сделать дальше?

А дальше все просто. **Нужно перекодировать эту информацию**, хранящуюся в вашем высшем тонком теле. Реально изменить ваше прошлое нельзя — оно давно прошло и его никак не вернуть. А вот вашу **память о нем** изменить совсем не сложно, поскольку речь пойдет об изменении информации. Для этого мы рекомендуем выполнить следующее упражнение.

Оно выполняется либо непосредственно во время медитации, когда вы увидели события своей прошлой жизни. Либо позже, в любое свободное время — если вы увидели информацию во сне, получили во время обращения к своему подсознанию или от ясновидящего.

Упражнение «Перекодируем свое прошлое»

Создайте обстановку, чтобы вас никто и ничего не беспокоило в течение 15–20 минут.

Займите удобное положение, закройте глаза, расслабьте мышцы тела, остановите без мыслей.

Во всех подробностях (по возможности) рассмотрите (или представьте себе) то событие, в результате которого у вас возникла кармическая проблема (вы тонете, вас засыпает землей, вы убиваете другого человека или животное, вас принудительно лишают жизни и т. п.).

*Теперь “отмотайте” эту картинку назад, к началу события. И сознательно **приделайте к событию благополучный конец**.*

Например, вы тонули, но у вас неожиданно появились новые силы, вы сделали несколько взмахов руками и всплыли на поверхность. А там вас подхватили подплывшие на лодке люди. Или вас засыпало землей, но это заметил ваш друг. Он пригласил людей и вас очень быстро откопали.

Порадуйтесь благополучному избавлению от несчастья. Мысленно поблагодарите Бога и своего Ангела-хранителя за помощь и избавление от беды.

Откройте глаза и вернитесь в нормальное состояние мыслей.

Как видите, упражнение совсем несложное. Оно доступно любому человеку, умеющему хоть что-то видеть на своем внутреннем экране. А если и этого нет, то все равно упражнение можно выполнять. Только вместо картинки нужно все то же самое проговорить (про себя) словами. Эффект будет таким же — положительным.

Пример 1. *Валентина, замужем, мать троих детей, работает в торговой фирме менеджером. Никаких отклонений в психике Валентины не наблюдалось, за исключением одного. Когда она заигрывалась с детьми и они в шуточной борьбе наваливались на нее все трое сверху, у нее внезапно наступал приступ ужаса и она в панике расшвыривала детей по сторонам. Дети недоумевали, с чего бы это добрая мама вдруг становилась такой злой и буквально расшвыривала их. А мама сама не понимала, что с ней происходило, поскольку никаких причин для ужаса у нее не было. И так повторялось несколько раз, так что она*

перестала играть с детьми, чтобы избежать повторения этой странной ситуации.

Во время реинкарнационной медитации она увидела себя солдатом во время Второй мировой войны. Солдат лежит в окопе, а на него надвигается немецкий танк. Окоп был мелкий и не спас солдата, который погиб под гусеницами танка. Импульс страха, который испытала душа солдата в момент этой ужасной смерти, записался в ее тонком теле и в следующей жизни проявился в том, что она испытывает панический ужас, когда на нее что-то наваливается сверху, даже если это родные дети.

Валентина перекодировала эту ситуацию у себя в воображении. Прямо в ходе медитации она представила себе, что окоп у солдата был глубокий и танк ничего не смог с ним поделаться. Танк проехал дальше, а солдат поднялся, бросил в него гранату и подбил его.

С тех пор дети совершенно спокойно могут ползать по своей матери в любом количестве, никаких проявлений паники у нее больше нет. Информация об испытанном душою ужасе была перекодирована и эта особенность психики ушла из ее жизни навсегда.

Пример 2. Мария, врач по образованию, много лет проработала врачом на «Скорой помощи». В возрасте около 30 лет ее стали тревожить боли в позвоночнике. Она прошла все возможные лечебные процедуры, но болезнь прогрессировала. В итоге в возрасте 40 лет она ушла на пенсию по инвалидности. В последние годы она ходит только в специальном корсете и не может спать без снотворных таблеток.

Во время реинкарнационной медитации она увидела себя воином, примерно в 17 веке, в Европе. Армия захватила какой-то город, и воин активно участвовал в сражении. В какой-то момент к нему сзади приблизился противник и ударил его мечом по спине. Воин погиб от удара по позвоночнику.

Мария тут же перекодировала эту ситуацию. Она представила себе, что воина вовремя предупредили о приближении противника сзади, он обернулся и отбил удар меча. В результате смерти от удара по спине как бы не произошло.

После такого простого действия Мария прямо с этого вечера стала спать без снотворных таблеток, и ее заболевание резко пошло на убыль.

То есть подобное перекодирование информации о событиях, имевших место в далеком прошлом, достаточно эффективно. Нужно только как-то получить точную информацию о том, что же именно произошло тогда (обычно это досрочная смерть). Это не просто, но возможно.

Перекодируйте свои сны

Это упражнение имеет более широкое применение, чем только изменение своей памяти о прошлом. Мы рекомендуем использовать его всегда, **когда вам снятся кошмарные сны**. Если вы проснулись от ужаса — во сне за вами кто-то гнался, вы падаете с обрыва, на вас наезжает машина или происходит иное столь же малорадостное событие, то не оставляйте его в таком виде. Перекодируйте его в лучшую сторону!

Для этого уже в проснувшемся состоянии закройте глаза, вспомните испугавшее вас сновидение и приделайте к нему благополучный конец. То есть если вы падаете с обрыва, то внизу оказываются не камни, а вода. Вы выныриваете и благополучно выбираетесь на берег. Если за вами кто-то гнался, то неожиданно появляется полиция и забирает хулиганов, а вас доставляет на машине домой. И так далее. **Тем самым вы можете изменить в лучшую сторону свое реальное будущее!** Возможно, во сне вам шла информация о каком-то негативном событии в вашем недалеком будущем. И если вы измените эту информацию, то, образно говоря, шар вашей будущей жизни может покатиться по другой, более благополучной канавке. Вы выбрали себе другое будущее, и оно, скорее всего, реализуется. Помогите себе сделать этот выбор!

Таким образом, чтобы исправить информацию о негативных событиях в ваших прошлых

жизнях (то есть очистить вашу бессмертную душу от негативной информации), нужно осознать это событие и мысленно переделать его, оставив прежнее начало события и создав благополучный конец. Желаем вам успеха на этом этапе чистки.

Что еще будем чистить

На этом мы заканчиваем рассмотрение процесса чисток, которые помогут вам избежать неприятных духовных воспитательных процессов со стороны Жизни.

Напомним, что мы рассмотрели технику очистки нашего эмоционального тела от накопленных переживаний с помощью медитации прощения. Мы рассмотрели способ изменения отношения к текущей ситуации с помощью приема «ежик событий». Мы рассмотрели технику мысленного перекодирования негативной информации, которую могла принести с собой наша бессмертная душа.

Понятно, что этим не исчерпывается весь набор инструментов для чистки и коррекции психики человека. Существует множество других приемов, которыми можно пользоваться самостоятельно или с помощью специалистов (часть дополнительных приемов описана в других книгах [1–8]). Есть у вас такая возможность и желание — пользуйтесь на здоровье.

Нужно ли чистить и корректировать свое физическое и энергетическое тела? Конечно, да! Поскольку они определяют наше здоровье и состояние бодрости духа.

Но чистота или загрязненность физического тела человека и состояние его энергетики является лишь следствием выбранного им стиля жизни, выбранных им приоритетов. То есть первичным все равно оказывается его тело ментала, где могут храниться ошибочные установки по отношению к своему телу и образу жизни. Более подробно эти вопросы рассмотрены в книге «Хочешь быть здоровым? Будь им!». Здесь мы не будем специально останавливаться на вопросах здоровья. Хотя вы должны уже понимать, что ухудшение здоровья во многих случаях является прямым следствием переполнения вашего эмоционального тела негативными мыслеформами. Организму не нравится, что вы превращаете его в кладбище эмоциональных отходов, и он начинает возражать против такого обращения с собой через заболевания.

И порой стоит только поработать с медитацией прощения, как вас покинут самые сложные, порой даже неизлечимые заболевания. А как чистить тело эмоций мы уже рассказывали.

Работайте сами

Последняя рекомендация, которую мы хотим дать — это **необходимость вашей самостоятельной работы**. Никакие приборы, таблетки или внешние воздействия разных чудотворцев, выполненные за любые деньги, не заменят вам самостоятельной работы. Они действительно могут помочь (по трубе “сторонние воздействия”), но только на время. Клапаны ваших идеализаций они не перекроют. Эти клапаны — в вашей голове, а туда без вашего разрешения никто забраться не может.

Так что желаем вам полного успеха в деле избавления от процессов принудительного духовного “воспитания”!

На этом мы заканчиваем рассмотрение процесса чисток, и переходим к подведению последних в этой главе итогов.

ИТОГИ

1. Некоторая часть проблем в жизни человека может возникнуть из-за того, что его бессмертная душа принесла с собой информацию об ошибках или сильных переживаниях из прошлых жизней. Подобные проблемы имеются не более чем у 5 % людей.

2. Для проведения процедуры очистки от проблем из прошлого необходимо узнать, какое именно негативное событие имело место в одной из ваших прошлых жизней. Это можно сделать путем медитации, во сне, путем обращения к своему подсознанию.

3. Чистка заключается в мысленном изменении хода негативного события таким образом,

чтобы оно имело благополучный конец.

4. Мысленное изменение хода событий нужно проводить всегда, когда вы получаете информацию о негативных событиях в возможном будущем или прошлом (например, во сне).

3. Как остаться любимчиком Жизни

Как и за что нас “воспитывает” Жизнь, мы уже знаем. Как избавиться от ее воспитательных процессов, тоже представляем. Теперь, если мы вошли в радостное состояние души, нужно научиться не терять достигнутое. А потерять это очень легко, поскольку никаких радикальных изменений у вас могло еще не произойти, да и окружающим людям может не понравиться то, что вы чаще стали улыбаться. И стали меньше переживать по тем поводам, которые раньше не давали вам возможности жить спокойно. Вы стали для них непонятны, поскольку стали более уравновешены, что окружающие могут трактовать как равнодушие. И, естественно, они могут начать обвинять вас в разных грехах типа бесчувственности, бездушия и так далее. Будьте к этому готовы. Позвольте им думать о вас все, что они пожелают, не пытайтесь подстроиться под их ожидания, иначе у вас появится новый повод для переживаний (с вытекающими из него воспитательными процессами).

Как же научиться не впадать в стресс, когда окружающие люди и обстоятельства провоцируют вас на новые переживания? Вы знаете, что погружаться туда не нужно, но читать без конца медитацию прощения просто нет возможности. Вы уже работали с техниками прощения, и ваш накопитель уже немного опустошился. И теперь вы не хотите, чтобы он снова стал переполняться. Вы хотите остаться любимчиком Жизни и продолжать пользоваться ее расположением. Как можно этого добиться?

Для этого предлагаем вам выбрать и занять такую **жизненную позицию**, которая позволит сохранять хорошее расположение духа в любых обстоятельствах, перестать эмоционально реагировать на любые внешние и внутренние обстоятельства. Точнее, перестать негативно реагировать на что-то. А реагировать позитивно, то есть улыбаться и доброжелательно посмеиваться над собой и окружающими — сколько угодно! Тем самым вы сможете перекрыть клапаны-идеализации и продолжать осушать свой “накопитель переживаний”. А отсюда совсем недалеко и до полного счастья — в том варианте, как вы его понимаете.

Итак, в этой главе мы рассмотрим несколько жизненных позиций, которые могут устроить Жизнь и помочь вам на пути к желанным целям.

3.1 Жизнь есть цирк

Рисунок: два человека, одетые в нормальную одежду, но с клоунскими колпаками на голове, ругаются или дерутся друг с другом

Эта жизненная позиция позволит вам с юмором отнестись к любой ситуации, которую раньше вы могли воспринимать как ужасную или безвыходную. Занимая ее, вы исходите из того, что все люди есть своего рода клоуны в цирке жизни. И чем больше вы нервничаете и переживаете, тем более искренне вы играете свою роль в этом цирке. Не надоело ли быть клоуном?

Название этой позиции напоминает нам известное изречение: “жизнь есть театр”. Можно было бы сказать и так, но мы намеренно **усилили критический аспект** этой жизненной позиции. Стать артистом в театре для многих может показаться привлекательным. А вот как насчет клоуна в цирке? А ведь наша жизнь — это далеко не театр. Это сплошной **цирк, с нами в роли главных клоунов**. А мы не понимаем этого и обижаемся то на одно, то на другое.

Жизнь есть представление на арене

Чтобы занять такую позицию, нужно внутренне принять, что **все происходящее в жизни есть клоунада на арене цирка**. Люди — клоуны, и каждый кривляется в ней по-своему. Причем, чем больше эмоций и азарта человек проявляет в повседневной жизни, негодуя или поучая окружающих, обижаясь или ввязываясь в конфликты, тем выше его профессиональный уровень как клоуна. Хотя на арене есть не только клоуны, но и иллюзионисты — у них все исчезает неизвестно куда, и возникает неизвестно откуда. Здесь можно встретить силовиков, которые идут напролом и добиваются всего силой — пока им не встретится кто-то покруче. Есть жонглеры, укротители, борцы, спортсмены и т. д.

Позиция зрителя

В общем, вся полноценная и эмоциональная жизнь протекает на арене. До сих пор вы были активным участником этого представления.

А теперь мы предлагаем вам **выйти с арены, сесть на зрительские трибуны и со стороны наблюдать за происходящим, не включаясь в представление**. Вы можете смеяться или сочувствовать происходящему, но вы **отстранены от действия**, это все — не ваше.

Такая позиция позволяет не “зацепляться” ни за какие прежде очень значимые для вас ценности — вы всего лишь наблюдатель. Но находиться среди зрителей на трибуне — это ваш сознательный выбор. Если вы сочтете нужным поучаствовать в каком-то “представлении” (любовь, должностной рост, большая зарплата и т. п.), вы можете смело спуститься на арену и принять активное участие в текущих делах, добиваясь своей цели. Поиграйте в “Жизнь есть игра” (об этой позиции мы расскажем чуть позже). Когда цель будет достигнута, возвращайтесь на трибуны. И **не позволяйте никому принудительно стаскивать вас на арену** и включать в какое-то представление.

Здесь очень важно понимать, что **если вы чем-то недовольны, с кем-то ругаетесь или кого-то осуждаете, то вы — уже клоун, находитесь на арене** и участвуете в общем представлении. У вас на голове колпак с колокольцами и с яркой надписью, где указана та роль, которую вы исполняете в цирке жизни. А роли бывают самые разные, например, следующие.

«**Жертва негодяя**» — это колпак для жен, с упоением рассказывающих окружающим о том, какой монстр их муж;

«**Учу всех жить**», «**Домашний террорист**», «**Суперконтролер**» — для людей, любящих «строить» своих близких и без конца вмешиваться в их жизнь;

«**Великий мученик**» — для человека, который избрал своей профессией мученичество и с

упоением рассказывает всем, как ему плохо;

«**Один умный в стране дураков**», «**Дебилы кругом**» — для человека с идеализацией способностей, которого раздражают окружающие «тупые» люди»;

«**Себя — взад!**», «**Не дрыгайся, все равно обслужу**» — колпаки для людей, которые все делают для других, на себя времени у них обычно не остается;

«**Халява, плиз!**» — для лиц с идеализацией своего несовершенства, которые не могут назначить достойную цену за свой труд и потом переживают по этому поводу;

«**Жилетка для всеобщего плача**» — понятно без комментариев;

«**Тотально озабоченная**», «**Хочу секса**» — для лиц, переживающих по поводу ограничений с сексом.

«**Жертва нерадивого подчиненного**» — колпак для руководителя, который постоянно переживает потому, что его подчиненные не выполняют его заданий.

«**Жертва бешеной мамы**», «**Помогите сбежать замуж**» — колпаки для девушек, страдающих от контроля своих матерей.

Это только несколько типичных колпаков, а вы должны придумать себе свой собственный колпак, чтобы обсмеять свои переживания. Чем более смешным и циничным будет название той роли, которую вы играете в цирке жизни, тем быстрее и легче вам будет расстаться с нею.

Придумывая себе клоунскую роль, нужно как бы отстраниться от своих переживаний, взглянуть на них со стороны. То есть стать как бы посторонним человеком, которому смешны все ваши судороги, поскольку он не включен в процесс и может судить обо всем только по внешним формам его проявления.

Если вы сумеете так посмотреть на себя и придумать смешное название вашей роли, то ваши переживания резко обесценятся. Вам станет смешным то, что прежде казалось ужасным или неразрешимым. А раз вы начнете улыбаться, то Жизнь тут же придет вам на помощь и ваша ситуация разрешится как бы сама собой. Жизнь любит улыбающихся и всегда готова помочь им. И наоборот, пока у вас на лице будет написано «у меня огромная проблема», Жизнь вынуждена будет исполнять это ваше пожелание. А вам это надо?

И, кстати, не забывайте, что колпаки нужно придумывать **только для себя**, а не для других людей!

Самое интересное во всем этом состоит в том, что подавляющее большинство людей с упоением играет свою роль в цирке жизни, **не имея перед собой никакой реальной цели!** Собственно, само участие в этом клоунском процессе для многих и есть их жизнь. И люди даже не могут себе представить, что можно жить как-то иначе, не вступая ежеминутно в бессмысленную борьбу за несуществующие цели. Попробуйте сделать это!

Что значит быть на трибуне

Находиться на зрительской трибуне совсем **не означает, что вы должны только созерцать и ничего не делать.** Вовсе нет. Вы выполняете все положенные правила поведения — ходите на службу, составляете планы работы и исполняете их, готовите бумаги, проводите переговоры, ругаетесь с поставщиками или партнерами, объясняетесь в любви и т. д. Но **все это вы делаете отстраненно, не включаясь избыточно эмоционально в происходящие события**, как бы наблюдая со стороны за происходящим. Такая позиция позволит вам не “зацепляться” ни за какие события и не добавлять в ваш “накопитель” новых переживаний.

Приведем пример такого поведения. Пусть вы — руководитель маленького отдела, и вам нужно закупить определенный товар к некоторому сроку (например, специальную мастику для ремонта помещения заказчика). Но неожиданно выясняется, что в силу не зависящих от вас обстоятельств в нужный срок это задание выполнено быть не может. Например, мастику нужного сорта поставщик запустит в производство только через месяц, а все предыдущие запасы

распроданы.

В такой ситуации как раз и можно определить, где вы пребываете — на арене или на зрительской трибуне. Если вы переживаете, ругаетесь или плачете окружающим о своих проблемах, то вы — на арене. Ведь реально ни переживаниями, ни плачем ситуацию изменить нельзя. В любом случае нужно ждать, и вы можете либо воспринять это как данную вам объективную реальность и спокойно ждать реализации нужного события, наблюдая за окружающей жизнью. Либо вы будете ждать этого же события, но при этом будете переживать, конфликтовать или даже пить успокоительные таблетки, то есть активно участвовать в представлении на арене.

Иногда нужно подыграть окружающим

Что интересно, иногда человеку приходится помимо желания участвовать в цирковом представлении, иначе у него могут возникнуть нежелательные сложности.

Приведем пример такой ситуации. Наталья работает в небольшой организации, в которой все сотрудники — женщины, а руководит ею мужчина. Руководит он не очень хорошо, допуская ряд ошибок, но более высокое руководство предпочитает не замечать этого — они тоже мужчины и им приятнее общаться с ним. Поэтому основной темой неформальных бесед женского коллектива является обсуждение (точнее — осуждение) поступков своего начальника. Наталья тоже принимала активное участие в этом представлении, накапливая переживания с вытекающими из этого последствиями в виде «воспитательных» процессов со стороны Жизни.

После прочтения книг и прохождения наших тренингов ей стало неинтересно это занятие, и она перестала участвовать в общем представлении. Но тем самым она выпала из коллектива, коллеги стали сторониться и даже начали выживать ее с работы. Клоунам не понравилось, что кто-то выпал из их дружной компании, и они почти нашли себе нового врага.

А работа Наталье очень нравилась, и она не хотела уходить оттуда. В итоге ей пришлось снова влиться в компанию клоунов, то есть начать ругать своего начальника вместе с другими. Правда, теперь она стала только играть роль «клоуна», не осуждая своего начальника в душе и не накапливая новых переживаний, а как бы подсмеиваясь над своей новой ролью. Она внешне вернулась в коллектив, и коллеги преслали выживать ее с работы. То есть «переселение» Натальи на зрительские трибуны привело к некоторым осложнениям. Которые, правда, удалось обойти без особых переживаний.

Отличие от глухой защиты

Мы хотели бы особо подчеркнуть, что **позиция “Жизнь есть цирк” сильно отличается от позиции “глухой” защиты** от нападок другого человека, которую рекомендуют принимать психологи в сложных жизненных ситуациях.

В принципе, уйти в “глухую” защиту, т. е. перестать реагировать на любые претензии, нападки или оскорбления, человек может и без всяких психологов. Так бывает в семьях, когда один из супругов обладает повышенной властью и постоянно поучает другого супруга, что ему делать и как жить. Если эти поучения высказываются в высокоэмоциональной или оскорбительной форме, то реакция на них может быть разная. Типичная — дать ответ в том же духе, но это не всегда заканчивается миром.

А иногда второй супруг запивает или уходит в **“глухую” эмоциональную и ментальную защиту**, т. е. перестает реагировать на все претензии, нападки или оскорбления. Это очень похоже на предложенную нами позицию “Жизнь есть цирк”, но имеются свои особенности.

В такой защитной позиции **очень важно, что реально происходит у человека на душе**. Если он действительно сумел полностью закрыться и, не реагируя внешне на все претензии и нападки, внутри себя мысленно посмеивается со словами: “Мели Емеля, твоя неделя”, то все замечательно. Обиды на жизнь нет, “накопитель переживаний” не пополняется.

Но чаще бывает не так. В одних случаях нападающему периодически удается находить все новые тонкие места (идеализации) и пробивать защиту. В итоге — вспышка эмоций, претензии, крики и т. д. Как вы понимаете, “накопитель переживаний” при этом не остается на прежнем уровне.

Другой вариант — человек закрылся и не реагирует ни на какие словесные нападки. Внешне он даже может выглядеть как совершенно бесчувственное бревно. Но при этом **внутри у него кипит буря эмоций**, его ум напряженно строит множество моделей, как бы он ответил на все претензии — если бы захотел, конечно. Этот вариант защиты, к сожалению, говорит о явном **наличии идеализаций** — отношений, разумности или каких-то еще. Поэтому, невзирая на все внешние проблемы, его собственный “смотритель” в порядке “воспитания” будет добавлять еще проблем внутренних. С большой долей вероятности такая защита приведет к появлению перепадов давления, сердечно-сосудистым заболеваниям, а то и еще к чему похуже. Человек оказывается в полном капкане — и снаружи одни скандалы, и внутри куча заболеваний. Похоже, что это прямой путь к досрочному прекращению экскурсии на землю.

Как же быть, есть ли выход из такого положения? Как нам представляется, человеку, умеющему уходить в “глухую” защиту, очень хорошо может подойти позиция “Жизнь есть цирк”. Его место — на зрительских трибунах. Но нужно обязательно понять, что, когда вы даже не внешне, а только **внутри себя даете волю эмоциям, то вы — на арене цирка**, где кривляетесь вместе со всеми остальными клоунами. Поэтому постарайтесь оставаться все время в зрительном зале, наблюдая издали, что происходит на арене цирка, где ваш властный партнер играет роль тотального контролера или доморощенного императора.

Конечно, он будет всячески стараться затащить вас на арену, чтобы и вы приняли участие в представлении. Ему так одиноко без вас. Он будет искать все новые способы, чтобы вы не остались скучать на зрительских трибунах в одиночестве.

Ваша задача — не позволить затащить вас на арену. Вы можете даже представить себе, что **этот человек постоянно держит в руках аркан**. Стоит вам чуть-чуть зазеваться, как он тут же набросит аркан на вас и стащит к себе на арену. Вы можете брыкаться, как необъезженная кобылица, но от аркана никуда не денешься. Если уж вас зацепили, то обязательно стащат на арену и заставят кривляться вместе со всеми.

Поэтому ваша задача при встрече (или даже разговоре с этим человеком по телефону) **не забывать об аркане** и не позволить набросить его на вас. Это не так уж сложно. Например, представьте себе, что ваш оппонент все время носит на шее свернутый аркан (или лассо). И как только он вас видит (или хотя бы слышит), то сейчас же берет аркан в руку и начинает им размахивать, стараясь накинуть вам на шею, как одичавшей, отбившейся от стада лошади. Ваша задача при этом — **не дать вас заарканить**. Если вы мысленно свяжете такую картинку с вашим оппонентом, то у него ничего не выйдет — вы будете оставаться спокойным и внутренне насмешливым в любой ситуации.

Эффект от такого приема будет замечательный — вы все время будете оставаться зрителем, и ваш “накопитель переживаний” не будет пополняться.

Сфера применения

Где можно применять предложенную жизненную позицию? В принципе, везде, где у вас возникают негативные переживания.

Тотально она подходит домохозяйкам, научным работникам или служащим большой фирмы, которые довольны своим положением и не стремятся к переменам.

Предпринимателю, занимающемуся реализацией своего проекта, больше подходит позиция игрока — естественно, только тогда, когда он занимается своим бизнесом. Во все остальное время, когда он отдыхает дома или встречается с друзьями, играет с детьми или работает на

садовом участке, ему рекомендуется занимать позицию “Жизнь есть цирк”. Да и на работе, если он погружается в переживания по поводу недостатка денег, непорядочности партнеров или своеволия сотрудников, ему неплохо подобрать себе соответствующий колпак. Можно даже сделать колпак из бумаги, написать на нем свою роль и положить у себя на рабочем столе — чтобы не погружаться снова в свою любимую клоунскую роль.

То же самое можно сказать о человеке, которого не устраивает должность или размер заработной платы. При достижении своих целей он — игрок, а во все остальное время — он находится на трибуне.

Подобных ситуаций, когда вы должны быть эмоциональны и устремлены к цели, встречается много. Важно только, чтобы на пути к очередным вершинам вы оставались позитивны. И не старались попутно нацепить на себя клоунский колпак и веселить окружающих своей глупостью.

Ну, а если реальных целей у вас нет, то становиться клоуном в такой ситуации совсем смешно. Расслабьтесь и наблюдайте за цирком жизни со стороны. А мы пока подведем итоги.

ИТОГИ

1. Первая рекомендуемая жизненная позиция называется “Жизнь есть цирк”. Чтобы занять такую позицию, нужно внутренне принять, что все происходящее в жизни есть клоунада на арене цирка. Люди с азартом участвуют в представлении, а вы сидите на зрительских трибунах и наблюдаете за ними.

2. Эта позиция отличается от применяемой интуитивно позиции “глухой” защиты тем, что человек даже внутренне не переживает и не реагирует на внешние воздействия.

3. Эта позиция позволяет изменить отношение к той ситуации, которая прежде казалась вам ужасной и неразрешимой. Если вы сумели посмотреть на нее со стороны и придумать смешное название своей дурацкой роли, то ситуация разрешится как бы сама собой.

3.2 Жизнь есть игра

Следующая жизненная позиция, которую мы предлагаем вам “примерить” к себе, чтобы избежать идеализации земных ценностей и вытекающих отсюда “воспитательных” процессов, называется “Жизнь есть игра”.

Все есть игра

Эта позиция означает, что **вы будете рассматривать происходящие вокруг вас события как промежуточные этапы самых разных игр**. Например, дома вы можете играть в игру под названием “Семейная жизнь” или “Я — глава семьи”. На службе — вы играете в игру под названием “Работа” или “Свой бизнес”. С приятелями вы играете в игру “Дружба” или “Рыбалка”, с понравившейся вам женщиной — в игру “Любовь” или “Секс», и так далее

Что может дать такая позиция? Она даст вам **возможность не привязываться избыточно к любым ценностям**. В игре всегда есть выигрыш, но обязательно есть и проигрыш, хотя он и не обязателен. Попробуйте все ваши **удачи воспринимать как временные выигрыши, а неудачи — как временные проигрыши**.

Например, вам не удалось занять желанную должность на службе — значит, ваш соперник в этот раз переиграл вас. Но в следующий раз ему это не удастся! Или вы попытаете переиграть его на другом поле — т. е. вы попытаете занять должность повыше, но уже в другой организации.

Или, например, если у вас не идет проект и вы попали в долги — задумайтесь, может быть, **вы играете не в свою игру** и нужно быстро либо менять условия игры, либо признать свой проигрыш и попытаться выиграть в другой игре (в другом проекте). И так далее по любым проигрышам.

О выигрышах беспокоиться, скорее всего, не нужно.

Рисунок: человек сидит на шахматном коне и с шашкой в руке скачет на нем вперед. А перед ним стоит плотная стена из фигур — тур, например, не давая проходу. Но он не унывает.

Отношение к неудачам

Такое отношение к жизни может резко уменьшить количество ваших переживаний, за которые вас могут начать “воспитывать”.

Так, игрок **может активно и с азартом участвовать во всех процессах, но он не принимает близко к сердцу свой проигрыш**. Проиграл, так проиграл, в следующий раз отыграюсь.

Это удобная и эффективная жизненная позиция, которой придерживаются многие чиновники и предприниматели. Посмотрите на преуспевающих членов нашего правительства или органов власти — они занимают свои посты, заранее зная, что недолго усидят на них. И, тем не менее, с азартом “играют” в управление страной или отраслью, часто с большой выгодой для себя. **Жизни совершенно безразлично, каким путем вы будете получать свой доход** — в виде зарплаты в кассе, в виде взятки или путем “приватизации” части общенародной или частной собственности. Значение имеет только то, какие эмоции вы будете при этом испытывать и что будете идеализировать. Если будете радоваться и благодарить Жизнь за помощь в исполнении ваших желаний — все будет отлично. Если зазнаетесь или обидитесь — у вас начнутся проблемы. Игроки, как понимаете, не могут надолго впадать в грусть — иначе играть будет некогда.

Подобная позиция “Жизнь есть игра” **очень распространена** в развитых странах мира. Западные бизнесмены хотя и относятся к своим делам серьезно, но всегда понимают, что могут

и проиграть. Внутренне они готовы к своему возможному проигрышу, потому живут сегодня легко и с полной отдачей

Поэтому если ваша цель — деньги, то выбирайте любую игру, которая позволит добиться их побыстрее. И очень неплохо, если вы не будете нарушать закон при достижении этой цели. Но забудьте на время о творчестве, служении людям, самовыражении, гуманизме и других светлых материях. Когда получите деньги, то тогда можете вернуться к этому списку и выбрать из него что-то менее доходное, но более приятное вашей тонкой душе.

Если же ваша цель — самореализация в творчестве, то вам сразу нужна другая игра, где вы сможете создать что-то новое, хотя и без больших доходов.

Признаки игры

Но игра — это не все, что вы делаете в жизни. Игра имеет свои специфические признаки, и главный из них — это **наличие вполне конкретной цели**, к которой вы стремитесь. Если вы просто совершаете какие-то поступки — автоматически, по привычке или в силу необходимости, то это — не игра. Не игра, когда мы ходим на работу, ссоримся с соседкой или мужем, ходим по магазинам, ходим в гости или ездим отдыхать. Это все может стать игрой, если вы будете преследовать какую-то определенную цель. Например, достичь повышения по службе на работе. И предпринимаете определенные действия, чтобы эту цель достичь. А если вы просто ожидаете, не повысят ли вас, и только лишь обсуждаете с сотрудниками перспективы вашего повышения, то это — не игра, а клоунада. С вами в роли главного клоуна.

Общепринятые игры

В цивилизованных странах выработан целый ряд общепринятых правил поведения людей в разных ситуациях. Есть общие правила “игры в бизнес”, есть набор “джентельменских” качеств поведения человека в обществе, есть правила семейной жизни или достижения женской (или мужской) любви и т. д. Если вы хотите включиться в одну из таких игр, то вам нужно **соблюдать соответствующие общепринятые правила**.

Например, если это **игра в “Чистый бизнес”**, то к правилам относится сохранение честного имени и престижа фирмы, своевременная уплата всех налогов, высокое качество товара или услуг, и т. д. Если же ведется **игра “Деньги любой ценой”**, то можно “кинуть” партнера или государство, оставить без средств законного наследника или прихватить чужие деньги путем подделки бумаг или электронных карточек. Следующим этапом этой игры будет попытка уйти от правосудия и т. д.

Каждый человек сам выбирает устраивающую его игру, основываясь на результатах воспитания, положении в обществе, личных целях, убеждениях и т. п.

Личная игра

Игра может быть **коллективной** (типа “Чистого бизнеса”), и тогда вам нужно придерживаться общепринятых правил. Если вам это не нравится, вы можете придумать свою **личную игру** с известными только вам правилами. Люди могут не понимать или даже обижаться на ваши поступки, но это их проблемы. Они думают, что вы играете в общую с ними игру по согласованным правилам. А у вас совсем другие правила, тем более что вы можете изменить их в любой момент.

Ограничения

Затевая личную игру, вы должны помнить одно ограничение: **в ходе игры вы не должны нарушать основное требование, которое предъявляет Жизнь к поведению людей — не судить их и себя**. Как это может быть? Очень просто.

Например, вы — одинокая женщина, решили сыграть в игру “Любовь”, и стали предаваться этому чувству со всей возможной для вас страстью, пытаясь добиться ответных чувств от своего избранника. Если вы придавали результатам игры избыточное значение, то, в соответствии с

основным требованием, ваш “смотритель” должен был организовать дело так, чтобы второй участник игры не разделил вашей страсти. Он вас не любит, выражаясь проще.

По правилам игры в такой ситуации вы либо должны признать поражение на этом этапе и перейти к следующему этапу «охоты» на любимого, либо сменить игру. Рассмотрим первый вариант.

Вы должны решить, как поступать дальше, исходя из сложившихся в действительности обстоятельств. Например, вас не любят потому, что сердце вашего избранника занято другой. В этом случае вы можете подождать, пока его сердце освободится от пут текущей любви, и тогда приступить к его завоеванию. Но нужно понимать, что такое ожидание может затянуться надолго (вплоть до следующей жизни), и во время ожидания нужно не допустить переполнения своего “накопителя переживаний”.

Очень большое значение имеет, какую **внутреннюю позицию вы займете на период ожидания**. Если вы будете просто ждать и находиться как бы в засаде, выжидая удобный момент для нападения, то все будет отлично. У вас будет хорошее настроение, постоянные спутники игрока — бодрость и азарт, не покинут вас. И ваш выигрыш гарантирован.

Но вот если вы станете горевать и убиваться по поводу неразделенной любви, то это будет уже **другая игра** под названием “Несчастливая любовь”. В рамках этой новой игры вы будете считать себя самой несчастной и обиженной, т. е. в явном виде **будете обижаться на Жизнь**. Это очевидное ошибочное убеждение, и оно будет исправляться типовым способом — вам **сделают еще хуже**, чтобы вы поняли, что неразделенная любовь — далеко не самое плохое дело в нашем мире.

Аналогичную игру с ошибочными убеждениями можно построить очень легко. Не попали на желанное место работы — начали горевать, почему “Я такой несчастный (или бесталанный)”. Не сумели запустить свой бизнес-проект и наделали долгов — вот вам и игра “Нет в жизни счастья”, и т. д.

Все это **варианты игры «Я самый несчастный»** (неудачливый, нелюбимый, бесталанный), в основе которой лежит идеализация (преувеличение) своего несовершенства в виде отсутствия у вас каких-то своих качеств. За подобные игры вы будете “воспитываться”, и довольно жестко.

Поэтому **нельзя строить личные игры, в которых вы будете ощущать себя обиженным, несчастным, бедным и испытывать другие подобные негативные чувства и мысли**. Итогом игры всегда должна быть победа и положительные эмоции, а неудачи в игре являются всего лишь временным отступлением, при котором азарт и положительные эмоции вас не покидают.

Общепринятые правила

Изменять правила личной игры по ее ходу — удобная для вас позиция, но с ней не все так просто. Есть **общепринятые правила**, которых должен придерживаться любой человек. В ходе или в результате вашей игры вы не должны совершать насилие по отношению к другому человеку. Хотя для этого есть Уголовный кодекс, который ограничивает возможности вашей собственной игры — она не должна выходить за эти установленные обществом правила более высокого уровня.

Хотя, как показывает жизнь, некоторые люди не признают правил Уголовного кодекса. Вы тоже можете попробовать так делать. Но нужно четко осознавать, что тем самым вы вступите в игру “Кто кого хитрее”, и противоположной стороной в игре будут милиция, налоговая инспекция и т. п. Если вы уверены, что победите, то флаг вам в руки. Если проиграете, то не обижайтесь ни на кого, это был ваш личный выбор.

Фирменные правила

Точно также есть **внутренние правила** игры в любой фирме или компании. Для крупных и давно существующих организаций это называется “корпоративной культурой”. Если вы пришли работать в фирму, то вам нужно придерживаться принятых там правил. Вы можете строить свои собственные игры, но они не должны нарушать принятых правил поведения и взаимоотношений в этой фирме, иначе она вас отторгнет. В маленькой фирме руководитель или владелец часто ведет игру “Я-хозяин, ты чужак”, а сотрудники играют в “Попробуй докажи” (например, куда делись деньги).

Сфера применения

В позиции “игрока” можно ставить перед собой любые цели и со всей вашей энергичностью стремиться к их достижению. В первую очередь, она подходит людям решительным, азартным, уверенным в своих силах и готовым пойти на риск ради достижения своих целей. То есть она больше подходит предпринимателям, чем чиновникам или заведующим отделом крупных фирм, имеющим четко очерченный круг обязанностей.

Но и любой другой человек, независимо от рода занятий или темперамента, может занимать эту же позицию при достижении своих личных целей типа устройства личной жизни, получения желаемой работы или жилья, поездки на отдых и так далее. Эта позиция позволит вам не накапливать новых переживаний при достижении ваших личных целей.

А вот и подоспели очередные итоги.

ИТОГИ

1. *Вторая жизненная позиция, которая позволяет человеку не накапливать переживания при достижении поставленной цели, называется: «Жизнь есть игра».*

2. *Эта позиция предполагает, что при достижении своих целей человек внутренне готов к проигрышу и не станет обижаться на жизнь, если такой проигрыш наступит. Он просто постарается выиграть в следующем раунде (тайме, этапе и пр.)*

3. *Достоинством этой позиции является то, что ее могут использовать люди азартные, энергичные, напористые в достижении своих целей — т. е. предрасположенные к нарушению основного требования.*

4. *Люди с любым другим темпераментом или видами деятельности тоже могут использовать эту позицию при достижении своих личных целей.*

3.3 Жизнь есть большой механизм

Еще одна жизненная позиция называется: **жизнь есть большой механизм**. А я, соответственно, маленький винтик этого механизма.

Место применения жизненной позиции

На работе такую позицию обычно занимают люди, которые пришли в большую и сильную организацию, обеспечивающую им все необходимое для жизни и гарантирующую их будущее. Наиболее явный вариант такой организации — это фирмы с пожизненным наймом служащих.

Или монастырь для монахов. Или государственные организации типа армии, милиции и других органов исполнительной власти, в которых люди обычно стараются работать всю жизнь.

В личной жизни такая позиция означает, что вы руководствуетесь принципом “Чтобы Господь ни делал, все к лучшему”, и **пассивно принимаете все происходящее с вами**. Вас не ругают — хорошо, ругают — значит, есть за что. Деньги платят — отлично, не платят — значит, так надо. Вас любят — спасибо, Господи. Не любят — значит, не за что. Вы с покорностью принимаете любое развитие событий, не высказывая претензий или негативных суждений в самых разных ситуациях.

В общем, что бы ни происходило, все равно **жизнь есть лепота**, а вы — блаженны и не имеете претензий ни к кому. Ваш ум не строит никаких моделей жизни, а принимает все, как оно есть.

Требования к участнику

Нужно сразу сказать, что людей с подобным отношением к жизни в естественном виде встречается очень мало. Разве что в церкви или в монастыре (что практически одно и то же).

Наша система воспитания готовит из нас бойцов с жизнью, неуклонно добивающихся поставленных целей. А где мы берем свои идеалы, которые потом должны достигать? Чаше всего — в телевидении, с его кумирством власти, насилия, секса, денег и материальных благ. Миллионы людей с наслаждением смотрят сериалы про сладкую, но полную забот жизнь миллионеров. Подсознательно идет программирование того, как должны жить люди — непрерывно в кого-то влюбляться, изменять, покупать дома или красивые машины, ходить на балы, летать на самолетах или сидеть в красивых офисах и т. д.

Мы не говорим, что это плохо. Если есть деньги, сколько угодно стройте дома и участвуйте в балах. Человек пришел на землю, чтобы попробовать всего, что тут есть.

Но жизнь не состоит только из балов и секса, даже у очень богатых людей. У них тоже есть свои задачи в этой жизни, и если они их не исполняют, то “воспитание” их не минует. От “смотрителя” не откупишься.

Этим мы хотим сказать, что фильмы о сладкой жизни дают пищу нашему уму для построения модели того, как мы должны жить. А если вы живете не так, возникают внутренние претензии, недовольство, то есть **идеализация образа жизни**. Что за это бывает, вы уже знаете. Поэтому хорошо бы понимать, что по телевизору мы видим сказки, придуманные дядями из Голливуда. Они-то, эти дяди, на своих сказках зарабатывают вполне реальные миллионы. А мы живем в мире грез, созданных их фантазией. Это неплохо, но нельзя обижаться на реальную жизнь. Нужно принимать ее такой, как она есть.

А предельный вариант такой позиции — это считать, что я есть винтик большого механизма под названием “Жизнь”. И принимать хорошие и плохие события с одинаковыми чувствами. Если у вас это получится, то отрицательных событий быть просто не должно — вас не за что будет “воспитывать”.

Рисунок. Большой механизм, вроде часового. И внутри человек, который крутит

какое-то колесико.

Требования к “винтику”

Позицию “маленького винтика” можно занять, если вы собираетесь идти работать (или уже работаете) в большую и долгоживущую организацию.

От сотрудника подобной организации **требуется полная лояльность, преданность и выполнение установленных в организации правил поведения.** Такая организация дает чувство защищенности и уверенности в будущем, поэтому даже при средней зарплате она устраивает многих людей, не имеющих склонности к риску. Они внутренне **ощущают себя винтиками большого механизма**, и от них требуется только выполнять положенные функции и не вносить нарушений в отлаженную работу большого механизма.

Большие организации очень консервативны, и они **не терпят резких новшеств и инициатив**, особенно со стороны своих служащих. Если в большой организации будет много избыточно инициативных служащих, они могут просто заблокировать всю ее работу. Поэтому большие организации часто отторгают чрезмерно инициативных и самостоятельных служащих, пробующих перепрыгнуть через ступени должностного роста или думающих больше о себе, чем о своей фирме. Ей нужна **полная преданность**, и если это будет, то человек получит деньги, продвижение по службе, вплоть до максимально возможной **исполнительной должности**. Потолок такой жизненной позиции — председатель Правления (Исполнительный директор) компании.

Если вы идете работать в такую организацию, то вам нужно примерить к себе жизненную позицию “винтика в большом механизме”. Если вы не чувствуете в ней дискомфорта и уверены, что **никогда не начнете обижаться**, что вас недооценивают или вам недостаточно много платят, то она вам подходит.

Если вы о себе более высокого мнения и не прочь примерить на себя творческую должность Председателя совета директоров или Президента компании, то такая позиция вам не подходит. Присмотритесь получше к одной из двух предыдущих — они также позволят вам не идеализировать избыточно земные ценности, но вы сумеете реализовать ваши внутренние притязания на лидерство или желание стать миллионером не больше чем за три года.

Сфера применения

Предложенную позицию можно занять, если вы не очень уверены в своих силах и рассчитываете, что **жизнь и так даст вам то, что вам нужно**. Такое отношение к жизни применимо в любых сферах — в любви, семейной жизни, работе, увлечениях и т. д. Но это позиция наемного служащего, а не хозяина жизни. Она не подходит предпринимателям, стремящимся реализовать свой проект, и побыстрее.

Ее может принять чиновник (с идеями), работающий в большом государственном органе управления. Он может иметь свои идеи, но должен продвигать их установленным в организации путем, не перепрыгивая через головы начальства и не обижаясь, когда идею не поймут или не примут. Если достаточно долго и настойчиво ее продвигать, то рано или поздно ситуация изменится и ваша идея будет реализована. Важно только, чтобы до этого момента вы не обиделись на жизнь и ваш “накопитель переживаний” не переполнился. Поскольку, если придавать вашей идее избыточное значение, то ваш же собственный “смотритель” в порядке “воспитания” будет препятствовать ее реализации.

Сходство и отличия от других позиций

Внешне позиция “маленького винтика” похожа на позицию “жизнь есть цирк”. Но есть и принципиальные отличия. “Маленький винтик” не может периодически спускаться на арену и активно принимать участие в достижении своих целей. **У него просто не может быть целей, которые он активно стремится реализовать!** Ему все дает мир, и активно желать ему ничего

не нужно. А если есть неудовлетворенные желания, да вы еще и активно за них боритесь, то какой же вы “винтик”? Вы игрок, и вам больше подходит вторая позиция.

Таковы отличия “цирка” от “винтика”. Зритель в цирке вполне может спуститься на арену и стать игроком. А потом вернуться в зрительный зал. “Винтик” этого не может. Он — часть большого механизма, и если он станет вертеться чуть быстрее или медленнее, чем требуется механизму, то придет ремонтник и выкинет его вон! Он **не имеет права на самостоятельность**, он должен “крутиться” согласованно с остальными частями большого механизма. Никакая самостоятельность не допускается! Если вас это устраивает, то вперед, без страха и сомнений. На арену цирка вы всегда успеете.

А нам пора подвести очередные итоги.

ИТОГИ

1. Третья жизненная позиция — принять, что жизнь есть большой механизм, а вы являетесь маленьким винтиком этого механизма.

2. Подобную позицию могут принять люди, не имеющие претензий к жизни и принимающие ее полностью во всех ее проявлениях.

3. В позиции “маленького винтика” можно ставить перед собой цели и стремиться к их достижению. Но делать это можно только в рамках принятых в вашей модели жизни правил, без резких и самостоятельных действий.

3.4 Жизнь есть то, что я хочу

Название этого параграфа выглядит самым привлекательным. Действительно, как хорошо жить, когда жизнь — это то, что ты хочешь. Тут уж и желания какие-то выбирать не нужно — зачем? Выбирай сразу такую жизнь, какую хочешь. Жизнь артиста, художника, миллиардера, Дон Жуана или что там еще бывает.

Выбор уже сделан

А действительно, бывает ли так? Можно ли выбрать себе жизнь по вкусу?

Ответ на этот вопрос несложен. Если вы уже живете, то **как раз той жизнью, которую выбрала несколько раньше ваша собственная душа**. А, поскольку вы в чем-то недовольны своей нынешней жизнью, то, видимо, выбор у нее был небольшой. Почему, догадаться нетрудно.

Если вспомнить нашу 10-этажную конструкцию Тонкого мира, то становится ясно, что максимальный выбор имеют души с верхних этажей Тонкого мира. Они могут выбрать в нашем мире все, что захотят.

У душ с этажей пониже выбор не так разнообразен. Чем больше грехов прихватил с собой человек, уходя в мир иной, тем меньше у него был выбор при очередном рождении. У него была «плохая карма», как выражаются мистики. Соответственно, ему нужно решить много различных задач по совершенствованию своей души и распутать несколько кармических узлов. Как вы понимаете, тут уж не до удовольствий, успевай только за прошлые грехи расплачиваться. А если еще и сам несколько идеализаций прикопишь, так вообще небо в крапинку покажется. Сбежать бы от нее куда подальше.

Нужно отметить, некоторые так и пытаются делать. Голову в петлю или камень на шею, и вроде как все проблемы решены. Но, к сожалению, это полная иллюзия. Не успеет брэнное тело такого торопыги остыть, как душа его прямиком попадает на самый нижний этаж Тонкого мира на перевоспитание. А потом в очередную ссылку на землю, да в обстановочку похуже. Но об этом мы уже рассказывали.

Так что **отмывать все наши грехи нужно именно здесь, на земле**. А вот если вы **все свои грехи отмыли**, все задачи решили и узлы развязали, вот тогда можно попробовать жить той жизнью, которой вы захотите.

То есть **жизнь может быть тем, чем захочется, только для тех людей, чей “накопитель переживаний” практически пуст**. Но и для них есть **ограничения**. Поскольку они уже живут в нашем мире, все свои преобразования они могут **начать только с тех стартовых позиций**, в которых они находятся.

Стартовые позиции

Что такое “стартовые позиции”, наверное, понятно. Это место рождения, цвет кожи, место жительства, семья, работа, обязательства перед людьми и т. д. Все это есть, и даже при самой хорошей поддержке со стороны Жизни **резко изменить ситуацию не удастся**. Если вы имеете многодетную семью под Костромой (или любом другом месте России), то вам трудно стать членом семьи Рокфеллеров. В принципе, конечно, это возможно. Развестись, уехать в Америку, встретить дочку из этого банкирского семейства и жениться на ней — чем не путь для профессионального формирователя событий, не обремененного «воспитательными» процессами.

Но так может быть только в мыльном сериале. В жизни все проще. Если человек не обременен идеализациями, то это означает, что **его мало волнуют земные ценности**. Поэтому женитьба на дочери одного из Рокфеллеров и последующая сладкая жизнь его столь же прельщает, как ограбление банка или участие в секс-шоу.

Поэтому, имея принципиальную возможность сделать свою жизнь такой, как хочется большинству людей, человек с малым наполнением “накопителя переживаний” выберет совсем другое. Скорее всего, это будет что-то связанное со служением людям, причем в условиях осознанных материальных и иных ограничений.

Значит ли это, что последняя, такая привлекательная позиция, совсем **недоступна людям, не имеющим пустого “накопителя переживаний”**?

Путь для несвятых

Как нам представляется, нет. Конечно, от “стартовых” ограничений избавиться не удастся никому. Но вот ускорить процесс достижения нужных целей, и не накапливать при этом новых грехов, можно.

Частично о подобных приемах мы расскажем в следующей главе. Этапы перехода к новой жизни вполне понятны. Нужно понять, **чего же вы в действительности хотите. Наметить этапы достижения и двигаться по ним, используя помощь Жизни** и предпринимая вполне реальные, земные действия. Какой бы ни была эта цель, она достижима, особенно если вы все время улыбаетесь.

Для Жизни совершенно безразлично, сколько у вас денег — двести долларов или двести миллионов долларов. Из общего числа денег, вращающихся на нашей планете, это совершенно ничтожная сумма, почти не отличающаяся одна от другой. Сколько сможете переварить без ущерба для вашей души, столько и получите — если будете отвечать всем изложенным выше условиям и правильно просить нужное вам у Жизни. Как правильно это делать, мы расскажем в следующей главе.

Вариантов изменения своей жизни может быть множество. Например, выше мы рассмотрели только три варианта жизненных позиций, которые позволяют не придавать избыточного значения каким-то ценностям и не накапливать новых переживаний. Но таких позиций может быть значительно больше. Каждый человек может подобрать свой собственный модернизированный вариант жизненной позиции, учитывающий его интересы и потребности. Важно только, чтобы эта позиция позволяла вам не идеализировать земные ценности и оставаться позитивно мыслящим человеком.

Таким образом, человек может сделать свою жизнь такой, как он хочет. Важно только знать, чего же вам нужно в действительности, и получить помощь Жизни.

Как ни огорчительно, но пора подводить итоги.

ИТОГИ.

1. *Сделать свою жизнь такой, как хочется, легче всего человеку с пустым “накопителем переживаний”. Но ему обычно мало что хочется.*

2. *Остальные люди могут сделать свою жизнь такой, как им хочется, выполняя основное требование и грамотно взаимодействуя с Жизнью при достижении своих целей.*

3. *Каждый человек может выработать свою собственную жизненную позицию, позволяющую не загружать его “накопитель переживаний” и учитывающую его интересы и потребности.*

4. Как правильно формировать желанные события

Теперь мы переходим к последнему разделу книги. Здесь мы расскажем о том, как можно воспользоваться тем, что Жизнь стала ласкова с вами. Вы улыбаетесь ей (по возможности, порой стиснув зубы), она — вам. Тут наступает самый благоприятный момент, чтобы намекнуть Жизни, что вам чего-то не хватает для полного счастья. Чего не хватает — решать вам, у Жизни есть все. Это могут быть деньги, способности, любимый, хорошие отношения, желанная работа и так далее. Теоретически вы можете получить все, что вам нужно. Но на практике так получается редко, поскольку и на этом пути люди совершают множество ошибок. Просить (заказывать, формировать, творить) нужно правильно. Неправильное использование огромного потенциала Жизни может привести к самым разным и непредсказуемым последствиям. Посадите 5-летнего мальчика в «Мерседес-600» за руль, включите двигатель и оставьте его наедине с этой мощью. Что произойдет? Примерно то же самое происходит с миллионами людей, которые используют огромную мощь Жизни, совершенно не догадываясь о правилах взаимодействия с нею.

Поэтому здесь вы найдете некоторые рекомендации, которые помогут вам использовать свой потенциал любимчика Жизни с максимальным эффектом для себя.

Рисунок. Стоит мужчина, улыбается, а на него сверху валятся дом, автомашина, путевка, деньги, красотка и т. д.

Что нужно для успеха

Большинство людей волнует вполне прикладной вопрос — **как научиться быстрее и с минимальными усилиями реализовать свои желания?** Наш повседневный опыт показывает, это далеко не просто. Тем не менее, у одних людей все идет гладко и проблемы решаются как бы сами собой. А у вас вовсе не так. Может быть, необходимо соответствующее образование?

Но жизнь показывает, что даже в бизнесе специальное бизнес-образование не является гарантией успеха в делах. Огромное количество людей получают престижное бизнес-образование, и оно позволяет им занимать неплохие должности, но не более. История показывает, что миллионерами и миллиардерами нередко становятся люди, не имеющие специального бизнес-образования. То есть они не имеют его на стадии, пока зарабатывают свои первые миллионы, а уже потом получают престижное образование (или, скорее, покупают престижный диплом).

Поэтому похоже, что для достижения успеха есть **что-то более важное, чем образование.** Конечно, обычно это такие черты характера, как решительность, уверенность в своих силах, напористость. Но вы наверняка встречали много людей с подобными качествами, которые они имели возможность применять только в семейных разборках и не достигли никаких успехов в других сферах жизни. Поэтому характер тоже не является решающим фактором для достижения поставленных целей. Тогда что же? Почему, например, во всем мире успеха достигают только 8-10 % новых предпринимательских начинаний, а остальные проекты ждет неудача?

Для получения ответа давайте обратимся к народной мудрости. Например, до революции в России говорили, что для достижения успеха у купца **должна быть удача**, “легкая рука”. Если есть удача, то любое дело будет спориться и обернется прибылью. Если удачи нет, то, как ни бейся, толку не будет.

Прошла почти сотня лет, но объективно ничего не изменилось. Вы можете знать все про маркетинг и менеджмент, но, несмотря на огромные усилия, ваш бизнес будет разваливаться. И наоборот. Есть предприниматели, любое шевеление даже левой коленки которых приносит им прибыль. У них нет специального образования, но есть удача. А у вас ее нет, но хотелось бы с

ней подружиться.

И так во всех делах, будь то бизнес, поиск идеального партнера для семейной жизни или для проведения летнего отпуска, обмен квартиры или покупка автомобиля.

Мы уже рассмотрели в предыдущих главах ситуации, когда удача старается обойти нас стороной, и теперь знаем, почему так может происходить. В этой главе мы будем рассматривать другой аспект этой же проблемы — что нужно делать, чтобы правильно получить помощь Жизни при достижении вами своих целей.

4.1 Три условия успеха

Что же нужно делать, чтобы все наши цели достигались, а желания — сбывались? Подобная технология называется Методика формирования событий своей жизни с помощью силы мысли. Она учит нас, как можно **осознанно использовать помощь Жизни** при достижении своих целей. Это не очень сложно, нужно лишь выполнять те требования, которые она предъявляет к человеку.

Таким образом, можно констатировать, что для **устранения проблем и достижения поставленных целей** человек должен **выполнять три условия:**

- 1. Устранить свои противоречия с окружающим миром;**
- 2. Выбрать и принять правильную жизненную позицию;**
- 3. Организовать правильное взаимодействие с Жизнью при достижении своих целей.**

Как вы понимаете, первое и второе условия довольно подробно рассмотрены в предыдущих трех главах настоящей книги. Правила выполнения третьего условия будут изложены ниже.

Поэтому, если после прочтения предыдущих глав у вас **остались еще какие-то цели или желания**, то вы смело можете приступать к их реализации. Не забудьте только про три условия.

Все это, конечно, здорово, но остаются некоторые вопросы. Например, **в каких сферах деятельности** необходимо выполнять **все** изложенные выше условия? Например, нужно ли соблюдать все три условия при достижении своих целей в бизнесе? Может быть, достаточно только правильно попросить денег у Жизни, не отказываясь от идеализаций? А сколько условий нужно выполнять при поиске семейного счастья или увлекательной работы, да еще с высокой зарплатой?

Как нам представляется, **необходимо выполнять все условия вместе** в любой ситуации. Невыполнение даже одного из условий может привести к началу активного “воспитательного” процесса по отношению к вам. А когда вас активно “воспитывают” по двум-трем позициям, то какие тут новые цели! От проблем бы избавиться.

Поэтому изложенные выше условия **являются обязательными** при **достижении совершенно любых целей**, будь то экспедиция к Северному полюсу на велосипедах или покупка тапочек за минимальную цену. Меняется масштаб целей, смета затрат, сроки исполнения — но не отношение к жизни участвующих лиц.

По нашим наблюдениям, **механизмы духовного “воспитания” действуют очень жестко**, не давая никаких скидок на вашу слабость (или даже святость). Заработал — получи, и никаких послаблений. И они имеют приоритет над нашими желаниями. То есть если у вас есть идеализация денег и одновременно огромное желание их получить, то победит «воспитательный» процесс, поэтому у вас пропадут и последние деньги. И так во всем. Прежде всего — благополучие нашей души, а потом уже исполнение наших земных желаний.

Почему так происходит, вам, наверное, понятно. С точки зрения “смотрителя” наша текущая жизнь есть всего лишь краткая экскурсия на землю. Его (“смотрителя”) интересует только конечная цель — благополучие нашей души, и если для более быстрого достижения этой цели экскурсию лучше прервать досрочно, то “смотритель” сделает это без малейших колебаний.

Представляете, как это огорчительно, когда во имя неизвестных нам и очень далеких целей нашу жизнь принудительно сократят. “Смотритель” будет считать, что он сделал хорошо, прервав наш ошибочный (с его точки зрения) жизненный путь. Мы же, очевидно, будем думать совсем иначе.

Поэтому рекомендуем соблюдать изложенные выше условия проживания в любом случае,

даже если у вас все есть, и вам ничего больше не нужно. Но это вряд ли. Хотя бы небольшая неудовлетворенность собой найдется у каждого.

Приведенные три условия можно считать **необходимыми и достаточными условиями** для того, чтобы ваша жизнь стала такой, как вам захочется.

Итак, нам пора переходить к принципам и приемам правильного взаимодействия с Жизнью. Именно им посвящен следующий параграф книги.

А здесь мы подведем очередные итоги.

ИТОГИ.

1. *Чтобы достигать любых поставленных целей с максимальной эффективностью, вам необходимо выполнять следующие три условия:*

** Устранить свои противоречия с окружающим миром;*

** Выбрать и принять правильную жизненную позицию;*

** Организовать правильное взаимодействие с Жизнью при достижении своих целей.*

2. *Выполнение всех указанных требований является необходимым и условно достаточным условием для достижения ваших целей.*

4.2 Основные принципы методики формирования событий

Технология достижения своих целей с помощью Жизни на уровне постоянной удачи получила название Методика формирования событий.

Методика формирования событий была задумана и исполнена как вполне прикладная **технология непротиворечивого взаимодействия человека с окружающим миром при достижении им своих личных целей.**

Термин “непротиворечивое взаимодействие” означает, что вы не будете двигаться к своей цели как бульдозер, и сносить все возникающие на пути препятствия.

Почему — несложно понять. Мы уже знаем, что вся окружающая нас действительность — очень тонкий и сложный механизм, и он не терпит грубых вмешательств и нарушений установленных Жизнью правил поведения человека. Идти напролом означает, что вы не слушаете подсказок, поступающих к вам от “смотрителя” и окружающей действительности. Скорее всего, вы **идеализируете (то есть преувеличиваете) свои способности** по достижению поставленных целей, и “воспитательный” процесс не заставит себя долго ждать.

Поэтому, чтобы идти к своим целям с максимальной эффективностью, предлагаем вам взять за основу несколько принципов. Если вы знакомы с правилами достижения своих целей, которые разработаны Дейлом Карнеги или любым другим классиком менеджмента, то мы предлагаем вам попробовать **соединить предлагаемые ими подходы с нашими принципами**. Эффект должен быть замечательный!

Разные силы

Кроме того, мы хотим сделать одно замечание. Если за соблюдением нами основного требования следят одни обитатели Тонкого мира, **то помощь в достижении наших целей оказывают совсем другие силы!** Мы расскажем о них чуть позже.

В основе предлагаемой нами методики достижения своих целей с использованием помощи Жизни лежат **семь Основных принципов организации мыслей и поступков человека**. Рассмотрим каждый из них более подробно.

4.2.1 Вы сами формируете все события своей жизни

Первый принцип имеет вид: **“Вы сами формируете все события своей жизни!”**.

Утверждение вроде бы несложное, но на первый взгляд сомнительное. Разве мы сами формируем свои болезни, неприятности в семье или на работе, невыплату зарплаты или ее смешную величину, рост цен и многое другое, что постоянно отравляет нам жизнь?

Вспомните свой опыт

С одной стороны, все это происходит вроде бы не без нашего участия. Почти каждый человек может припомнить в своей жизни один или несколько случаев, когда **вам чего-то очень хотелось, и это событие происходило, хотя чуть раньше не было никаких объективных предпосылок для такого развития ситуации**. Например, вы получили в подарок вещь, о которой давно и втайне мечтали. Или неожиданно нашлась интересная работа, о которой можно было только мечтать. Или удалось поехать в путешествие, на которое вроде бы не было ни средств, ни возможностей. Или встретили девушку (юношу) из своей мечты.

Почти каждый человек, с которым нам приходилось разговаривать на эту тему, мог припомнить хотя бы один такой случай в своей жизни. Попробуйте сделать это и вы.

Пока мы говорили о хороших событиях, произошедших вроде бы по воле случая. Но не менее часто, к сожалению, **мы «притягиваем» к себе и негативные события**. Например, вы очень боялись, что у вас украдут машину, и, невзирая на все сигнализации, ее все-таки увели. Или вы очень опасаетесь простудиться, и как ни кутаетесь в теплые одежды, болезнь рано или поздно настигнет вас. Собираясь сделать какое-то важное дело, вы продумываете десяток возможных путей негативного развития событий и заранее находите варианты защиты, но в действительности реализуется одиннадцатый вариант, который вы не предусмотрели и дело все равно проваливается.

Если вы хорошо усвоили идеи предыдущих глав, то хорошо понимаете, что эта неприятность **явилась либо прямым и неосознаваемым заказом того, чего вы опасались. Либо результатом «воспитательного» процесса по разрушению какой-то вашей идеализации** (обычно — контроля окружающего мира). Вы придавали своим планам слишком большое значение, и вашему “смотрителю” пришлось принять меры, чтобы разрушить вашу идеализацию

Поэтому, если вы будете вполне искренни с собой, то вам придется принять очевидную для нас мысль: **все, что происходит с вами в этой жизни, происходит не без вашего участия**. Все это так или иначе **было мысленно допущено или даже спланировано вами же**.

Вот простейший пример. Молодая женщина жалуется, что ей не хватает денег на жизнь. На простой вопрос: "А сколько ты хочешь получать?" она отвечает: "Я не верю, что могу столько зарабатывать". Ну, если она сама не верит, что она может получать столько, сколько ей нужно, тогда кто же поверит? А если никто не поверит, тогда кто будет платить? Круг замкнулся, человек сам программирует себе недостаток средств и соответствующую жизнь. И пока он сам не захочет выйти из этого состояния, никто ему не сможет помочь.

И подобных примеров, когда люди видят себя бедными, больными, обиженными и т. д. множество. Соответственно, и в реальной жизни они получают то, на чем они зациклены, что постоянно крутится в их голове. И не получают того, чего бы им осознанно хотелось.

Первое правило

Отсюда вытекает первое и вполне прикладное **правило построения наших мыслей: МЫСЛИТЕ ВСЕГДА ПОЗИТИВНО!**

Это правило говорит о том, что **вы должны видеть себя в мыслях такими, какими вам**

бы хотелось быть — здоровыми, красивыми, богатыми, счастливыми и т. д. Если вам предстоит ответственная встреча и вы боитесь получить отрицательный результат — рассмотрите мысленно множество вариантов развития событий, но это **должны быть разные варианты положительного (для вас) развития события.** Причем внешне встреча может проходить в далеко не дружественной обстановке — может быть, даже на повышенных тонах, с претензиями, угрозами и т. д., но все должно заканчиваться нужным вам исходом. Т. е. мы предлагаем вам прогнозировать не отрицательные — как обычно, а **только положительные варианты завершения событий.** Чтобы все они имели HAPPY END — счастливый конец, как в продукции Голливуда. Тогда вы заранее спрогнозируете положительное развитие нужного вам события, и вероятность его проявления именно в нужном вам направлении резко повысится.

Если ваша голова полна страхов и сомнений — можете не сомневаться, то, чего вы так опасаетесь, почти наверняка произойдет. Причем, если вы предусмотрели десять вариантов негативного развития событий и постарались от них как-то защититься, то наверняка реализуется одиннадцатый вариант, которого вы совсем не ждали. А иначе быть и не могло, ведь это **именно вы своими страхами и сомнениями «притянули» к себе неудачное стечение обстоятельств.** Или, выражаясь языком методики формирования событий, своими мыслями вы сами сформировали негативное событие!

Поэтому всегда думайте только о положительном развитии предстоящих событий!

Вы можете перебирать в уме хоть сотню возможных вариантов, но все они должны предусматривать положительное развитие и успешный исход. Жизни все рано, что вы у нее попросите, у нее всего в избытке. А ваша просьба есть ваши мысли. Если у вас преобладают мысли типа «Все равно ничего не получится», «Это не для меня», «Я прозевал свой шанс, мое время ушло», то все будет именно так. Так что не стоит направлять потенциал творца своей реальности на создание себе неприятностей. Давайте мыслить позитивно!

Примеры применения первого правила

Приведем несколько примеров того, как можно применить первое правило методики для достижения своих целей.

Например, вас не устраивает ваша работа, и вы хотите зарабатывать побольше. Для достижения этой несложной цели не нужно многократно прокручивать в голове варианты обличительных речей по отношению к вашему начальству или подолгу обсуждать его (начальства) эгоизм или непорядочность в беседах с коллегами. Это очень энергоемкий и совершенно бесперспективный путь, указывающий лишь на наличие у вас идеализации денег. Вместо него попробуйте столь же усердно и эмоционально представить себе, как вы выступаете с хорошим предложением, вас замечают и вам дают новую должность с хорошей оплатой. Если на вашем предприятии это принципиально невозможно, то вы можете представлять, что получили отличное предложение с другого предприятия и перешли работать туда. Чем интенсивнее будут ваши размышления и чем многообразнее будут варианты возможного развития устраивающего вас события, тем быстрее это произойдет в реальности.

Это же самое относится и к множеству других стандартных проблем. Если вы одиноки, то не нужно мысленно упиваться жалостью к своей несчастной судьбе (ошибочное убеждение — обида на жизнь). Попробуйте мысленно представлять себе различные варианты встречи с вашим будущим супругом (супругой). Как подобная встреча может произойти, как вы познакомитесь, что будет происходить дальше. Через несколько месяцев подобных целенаправленных размышлений вы сформируете нужное вам событие и ваш суженый появится — ему просто некуда будет деться.

Одна из наших читательниц много лет не могла забеременеть, врачи не помогали. Тогда она изменила свою внутреннюю установку, и решила, что она уже беременна, только беременность у

нее длится больше, чем обычно. Она стала ходить, как беременная, стала поглаживать свой живот, как будто там уже есть ребенок, стала разговаривать с ним. И через четыре месяца такого самопрограммирования она действительно забеременела (от мужа) и у нее родился замечательный сын! Позитивный настрой оказался сильнее врачебных процедур.

Мы не будем рассматривать причины появления в вашей жизни негативных событий типа пожара, кражи, попадания в катастрофу и т. п. Совершенно очевидно, что вы не держали их в своей голове, а они появились в процессе применения к вам “воспитательных” мер со стороны вашего собственного “смотрителя”. Поэтому не забывайте про Основное требование и держите в голове только хорошие мысли!

Перед тем, как перейти к следующему принципу, мы хотим рассказать о том, какие именно обитатели Тонкого мира помогают нам в достижении наших целей. Поскольку, если нужные нам события возникают самым чудесным образом, то, скорее всего, мы просто не видим тех, кто занимался организацией нужных нам событий — они обитают в невидимом для нас параллельном пространстве.

4.2.2 Кто помогает нам при формировании событий

Понятно, что никто точно не знает, как устроен Тонкий мир, и какие именно существа там обитают. Существует множество религиозных и эзотерических версий на этот счет, но все они одинаково недоказуемы — с точки зрения современной науки. Но если наука чего-то не может доказать или опровергнуть, это не значит, что этого не существует — просто наука еще не познала этот аспект нашего бытия.

Что интересно, так это то, все версии устройства Тонкого мира одинаково эффективны. То есть при обращении к своим богам (святым, Вознесенным учителям, Небесным Владыкам, Богу, Аллаху, Иегове, Будде), каждый верующий получает от них поддержку и помощь в той мере, в какой он верует в них (естественно, не нарушая Основного требования при этом, иначе с помощью возникают проблемы).

Следовательно, и мы имеем полное право выбрать такую модель устройства Тонкого мира, которая лучшим образом будет объяснять те процессы, о которых мы рассказываем. Если она вас устроит и вы примете ее как возможную, она будет вполне эффективно работать для вас.

Мы не будем придумывать ничего нового, а воспользуемся одной из известных эзотерических моделей, согласно которой люди постоянно взаимодействуют с обитателями Тонкого мира, которые называются эгрегоры.

Эгрегоры

Эгрегор — это своего рода коллективный гид, помощник, исполнитель наших желаний. Эгрегор возникает, когда некоторая группа людей начинает мыслить одинаково. Но из многих источников мы знаем, что любая мысль — материальна. Только материя мысли очень тонка и обычно не воспринимается нашими грубыми органами чувств (за исключением случаев спонтанной телепатии или ясновидения). Когда большие группы людей думают о чем-то одном, то **выделяемая ими мысленная материя (эманации) объединяется** и, когда объем этой материи достигает определенных размеров, она образует эгрегор этой группы людей или идеи.

Можно представить себе эгрегор в виде небольшого светлого облачка (маленький эгрегор) или в виде огромной темной, поражающей своими размерами и мощью, тучи (сильный эгрегор).

Рисунок. Улыбающийся человек стоит на земле, а над ним плавают тучи, от которых тянутся вниз руки, которые его поглаживают или дают ему подарочки.

Виды эгрегоров

Как вы уже наверняка догадались, наиболее мощными являются религиозные эгрегоры — христианства, мусульманства, буддизма, иудаизма, поскольку создание и подпитка соответствующего эгрегора является составной частью любого религиозного обряда. А религиозные обряды регулярно и в соответствии со строгими правилами постоянно выполняют миллионы людей. Кроме них, есть эгрегоры семьи, науки, коммунизма и капитализма, секса, войны, национализма и т. д. Причем, скорее всего, многие из эгрегоров существуют не в виде отдельной, изолированной от других “тучи”, а в виде некоторого “тучевого слоя” соответствующей направленности — религии, бизнеса, взаимоотношений людей в повседневной жизни и т. д.

Достигнув определенной мощности, эгрегоры иногда начинают заниматься «саморекламой», т. е. стараются привлечь к себе внимание и мысли все большего количества людей. Они наделяют огромной мощностью преданных им людей, организуют массовые и индивидуальные «чудеса». Например, эгрегоры науки время от времени «подкидывают» решения сложных проблем преданным науке ученым. В психологии подобные моменты получения долгожданного решения называются “озарением” или “инсайтом”. На самом деле, в

этот самый момент покровительствующий этому ученому эгрегор организует «подключение» человека к соответствующей области знаний и позволяет считать оттуда небольшой кусочек информации.

В бизнесе эгрегоры также покровительствуют некоторым преданным им людям — в итоге возникают преуспевающие бизнесмены, получающие огромные доходы в качестве награды за свою преданность. В то время как множество других предпринимателей, не осененных удачей (в рамках нашей методики — покровительством эгрегора), предпринимают огромные и часто безуспешные усилия достичь финансового благополучия.

Многие из нас неоднократно ощущали себя самыми несчастными людьми в мире, и немалое время уделили “смакованию” этой мысли. В итоге вырос огромный эгрегор “несчастной жизни”, от которого к людям тянутся щупальца типа “меня никто не любит”, “я самый несчастный”, “я неудачник”, “я некрасивый”, “жизнь не удалась” и т. д. Ваше многократное пережевывание подобных мыслей доставляет огромное удовольствие этому эгрегору, и он предпринимает немалые усилия, чтобы подобные мысли не покидали вас как можно дольше, ведь он «кормится» этими мыслями.

Очень силен в мире **эгрегор политики**, особенно в странах с нестабильной экономикой или нестабильной политической структурой. В этих странах миллионы людей имеют активную политическую позицию, которая выражается в их активном эмоциональном отношении к происходящим в стране событиям (просим не путать с активной политической деятельностью, которой занимаются всего несколько тысяч человек). Каждое происходящее в стране событие вызывает всплеск положительных или отрицательных эмоций, которые подпитывают эгрегор политики. А этот эгрегор, в свою очередь, подпитывает и защищает преданных ему политических деятелей. В итоге политики, к которым иногда питают ненависть миллионы людей, часто ощущают себя прекрасно и не получают даже насморка. И это в то время, когда обычный человек может почувствовать себя плохо или заболеть в результате негативного отношения к нему другого человека.

Кроме того, электронные средства массовой информации (телевидение, кино) показывает очень много сцен ужасов и насилия, что вызывает у зрителей эмоциональную реакцию. Понятно, что не радостную. В итоге миллионы зрителей выбрасывают в окружающую среду огромное количество энергии страха, боли, сожаления и прочих нерадостных эмоций, которые подпитывают соответствующий низкий «эгрегор страданий и ужасной жизни». А уже он, став мощным и самостоятельным, теперь не позволяет людям вернуться к спокойной жизни, беря под свое покровительство разного рода террористов, убийц и прочих экстремистов, которые не дают людям жить спокойно и радостно. Да и телевидение вновь получает материал для запугивания своих зрителей, и так по кругу.

Кроме политических эгрегоров, в последние годы сильно окрепли **эгрегоры, связанные с предпринимательской деятельностью**. Самый мощный из них, как нам представляется, это эгрегор зрелищных массовых мероприятий (шоу-бизнеса), на которых собираются тысячи людей, думающих и ощущающих себя одинаково во время эстрадных представлений, просмотра кинофильмов или телепередач. Этот эгрегор покровительствует преданным ему артистам, помогая им зарабатывать славу и материальное благополучие и получая свою порцию энергии от участников их представлений.

Аналогия с банками

Работу эгрегоров с некоторой долей условности можно сравнить с работой банков. Что делают банки? Они собирают деньги частных и корпоративных клиентов, хранят их и оказывают клиентам за плату разного рода услуги. Банки в разных странах работают с разной валютой: в Англии они работают с фунтами, в Европе — с евро, в Америке — с долларами и т. д. Банки

заинтересованы, чтобы у них было как можно больше клиентов, и всеми силами привлекают их. Если все клиенты перестают пользоваться услугами банка, то, каким бы мощным он ни был раньше, он неминуемо обанкротится через некоторое время.

Очень похожие действия совершают эгрегоры. Они работают с разными энергиями: одни собирают религиозные энергии, другие — энергии творчества, третьи — энергии бизнеса и денег, четвертые — энергии секса, пятые — энергии насилия и т. д. Эгрегоры заинтересованы, чтобы у них было как можно больше «клиентов», и привлекают их всеми своими возможностями. Постоянные клиенты (адепты) получают от них хорошие бонусы.

В отличие от банков, которые оказывают только финансовые услуги, эгрегоры берут на себя множество сервисных функций. Они обеспечивают своим клиентам услуги службы знакомств (знакомят мужчин и женщин), консалтинговые услуги (подбрасывают идеи, как можно заработать), услуги службы трудоустройства (помогают найти желанную работу), охранные услуги и множество других. Понятно, что за все это нам приходится платить, но не деньгами, а своими энергиями желаний.

Если люди перестают пользоваться услугами эгрегора, то он исчезает. Это хорошо видно на примере эгрегора языческой религии. Несколько тысяч лет назад люди поклонялись множеству богов (это теперь называется язычество), и эгрегор их религии был очень силен, помогал своим адептам (шаманам) являть чудеса, исцелять больных и т. д. Затем язычество было вытеснено христианством и исламом, религиями единобожия. Люди перестали молиться языческим богам, и они практически исчезли. Эгрегор язычества обанкротился, выражаясь языком современности.

Эти процессы постоянно происходят на земле и в Тонком мире, они мало зависят от каждого из нас. Но, понимая этот механизм, мы можем пользоваться им для достижения своих личных целей.

Наши покровители

Почти в каждый момент времени любой из нас находится в связи с одним или несколькими эгрегорами — подобно кукле, управляемой за несколько ниточек.

Мы можем сами **осознанно или под влиянием других людей** выбрать, с каким эгрегором мы будем дружить. Так бывает, когда человек выбирает себе профессию, место работы, увлечения и т. д. — ведь каждый из этих видов деятельности курирует свой эгрегор. Другой случай — это когда **наш “смотритель” подключает нас к тому или иному эгрегору** — в зависимости от того, какие события должны с нами произойти для реализации его “воспитательного” процесса.

Наши практические действия во многом определяются энергией, которую мы получаем от того или иного эгрегора. Эгрегоры зла помогают создавать ситуации, в которых люди испытывают ненависть, проявлять жестокость, скандальность, зависть, и тем самым подпитывают их. Эгрегоры добра помогают нам строить жизнь в соответствии с Основным требованием.

Почти каждого человека ведет по жизни один или несколько «высоких» эгрегоров, которые заботятся о нас, помогают нам разрешать различные жизненные ситуации и жить радостно.

Но не менее редко людьми руководят низкие эгрегоры. Понятно, что сначала человек сам привлекает их внимание, испытывая много раз негативные эмоции или имея плохие намерения. А потом, когда низкий эгрегор взял вас под свое покровительство, то возникают сложности, чтобы уйти от его влияния — он не хочет терять своего «кормильца». Энергия «низких» эгрегоров обычно очень сильна — многим из нас трудно избавиться или даже просто управлять нашими привычками к пьянству, курению, сквернословию, неконтролируемому сексу, агрессивности и т. п. «Низкие» эгрегоры стараются соединиться с человеком мощными каналами, по которым человеку постоянно подбрасывается энергия, провоцирующая в нас

вредные привычки и пристрастия. Оборвать эти каналы можно, но для этого нужны большие сознательные собственные усилия и поддержка «высоких» эгрегоров.

Энергия высоких и чистых эгрегоров обычно очень слаба, их подсказки и действия еле слышны. Хорошо слышать эти подсказки могут только позитивно настроенные люди, эмоциональное тело которых очищено от прежних негативных переживаний. У вас есть все возможности войти в их число — если вы практически используете идеи и рекомендации предыдущих трех глав книги.

А сейчас мы попросим вас проанализировать и понять, **под влиянием каких эгрегоров вы находитесь в жизни**. Какой эгрегор взаимодействует с вами, когда вы читаете эту книгу? А какой перехватит управление вами через пять минут и заставит заниматься другими делами? В течение завтрашнего дня постарайтесь постоянно контролировать, с какими эгрегорами вы будете находиться во взаимодействии, какую информацию, мысли, эмоции они будут вам подбрасывать? Устраивают ли вас эти взаимодействия, есть ли у вас контакт с высокими эгрегорами?

Надеемся, полученные ответы устроят вас и позволят с оптимизмом смотреть в будущее.

4.2.3 Карабкайся на одну вершину

Второй принцип методики формирования событий предлагает: **"Карабкайся на одну вершину!"** или **"Беги в одну сторону!"**. Означает это следующее.

Каждого человека посещает множество желаний, которые меняются буквально в течение одного дня. Поэтому покровительствующие нам эгрегоры чаще всего не успевают исполнить одно наше распоряжение, как мы тут же даем другое, и так всю жизнь.

Проблема множества желаний

Если вы попробуете проанализировать ваши мысли и желания за некоторый промежуток времени, то наверняка обнаружите, что хотите сразу всего: славы, денег, красивый автомобиль, дачу в Калифорнии, красивую сумочку, отремонтировать телевизор, сделать гадость начальнику, повышения зарплаты, сходить в ресторан, на свидание и т. д. и т. п. Все эти желания возникают по мере поступления новой информации, чуть позже вытесняются другими и т. д. Они не ранжированы — т. е. не выстроены по степени значимости, среди них не выделены главные и второстепенные и т. д. Образно выражаясь, ваши желания сильно напоминают одновременный бег сразу во все стороны.

Рисунок. Стоит человек, вокруг него разные вещи, и он сразу тянется ко всем сразу — у него много рук.

Например, попробуйте припомнить и записать, какие желания были у вас в течение дня сегодня, вчера, в течение последней недели, месяца. Есть ли среди них устойчивые и повторяющиеся пожелания? В позитивной или негативной (отрицательной) форме вы привыкли их излагать?

Выполнив это несложное задание, вы поймете, в каком затруднении находятся наши Высокие покровители, даже если они хотят нам помочь. Покровительствующий вам эгрегор не может бежать сразу во все стороны и исполнять сразу все ваши пожелания — мощи не хватает. Точнее, он-то может, но тогда ему придется «размазаться» тонким слоем сразу во все стороны, и отдача от него будет соответствующая.

Поэтому второй принцип методики формирования событий гласит:

"КАРАБКАЙСЯ НА ОДНУ ВЕРШИНУ!" или **"БЕГИ В ОДНУ СТОРОНУ!"**

Это означает, что из множества желаний **нужно выбрать одно** (или два — но совпадающих по направлению), и озаботить ваш эгрегор именно этими, самыми важными и желанными для вас результатами. А чтобы не сбивать его с толку и не мешать достижению самой важной цели, остальные текущие пожелания нужно сознательно ограничить. Если обратиться к образам, то мы рекомендуем вам **выбрать из множества только одну вершину**, и карабкаться только на нее, оставив остальные вершины на будущее. Не исключено, что потом они вам и не понадобятся.

Примеры вершин

Что выбрать в качестве такой вершины — решать вам. Это может быть материальный объект — машина, квартира, дача, норковая шубка ит.п. Это может быть какая-то деятельность — новая работа, поездка, путешествие или что-то другое. Это может быть яркое событие в вашей жизни — встреча любимого человека, получение наследства, выигрыш в лотерею, выступление по телевидению и т. п. Это может быть изменение образа жизни или достижение нового уровня жизни — славы, известности, появление последователей и т. п. Наконец, это может быть интеллектуальное прозрение — открытие новой теории, решение сложной проблемы, написание новых стихов, песен, литературного произведения, картины, программы для ЭВМ и т. д. Последняя позиция, кстати, наиболее легка для эгрегоров высокого уровня, поскольку от них

требуется только информация, и не нужно организовывать события на материальном плане, что для них как раз сложно.

После того, как вы достигнете одной цели, можете смело переходить к следующей. Не забывайте при этом руководствоваться следующим принципом.

4.2.4 Третий принцип: Плыви по течению!

Третий Принцип предлагает нам выбрать из множества желаний то, которое нам легче всего осуществить в настоящий момент времени.

Мы не одни в этом мире

Этот принцип возник из понимания той ситуации, что мы не одни живем в этом мире. Соответственно, если вам загорелось получить новый автомобиль, и вы даже в соответствии со всеми правилами нашей методики попытаетесь заставить эгрегор быстренько притащить вам этот автомобиль откуда-то, это не всегда может получиться. Такая ситуация возникает из-за того, что мы живем в одном мире вместе с **миллионами других людей, которые одновременно с нами тоже чего-то страстно желают, добиваются, действуют** и т. д. Причем, поскольку большинство из них еще не изучило нашу методику, делают они свои дела хаотично, бессистемно, или наоборот, все вместе, но совсем в ненужном вам направлении. В соответствии с миллионами их пожеланий их собственные эгрегоры все время куда-то бегут, затрудняя, а то и делая совсем невозможной успешную деятельность вашего собственного эгрегора.

Потоки тонких энергий

Тем не менее, мы не беремся утверждать, что на Тонких планах все делается так уж хаотично и бессистемно, как указано выше. В действительности, когда большие группы людей увлечены одной идеей или планом конкретных действий, то **создаются целенаправленные потоки энергий самых разных эгрегоров**, в результате чего рушатся и возникают партии, проводятся рыночные реформы, дробятся государства, возводятся плотины и т. д.

То есть на Тонких планах существуют определенные **мощные потоки энергий**, с которыми лучше не сталкиваться при реализации своих желаний. Значительно лучше попытаться подстроиться под эти невидимые потоки и использовать их с максимальной пользой для себя. Именно отсюда возник третий принцип, который имеет вид: **ПЛЫВИ ПО ТЕЧЕНИЮ!**

Идея вроде ясна и не вызывает особых возражений, но как ее реализовать на практике? Потоки Тонких энергий нам невидимы, куда они текут сегодня и куда потекут завтра, нам совсем неизвестно, как же быть?

Как вписаться в поток

На этот вроде бы каверзный вопрос в Методике формирования событий есть простой ответ: **слушай сигналы Жизни и делай то, что получается сегодня легче всего**. В любом случае перед нами стоит множество дел, и в любой момент нужно выбирать, что сделать сегодня или сейчас, а что — несколько позже. Мы **рекомендуем вам делать то, что легче всего в данный момент получается** — конечно, если это не противоречит плановой дисциплине, взятым обязательствам или еще каким-то объективным обстоятельствам.

К примеру, вам нужно встретиться с каким-то человеком и добиться от него нужного результата, а вы никак не можете его достать — то он в командировке, то на совещании, то болеет и т. д. Вам идет явная информация, что взаимодействие нежелательно и оно не даст нужного результата. Можно, конечно, напрячься, положить спальник у дверей кабинета этого человека и наперекор всему дожидаться его появления, но результат таких усилий наверняка будет отрицательный.

Рисунок. Дверь, на которой записка «Сидоров уволен». И человек, который поставил палатку и кипятит чай на костре. У него мысль: Я все равно дождусь этого Сидорова»

В рамках методики ФС мы рекомендуем в таких тупиковых ситуациях **подождать до нового развития ситуации или попробовать пойти обходным путем** — через другого человека, другую организацию и т. п.

Что бывает при хождении против потока

Если же это невозможно и вы все же добиваетесь нужного вам результата, снеся по дороге массу препятствий — скорее всего, это добром не кончится. Дело в том, что через препятствия и трудности Жизнь указывает нам на то, что мы чего-то не предусмотрели, не учли, не додумали. И что результат, к которому мы стремимся, будет вовсе не таким, каким он представляется нам сейчас. И через трудности Жизнь указывает нам на это. Конечно, человек имеет полное право ставить перед собой и достигать любых целей, даже если на пути встречаются огромные препятствия. Такое поведение будет означать, что вы не желаете слушать сигналов Жизни и хотите действовать только по своему усмотрению. Что ж, вы имеете на это право, но тогда вам придется достигать своих целей самому, не используя помощь Жизни в виде элементов везения или удачи.

Поэтому мы не рекомендуем действовать в этой жизни по принципу «тарана» — последствия такого поведения непредсказуемы. Если вы в силу не зависящих от вас обстоятельств должны идти против течения, и чувствуете, что поступаете именно так, то попробуйте **выбрать модель поведения лосося, когда он поднимается вверх по течению горной реки**. Эта мощная рыба идет против течения, но при этом она не встает на пути потока, а наоборот, старается вписаться во все его извилины, ответвления и завихрения, и все использовать на пользу себе.

Слушайте слабые сигналы

Определить, что вы идете против потока, совсем несложно, только **нужно научиться обращать внимание на все события, связанные с вашим делом или пожеланием**. Вы звоните куда-то, а там все время занято — это плохой сигнал от Жизни. Вы дозвонились, но оказалось, что вам нужно совсем не туда — тоже сигнал не из лучших. В конце концов вы дозвонились куда нужно, но вас там совсем не ждут — тоже информация к размышлению.

Приведенные примеры — обычные события в нашей жизни, и мы вовсе не рекомендуем вам прекращать дозваниваться после первого сигнала «занято». Достижение любых целей связано с приложением усилий и преодолением препятствий, на что расходуется наша жизненная энергия. Мы только рекомендуем учитывать и анализировать всю информацию о ходе развития события и по мере возможности принимать решения в соответствии с третьим принципом.

Информация от Жизни идет нам не только в связи с исполнением каких-то желаний. Она идет к нам непрерывно, но **мы не привыкли ее считывать и принимать решения в соответствии с ней**. К примеру, вам захотелось съездить в какой-то магазин и купить там нужную вещь. Вы выходите на остановку, а трамвай (троллейбус, автобус) нужного вам маршрута никак не приходит. Вы мысленно (а то и вслух) ругаете городские власти за плохую организацию движения транспорта, совсем не придавая значения происходящему событию как сигналу от вашего эгрегора. На самом деле он таким образом пытается довести до вас информацию, что вам вовсе незачем ехать в этот магазин — нужного вам товара там нет. А если и есть, то после его покупки у вас возникнут различные проблемы, поскольку вы чего-то не учли.

Мы привели только один пример, а на самом деле **подобные сигналы постоянно окружают нас в этой жизни**. Нужно только уметь видеть их в событиях окружающей нас жизни.

На какого уровня сигналы реагировать

После прочтения приведенных выше рекомендаций нередко возникает вопрос: на сигналы какого уровня нужно реагировать? Вы вышли из дома, а на улице начался дождь — это сигнал, или нет? Вы сделали один шаг и случайно наступили на червячка, который выполз на дорожку — это сигнал, или нет? Ведь если все время искать сигналы Жизни, то недолго и до

психической лечебницы доискаться.

Ответ здесь такой: **обращать внимание нужно только на сильные и явные сигналы**, которые вызывают ваш внутренний протест или раздражение, и на которые вы поневоле обращаете свое внимание. Например, если пятый светофор на вашем пути в пятый раз загорается прямо перед вами красным цветом — это раздражает, то есть можно трактовать как сигнал Жизни. Если вы звоните нужному человеку, ваши десять вызовов не прошли, и вы начинаете нервничать по этому поводу — это тоже сигнал, и так далее.

То есть **критерием истинности сигнала можно считать ощущение вашего внутреннего протеста и недовольства**. А все остальное можете смело игнорировать и идти к своей цели, преодолевая естественное сопротивление окружающей среды. Хотя и явные сигналы Жизни вы тоже имеете полное право игнорировать, просто тогда на пути к целям у вас прибавится внутреннего эмоционального негатива со всеми вытекающими из этого последствиями.

Таким образом, если при достижении своих целей вы будете руководствоваться Третьим принципом Методики формирования событий, то Жизни (или, точнее, эгрегорам), будет легче помогать вам идти к желанным результатам на волне удачи. Поскольку, если вы что-то уже выбрали, то третий принцип рекомендует **идти к своей цели с минимальными конфликтами и их последствиями**. И ничуть не больше.

4.2.5 Четвертый принцип: Дружи со своим эгрегором!

Четвертый принцип рекомендует нам никогда не забывать о наших высоких покровителях, независимо от того, обращались мы к ним за помощью, или нет.

Помогайте эгрегорам

Как мы уже указывали, каждый человек находится в связи с множеством эгрегоров. Эти связи были наработаны в ходе вашего воспитания, образования, выбора профессии или увлечений, создания семьи и т. д.

Каждый из них помогает вам достигать успеха в рамках своих возможностей и интересов. Но и вы должны помогать эгрегору быть большим и сильным! Он питается именно вашими мыслями, и если вы будете целенаправленно (мысленно) благодарить его, канал связи между вами прочистится, покровительствующий вам эгрегор будет расти и заботиться о вас.

Поэтому мы призываем всех читателей этой книги: **дружите со своим эгрегором!** Почаще вспоминайте его, советуйтесь с ним, пытайтесь считывать его информацию и отыскивать в окружающей жизни результаты его деятельности. Не стесняйтесь **задавать ему любые вопросы** — с информацией на Тонких планах все обстоит отлично, там известно все о нашем прошлом, настоящем и будущем во всех вариантах развития событий. Ответы могут приходиться в виде отдельных слабо проявленных мыслей, в виде нескольких строк в газете или некоторых кадров на экране телевизора, в виде обрывка разговора незнакомых людей и т. д. и т. п.

Рисунок. Человек стоит на земле, и подняв голову, кричит вверх: «Эй, эгрегор! Как мне найти такую работу, чтобы ничего не делать, а получать много?» А наверху над ним облако приняло вид задумчивой физиономии, и чешет у себя в затылке частью облака, принявшей вид руки.

Форма помощи от эгрегора

Эгрегор, не обладая материальным телом, не может прислать вам подробный письменный отчет по поставленной вами проблеме.

Если бы вы обладали высокой чувствительностью, и ваш ум был спокоен и молчалив, то он **мог бы сбрасывать нужные вам сведения прямо к вам в голову**. Ученым и писателям известно это состояние, называемое озарением.

Но люди употребляют много мяса и алкоголя, предаются страстям, и в итоге не слышат свой внутренний голос. Поэтому эгрегоры вынуждены использовать более сложные способы доведения до нас нужных сведений.

Получив запрос, ваш высокий покровитель может, просмотрев события в вашей ближайшей жизни, выбрать среди них наиболее подходящий вам в качестве ответа элемент события (строка в газете, обрывок разговора и т. п.), и **попытаться обратить ваше внимание именно на этот элемент**. Если вы чуть-чуть чувствительны и подготовлены к такому получению информации — у вас может установиться прочное и взаимовыгодное взаимодействие.

Все проблемы — высокому покровителю

Плотное взаимодействие с покровительствующим вам эгрегором может принести успокоение в вашу личную жизнь. Для этого лишь **нужно научиться передавать решение своих проблем эгрегору и ожидать, когда он их осуществит**. Главное при этом — оставаться совершенно спокойным и уверенным, что проблема будет решена и цель — достигнута.

Собственно, этот механизм исполнения своих желаний используют верующие, когда обращаются к своему Богу с просьбой помочь им в достижении какой-то цели. Как известно, Бог всемогущ, и если хорошенько попросить его позаботиться о вас, то можно успокоиться и не переживать дальше — если уж у Бога не получится, то, значит, не получится ни у кого. Человек

успокаивается, страхи покидают его (то есть он перестает заказывать себе противоположное событие), и он ожидает исполнения своей просьбы. Если он будет думать о своей цели позитивно, то в итоге он сам (с помощью эгрегоров) сформирует нужное ему событие.

Конечно, количество проблем, которые вы будете сбрасывать на свой эгрегор, в соответствии со вторым принципом **должно быть чересчур большим**, иначе ему придется бежать сразу во все стороны с соответствующей эффективностью. Вам нужно строить свою жизнь в соответствии с третьим принципом и **не создавать каждые пять минут по новой проблеме**, которую вы будете со спокойной душой отдавать «утрясать» своему эгрегору. Тогда те нечастые и серьезные проблемы, которые вы ему передадите, могут быть решены в срок и лучшим для вас образом. Но при этом мы вовсе не гарантируем, что события будут развиваться именно так, как вы просили — эгрегору «сверху» виднее, что для вас лучше.

Удачные дни

У вас наверняка бывали в жизни «удачные» дни, когда все получалось, отложенные когда-то дела решались сами собой и т. п. В эти дни **вы находились в плотном контакте со своим эгрегором**. На жаргоне оккультных кругов это иногда называется "сидеть на потоке", т. е. в эти дни вы находитесь в потоке мощного эгрегора, который буквально «расталкивает» все остальные потоки жизни и формирует события нужным вам образом.

К сожалению, подобных «удачных» дней в жизни обычного человека бывает один-два в году. Если вы научитесь взаимодействовать со своим эгрегором и усилите свою энергетику, то количество «удачных» дней может резко увеличиться, и вы можете начать специально откладывать решение трудных дел до очередного такого «удачного» дня.

Не отказывайтесь от вариантов

Из вышесказанного вытекает еще один вывод, который мы хотели бы сформулировать в виде отдельного правила:

СТАРАЙТЕСЬ НЕ УПУСКАТЬ ВЫПАДАЮЩИЕ ВОЗМОЖНОСТИ!

Это правило говорит о следующем. Если вам выпадает какая-то возможность — приглашают на новое место работы или на встречу с новым человеком, предлагают неизвестную поездку, книгу, вещь — **не спешите отказываться**. Мы привыкли сразу после поступления новой информации запускать на полную мощность свой мыслительный аппарат и пытаться логическим путем определить, стоит ли принимать это предложение, или отказаться. На основе того же логического анализа мы принимаем решение. Часто вы отказываетесь от предложения, не предприняв никаких практических шагов хотя бы к проверке того, полезно ли вам это дело. И не менее часто вы спустя некоторое время начинаете почесывать в затылке — ну почему я тогда не согласился, был бы сейчас богатым и красивым.

Сформулированное выше правило как раз и говорит — **не спешите отказываться только на основе логических суждений**. Возможно, это ваш эгрегор, выполняя давно высказанное (и давно забытое) вами задание, подставляет вам возможность исполнить запрошенное ранее. А вы, не проверив практически эту возможность, отказываетесь и тем самым в очередной раз обижаете своего эгрегора. Он, бедняга, полгода или целый год старался, организовывал вам исполнение вашего же желания, а вы мимоходом отвергли все его усилия.

Поэтому, согласно последнему правилу, в случае появления любой новой для вас информации **нужно сделать хотя бы маленькие шаги к реализации этого события и посмотреть, как будут развиваться дела дальше**. Если сразу пойдут сбои, отказы, ошибки — значит, это не ваш путь, и ваш эгрегор подсказывает вам, чтобы вы не ходили в эту сторону. Может быть, это была не его инициатива, а совсем другого эгрегора, и вам было предложено сыграть роль «винтика» в реализации чужой идеи.

А может быть, эта информация и была инициирована как раз вашим эгрегором, но в силу не

зависящих от него обстоятельств события стали развиваться совсем не так, как он планировал, и он начинает подавать вам сигнал “отбоя”.

Все последние рассуждения имеют смысл только в том случае, когда вы **предприняли хоть небольшие шаги по реализации полученного предложения**. Если вы ничего для этого не сделали, а сразу отказались от предложения только на основании своих суждений, то пеняйте только на себя. Очень может быть, что вы упустили реальную возможность исполнить одно из своих желаний.

Достоинства дружбы с эгрегором

Опыт показывает, что когда человек находится во взаимодействии с эгрегором и полностью доверяет ему, то у него **в душе наступает полное спокойствие**, он перестает переживать по поводу развития политических событий, инфляции, невыплаты зарплаты и т. п. Тем более что эти проблемы касаются только тех людей, которые думают, что они все сами решают в этой жизни. У людей, взаимодействующих со своими эгрегорами, обычно этих проблем не возникает. Им вовремя выплатят зарплату или неожиданно вернут долг, о котором они забыли несколько лет назад. Их проведут дорогой, на которой никогда не встретятся хулиганы. Они никогда не смогут купить билет на самолет, который попадет в катастрофу и т. д. У них не возникает проблем, которые волнуют большинство из нас. А если они возникают, то нужно смотреть — почему, что вы сделали не так и за что вас “воспитывают”.

4.2.6 Пятый принцип: Будь сильным!

Пятый принцип Методики формирования событий рекомендует нам быть сильным на пути к желанным целям. Причем быть сильным не физически (что тоже неплохо, но не обязательно), а сильным внутренне, энергетически.

Под понятием «сила» или "внутренняя энергия" в данном случае мы понимаем некоторую очень тонкую субстанцию, которую мы получаем из пищи, воздуха, от других людей, из природы, от эгрегоров разного уровня, из Космоса и любых других источников, о которых вы знаете или что-то слышали. В различных системах верований она называется терминами «биоэнергия», «прана», энергия «ци» и т. д. Мы не будем использовать ни один из этих терминов, а постараемся обойтись словом "энергия".

Эту энергию невозможно оценить ни одним из существующих механических или электронных приборов ввиду того, что, скорее всего, материальные носители этой энергии на много порядков меньше, чем электроны и другие частицы, используемые в современных измерительных приборах. Т. е. любые самые чувствительные современные измерительные приборы слишком грубы для того, чтобы оценить эту энергию.

Человек — самый совершенный прибор. В потенциале

Между тем действие этой энергии можно ощущать и ее даже можно, наверное, измерять, если использовать самые совершенные инструменты, созданные не человеком, а Природой, а именно — живые существа. Например, хорошо известно, что животные предчувствуют наступление землетрясений или других катастроф, люди, в своей основной массе не имеют такой чувствительности. Хотя человек является венцом творения Природы. Он же является самым совершенным измерительным инструментом для любых видов Тонких энергий. Но это в теории.

На практике же человек в силу своего развития в технократической цивилизации совершенно разучился пользоваться данными ему Природой возможностями. Память ему заменяет компьютер и записная книжка, способность левитировать — автомобиль и самолет, телепатические способности — телефон, Интернет и т. д. В итоге человек становится придатком к технике, а заложенные в нем Природой способности постепенно исчезают.

Между тем создавался человек как существо весьма совершенное, но затем в силу неясных обстоятельств человечество свернуло на путь технического прогресса. Этому противодействовала церковь и святая инквизиция, которая совершенно правильно, на наш взгляд, выявляла и затем принимала самые решительные санкции к различного рода лицам с исследовательскими и научными склонностями. Если бы инквизиция работала поактивнее и просуществовала подольше, то мы, скорее всего, сейчас ездили бы не в таких удобных автомобилях и вряд ли летали бы на самолетах. Но зато мы наверняка дышали бы чистым воздухом, ели здоровую пищу и жили раза в два подольше.

С другой стороны, та же святая инквизиция сделала очень много, чтобы мы с вами не могли никогда левитировать, телепатировать и т. д.

Она вела беспощадную борьбу с людьми, которые имели какие-то отличающиеся способности — известную всем борьбу с «ведьмами». Согласно только сохранившимся протоколам, на кострах святой инквизиции было сожжено свыше девяти с половиной миллионов человек. Такая целенаправленная селекционная работа по выведению «среднего» человека привела к тому, что мы плохо видим и слышим, мало живем и используем только порядка 4 % возможностей нашего мозга.

Мало кто занимается хоть какими-то упражнениями или системами оздоровления. Поэтому

энергетические возможности современного человека, не занимающегося специальными техниками типа йоги или цигуна, чаще всего очень ограничены.

Между тем **уровень нашей энергетики определяет исполнителей “заказов” и скорость их выполнения.**

Кто выполняет наши “заказы”

Если вы находитесь в связи с низкими эгрегорами насилия, секса или наркомании, то именно они будут исполнителями ваших “заказов”. И они исполняют ваше пожелание так, чтобы вы снова и снова испытали эти же ощущения. Например, каким образом может организовать вам путешествие низкий эгрегор? Если вы сильно захотите прокатиться за границу, низкие эгрегоры в рамках доступных им возможностей могут организовать вам выезд за рубеж в качестве киллера, перевозчика наркотиков или еще что-нибудь из этой серии. Организовать вам командировку на научный симпозиум или выезд в составе какой-нибудь престижной делегации им просто “не по зубам” — этими делами заведуют эгрегоры более высоких уровней.

Люди, не отличающиеся в жизни особыми пороками — а именно таково большинство из нас — **взаимодействуют в основном с эгрегорами среднего уровня.** Эти эгрегоры обеспечивают нам нормальные условия жизни (квартира, недорогая машина, мебель, бытовая техника и т. п.), учебы, увлечений (рыбалка, дача, спорт), семейное благополучие и т. д.

Люди, живущие в неосознаваемом взаимодействии с эгрегорами этого уровня, не отличаются особенной любовью к ближним и не стремятся создавать в этой жизни что-то новое. Их вполне устраивает благоустроенный быт, стабильная работа с четко определенными обязанностями и гарантированная зарплата. В эту категорию, повторяем, попадает подавляющее большинство населения нашей страны.

Если же человека не устраивает подобное «растительное» существование (за исключением случаев недовольства уровнем своего потребления — зарплатой, квартирой, машиной и т. д.) и он пытается создавать что-то новое в любом виде деятельности, либо просто он отличается повышенной любовью к людям, животным или природе, то **такие люди находятся уже под особым покровительством высоких эгрегоров** творчества, науки, милосердия, любви к ближнему и т. д.

И, наконец, люди, являющиеся служителями какого-нибудь религиозного культа (почти любого, за исключением сатанистов и других культов, использующих человеческие жертвоприношения или специальные психотехники для “зомбирования” своих последователей), взаимодействуют с самыми высокими и мощными религиозными эгрегорами. Люди, находящиеся под покровительством этих эгрегоров, способны творить реальные чудеса и называются Пророками. Как вы понимаете, это люди с почти пустым “накопителем переживаний”.

Люди, взаимодействующие с высокими эгрегорами, являются самыми мощными Формирователями Событий. Другое дело, что, когда они выходят на взаимодействие с высокими эгрегорами, их перестает волновать то, что тревожит обычного человека — деньги, политика, бытовые условия, взаимоотношения между людьми и т. д. Есть возможность получить все, что “душа желает” — а душа как раз и не желает ничего из того, о чем мечтает большинство людей. Но мы об этом уже рассказывали.

Важность энергетического выброса

Однако хотим немного утешить тех читателей, кто уже понял, как далек он от состояния Пророка. Чтобы стать мощным формирователем событий, совсем не обязательно все время обладать мощной энергетикой. **Достаточно обладать ею в те моменты времени, когда вы определились с выбранной целью и заказываете ее своему высокому покровителю.**

Обычные люди тоже иногда обладают энергией, близкой к энергетике Пророка. Но, к

счастьем или к сожалению, только иногда, **в моменты очень сильных энергетических или эмоциональных всплесков.**

Самые сильные эмоциональные всплески дает **страх** — в те моменты, когда возникает реальная угроза вашей жизни. К сожалению, в момент, когда вас пытается укусить собака и вы карабкаетесь от нее на забор, мало кто из людей способен вспомнить, что именно сейчас у него высокая энергетика и что он может направить свое пожелание о получении работы или о встрече с любимым в самые высокие сферы.

Чуть более слабые энергетические всплески имеют место в моменты **очень большой радости**, в моменты вспышек гнева или любви. К сожалению, и в эти моменты люди **обычно забывают о своих проблемах и пожеланиях и полностью отдаются во власть эмоций.** А если человек все время будет держать в голове свою проблему, то у него не возникнут никакие сильные эмоции и, соответственно, не появится возможность ускоренно сформировать нужное событие. В этом состоит противоречие и одновременно ключ к решению проблемы накопления личной силы в целях формирования событий.

В частности, некоторые авторы предлагают для передачи “заказов” использовать энергетические выбросы, создающиеся во время сексуального контакта мужчины и женщины. Один из партнеров (менее эмоциональный) должен держать в голове “заказ”, особенно в самые напряженные моменты близости. Тем самым выбрасываемая сексуальная энергия модулируется, т. е. становится носителем информации — вашего “заказа”. Этот “заказ” воспринимает кто? Конечно, эгрегор любви и секса, и приступает к выполнению либо своими силами, либо с помощью близких ему по уровню эгрегоров. Каким будет исполнение “заказа”, особенно если вы не очень корректно его сформулируете, можно представить себе без особого труда.

Еще большую мощь имеют энергетические всплески у влюбленных, у которых чисто сексуальная энергетика соединяется с энергетикой духовной близости (сердечная чакра). Не зря же говорят, что влюбленным море по колено. Эта пословица отражает подмеченную народом особенность, что **для влюбленных не существует преград и для них достижима любая цель.** Сверхвысокая энергетика любви позволяет им обращаться напрямую к самым мощным эгрегорам и получать от них почти любую помощь. Но это происходит, конечно, только при правильной формулировке заказа и совместном выборе желанной единой цели

Накапливайте энергию

Как мы уже рассказывали, современный городской человек, озабоченный массой текущих и долговременных проблем, слегка больной и ведущий малоподвижный образ жизни, не имеет особых энергетических запасов.

Соответственно, посылаемый им мысленный сигнал к эгрегору будет слабым и может затеряться в потоке таких же вялых “заказов”. Значит, нужно сделать так, чтобы вас услышали. А для этого нужно **крикнуть громче всех!**

Рисунок. Стоит толпа, все смотрят вверх и что-то кричат. А один человек в два раза выше и толще других кричит: Желаю автомобиль! Сверху облако, и оно на руке несет издали автомобиль, пока еще маленький вдали.

Сделать это можно, если вам удастся остановить ваши внутренние переживания и размышления, забирающие у нас массу жизненных сил. Нужно подкопить эти самые силы и выложить их разом, в момент послышки вашего обращения к эгрегору. Если ваш “заказ” будет достаточно мощным, то эгрегор бросит все остальные дела и бросится выполнять ваше требование. Это сделать можно, но не очень просто. Поэтому мы и выбрали в качестве пятого основного принцип: **БУДЬ СИЛЬНЫМ!**

Или, раскрывая его шире: **НАКАПЛИВАЙТЕ ЭНЕРГИЮ И РАСХОДУЙТЕ ЕЕ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННО И В СООТВЕТСТВИИ С ПОСТАВЛЕННЫМИ ЦЕЛЯМИ!**

Как накапливать энергию, не нарушая нормального ритма жизни и не создавая искусственно ситуаций с "острыми ощущениями", мы расскажем в соответствующем месте нашей методики. А пока попросим вас выполнить следующее задание.

Упражнение "ИЗМЕРЯЕМ СВОЮ ЭНЕРГЕТИКУ"

В этом упражнении мы предлагаем вам самим измерить уровень вашей энергетики и, что практически то же самое, измерить обобщенный коэффициент вашего здоровья. Для этого мы предлагаем вам использовать методику, которая была специально разработана для сравнения уровня здоровья абсолютно здоровых людей — космонавтов.

Для выполнения задания вам понадобятся часы с указателем секунд и небольшая веревка или палочка длиной 40–50 см. Станьте прямо, ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. Засеките время. Вытяните руки вперед, зажмите в двух сжатых кулаках концы веревки (палочки) и изо всех сил начинайте тянуть веревку в стороны, стараясь разорвать ее. Тянуть нужно ровно в течение 60 сек, постоянно увеличивая силу натяжения, вплоть до дрожи в мышцах рук и плеч. На 60-й секунде резко разожмите кулаки и отпустите все мышцы (веревка при этом упадет на пол). Ваши руки под действием запасенной во время мышечного напряжения энергии сами поднимутся через стороны вертикально вверх. Не тормозите и не помогайте им — просто наблюдайте за ними со стороны. Через некоторое время они также самопроизвольно медленно опустятся вниз. Засеките по часам, сколько времени ваши руки находились в поднятом вверх состоянии. Для сравнения приводим некоторые нормативы. У человека с нормальным здоровьем и энергетикой руки будут находиться вверху свыше 40 сек. У абсолютно здоровых людей с высокой энергетикой руки могут находиться вверху до 7-10 минут.

Определите свою энергетику утром, после подъема, и вечером, после рабочего дня. Определите ее в «удачные» дни и в дни, когда все валится из рук. Вы наверняка получите интересные результаты.

Все приведенные выше рассуждения означают, что выбрав единую цель и наметив пути ее решения, вы должны обратиться за помощью к Жизни с максимальной энергичностью. Сделать так вы сможете, если будете повышать энергетику вашего организма в целом, используя специальные тренинги или упражнения. Либо вы можете копить свои силы и разом использовать их, обратившись за помощью к вашему высокому покровителю с максимально возможной для вас энергичностью или эмоциональностью. Чем мощнее будет ваша внутренняя энергетика, тем быстрее реализуются ваши желания и цели.

4.2.7 Шестой принцип: Не суетись!

Шестой принцип рекомендует **“Не суетитесь и не делайте резких движений!”**, иначе вы нарушите планы множества людей и покровительствующих им эгрегоров.

Неудачи — способ вашего воспитания

Следование этому принципу означает: **если у вас что-то в жизни не получается — не суетитесь!** Вам может казаться, что несчастья или неудачи постоянно преследуют вас, а на самом деле все может обстоять иначе.

Возможно, обстоятельства складываются сегодня так плохо только для того, **чтобы вы научились находить из них выход**, и это умение в дальнейшем поможет вам достичь успеха. Возможно, что ваши желания превышают ваш реальный потенциал, поэтому вам не удастся их реализовать в обозримом будущем. К примеру, вы хотите стать президентом компании, но при этом вы очень стеснительны и не любите деньги. Подобные желания чаще всего неосуществимы без использования специальных тренингов, и именно подсознание может помочь вам реально оценить себя и выбрать достижимые на сегодня цели. Поэтому постарайтесь просто **довериться своей судьбе и принимайте с благодарностью все, что произойдет с вами**, ни в коем случае не затаивая в душе обиду в случае неблагоприятного (на ваш взгляд) отношения к вам Жизни. Тем самым вы будете выполнять Основное требование: «Прими мир таким, каков он есть в реальности» и на следующем этапе удача улыбнется вам!

Неудача — способ вашего спасения

Часто судьба спасает нас от большого несчастья, устраивая несколько мелких неприятностей — по мере наполнения нашего “накопителя переживаний”. А мы со свойственным нам эгоизмом думаем, что самые несчастные на свете.

Поясним эту мысль примером. Например, у вас угнали автомашину, и надежд купить новую при нынешних ценах нет никаких. Вы воспринимаете это как крайнюю степень несчастья в вашей жизни. А на самом деле этим событием, вам, например, спасают жизнь или здоровье в недалеком будущем. Не исключено, что вам вскоре грозило попасть в автокатастрофу в этом автомобиле и погибнуть. Теперь, когда автомобиля у вас не стало, вашей жизни не угрожает скорая гибель на дороге.

Это только один и самый поверхностный пример. На самом деле взаимосвязи событий в нашей жизни настолько сложны, что часто нам не дано их познать. Остается только одно — полностью довериться тому, что с нами происходит, и в любом событии постараться увидеть знак благожелательного отношения к вам судьбы и быть к ней благодарным в любой жизненной ситуации. То есть жить по пословице: “Что бы Господь ни делал — все к лучшему”.

Не делайте резких шагов

Вторая часть шестого принципа означает следующее. Мы настоятельно рекомендуем вам **не делать неожиданные и резкие шаги по отношению к другим людям**.

Если вы руководитель, то прежде чем увольнять не справляющегося с работой сотрудника, объясните ему его ошибки и подготовьте к мысли о необходимости смены работы. Если вы дружите с девушкой (парнем), то резкий разрыв отношений вызовет не только стресс, но и обратный «прилет» негативных событий по отношению к вам.

Все взаимосвязано

Подобных ситуаций возникает множество, и шестой принцип возник из следующих соображений. Когда вы предпринимаете действия, резкие и неожиданные для лица, по отношению к которому они направлены, то происходит вот что. Вы, со свойственной вам самонадеянностью, рассматриваете этого человека как **отдельную личность** с руками, ногами,

головой — и все. Эта личность совершает неправильные с вашей точки зрения поступки, и вы принимаете кажущиеся вам необходимыми меры.

На самом деле, как мы уже указывали, **каждый**, даже самый плохой (по вашему мнению) **человек, связан незримыми нитями со многими эгрегорами** — семьи, работы, увлечений, религии (пьянства, секса и т. д.). Все его поступки являются результатом согласованных (или не очень) действий этой совокупности эгрегоров. Соответственно, каждый из эгрегоров строит свой собственный план, как он будет управлять этим человеком в будущем.

Когда вы неожиданно предпринимаете свои действия, **вы вмешиваетесь в эти связи**, натягиваете или совсем обрываете одни, заставляете «провисать» другие и т. д. Таким образом, **вы вызываете раздражение всех эгрегоров**, которые взаимодействовали этим человеком, поскольку неожиданно вторглись и нарушили их планы. Большинство из них, особенно те, которые потеряли связь с этим человеком, с нескрываемым неудовольствием начнут рассматривать вас и искать, как бы им угомонить беспокойного нарушителя их планов — то есть вас. А возможности сделать это, как мы уже указывали, у них довольно большие.

Большинство из вас легко смогут припомнить случаи такого резкого разрыва отношений с другим человеком. И наверняка **несколько позже у вас в жизни возникали какие-то проблемы**, которые вы вовсе не связывали с произошедшим разрывом. Теперь у вас есть возможность вернуться в памяти к таким событиям и попробовать осмыслить их с точки зрения изложенного подхода. Совершенно очевидно, что вы найдете подобные связи.

Поэтому убедительно просим вас не забывать шестой принцип при организации ваших отношений с другими людьми, независимо от того, какие это отношения — личные, должностные, случайные и т. д.

Понятно, что все эти рассуждения относятся и к вам самим. То есть **не рекомендуется делать резкие движений и по отношению к самому себе**, поскольку тем самым вы будете нарушать планы эгрегоров по отношению к вам.

4.2.8 Седьмой принцип: У Бога нет других рук, кроме твоих!

Этот принцип означает следующее. Работа мысли очень важна, тем более правильно организованная работа мысли по формированию нужных вам событий. Но если наряду с работой мысли вы не будете предпринимать реальных шагов в соответствии с подсказками или командами ваших высоких покровителей, то им будет очень сложно выполнить ваш заказ.

Люди — руки эгрегоров

Объясняется это просто. Эгрегоры состоят из вещества, выделяемого нами в процессе размышлений и эмоциональных переживаний. А как вы наверняка заметили, это вещество — **субстанция довольно разряженная**. Соответственно, каким бы мощным ни был эгрегор, состоящий из этого вещества, он не сможет самостоятельно удержать даже пушинку. Его “руки” — это люди, живущие в реальном мире. А его инструменты — это мысли, которые он вкладывает в головы людей.

Чтобы сформировать какое-то событие, эгрегор должен сначала спланировать свои шаги, затем **найти подходящих исполнителей и внушить им такие мысли, которые заставят их совершить нужные эгрегору действия**. Как вы понимаете, это совсем непросто. Люди упрямы и в действиях стараются руководствоваться только своими идеями и планами. Поэтому реализация события иногда затягивается надолго, особенно если вы не будете помогать эгрегору своими поступками на физическом плане, то есть в реальном мире.

Именно к этому призывает вас наш Седьмой принцип. Эгрегорам будет легче помочь вам, если вы сделаете что-то, что они могли бы обернуть в вашу пользу. Приведем примеры.

Примеры реальных шагов

Например, вам нужен муж (жена), вы в соответствии с правилами нашей методики составили его образ и ждете исполнения заказа. Если вы желаете этого очень страстно, то заказ может исполниться достаточно быстро. Но вы должны оказывать реальную помощь вашему покровителю в исполнении заказа. Он может присмотреть подходящего вам кавалера и попробовать организовать вашу встречу, но и вы должны искать этой встречи, расширяя возможности для исполнения пожелания. Сделав подобный заказ, вы должны увеличить круг своих знакомых, более активно посещать выставки, концерты, вечера, дни рождения и другие места, где вашему эгрегору легко будет организовать нужное вам знакомство. Если же вы будете все время сидеть дома и шарахаться от всех мужчин, обращающих на вас внимание, то как эгрегор организует ваше знакомство?

То же самое можно сказать и в отношении любых других заказов. Попросив у эгрегора денег, вряд ли стоит сидеть дома и ждать, когда вам принесут чемоданчик с валютой. Такое возможно, но либо через очень большой промежуток времени, либо вы должны своим энергетическим всплеском так встряхнуть “небеса”, чтобы эгрегоры побросали все свои хлопоты и побежали выполнять ваш заказ. Но обладаете ли вы подобной мощностью? Скорее всего, нет.

Поэтому заказав деньги, вам нужно предпринять шаги к их реальному зарабатыванию или хотя бы созданию условий, при которых эгрегору будет легче выполнить ваше пожелание. Например, запросив большую сумму денег, вы можете значительно облегчить жизнь своему эгрегору, если хотя бы иногда станете покупать лотерейные билеты или принимать участие в мероприятиях, где возможен большой выигрыш. А ваш эгрегор уже должен позаботиться, чтобы заработанная на новом месте или выигранная вами сумма соответствовала вашим запросам.

Но не думайте, что эгрегор азартных игр поспешит выдать большой приз любому желающему получить огромный выигрыш! Большие выигрыши, как показывает статистика, обычно получают люди, долго и увлеченно играющие в лотереи. То есть они за многие годы

стали адептами эгрегора азартных игр, и он вознаградил их за усилия. Если же вы далеки от состояния адепта азартных игр, то выигрыш тоже возможен, но только при условии, что ваше краткосрочное желание выиграть будет по энергетическим расходам равно многолетним усилиям людей, постоянно мечтающим о крупном выигрыше. Так тоже бывает, но редко.

Что касается маленьких выигрышей, которые часто получают новички, то здесь действует совсем другой энергетический механизм, который мы еще будем рассматривать.

Таковы основные принципы организации мышления человека, его бесконфликтного взаимодействия с реальным миром и дружбы с представителями Тонкого мира.

А нам пора подвести очередные итоги.

ИТОГИ.

1. *Наилучший путь достижения поставленных целей — непротиворечиво взаимодействовать с окружающим миром, пользуясь поддержкой Жизни.*

2. *Из всего множества обитателей Тонкого мира реальную помощь людям оказывают так называемые эгрегоры. Они создаются мысленной энергией людей, думающих о чем-то общем.*

3. *При достижении своих целей человек должен строить свои мысли и поступки таким образом, чтобы не перегружать чрезмерно покровительствующих ему эгрегоров и позволить им сосредоточиться на решении одной, наиболее важной для вас задачи.*

4. *Чтобы взаимодействие между человеком и эгрегорами давало максимальный эффект, человек должен руководствоваться в своей жизни семью основными принципами Методики формирования событий.*

4.3 Этапы освоения Методики формирования событий

Мы рассказали об основных принципах, которыми должен руководствоваться человек, желающий получить поддержку Жизни. Но достаточно ли, если просто узнать о них и попробовать использовать в своей жизни? Наш опыт показывает, что нет.

Научиться плотно и успешно взаимодействовать с Жизнью не очень просто, но и не слишком сложно. Нужны определенные усилия, развитие в себе некоторых ранее ненужных вам способностей. Именно поэтому мы разработали **полную технологию** освоения методики формирования событий с помощью силы мысли. Предлагаемая технология включает изучение и применение следующих техник:

- * расслабление мышц тела;
- * остановка бега мыслей;
- * выявление и формулировка реальных жизненных целей;
- * повышение внутренней энергии и уверенности в себе;
- * достижение желанного результата.

Использование всех этапов методики со временем переходит в автоматизм, и вам не нужно будет специально сосредотачиваться на них. Но в начале нужно будет соблюдать предложенную последовательность, чтобы эти навыки закрепились у вас в подсознании. И могли прийти на помощь, когда вам захочется вскарабкаться на очередную вершину. А что так будет — не сомневайтесь. Едва реализовав одно желание, человек тут же разочаровывается в результатах и стремится к новым вершинам, и так всю жизнь. Люди всегда полны желаний и устремлений, и Жизнь (или, как мы уже знаем, эгрегоры) рада помочь нам на этом пути, если мы будем делать все правильно.

Проблемы во взаимодействии с эгрегорами

Как мы уже отмечали, каждый человек находится в непрерывном взаимодействии как с другими людьми, так и с различными эгрегорами, пытающимися влиять на его поведение, образ мыслей, принимаемые решения. И чем прочнее это взаимодействие, тем больше возможностей у человека добиться с помощью эгрегора всего необходимого ему в этой жизни.

Взаимодействие человека и высоких эгрегоров происходит, как мы уже говорили, в виде интуитивных озарений, догадок, подсказок, а иногда и прямых ответов в виде картинок или устной речи. Но большинству из нас такому взаимодействию **мешает привычка нашего мозга непрерывно размышлять.**

Нет покоя в голове!

Попробуйте несколько минут понаблюдать, что творится у вас в голове! Откуда-то непрерывно выползают проблемы, воспоминания, постоянно ведутся самые разные обсуждения, споры, переговоры и т. д. и т. п. В нашей голове нет ни минуты покоя! В ней непрерывно работает наш раскрепощенный и неконтролируемый ум, или "словомешалка". И именно эта «словомешалка» чаще всего мешает услышать и понять эгрегор, пытающийся нам помочь.

Каждый из нас может припомнить в жизни ситуацию, когда нужно было принять важное решение, и оно приходило в голову в виде слабой, едва оформленной мысли. Но мы включали наш ум, нашу логику, начинали в уме просчитывать, перебирать варианты развития событий и в результате приходили к неверному решению. В итоге оставалось только чесать в затылке и сожалеть, почему вы не сделали так, как вам приходило в голову. А приходила-то верная информация как раз от вашего высокого покровителя. Он пытался помочь вам, но вы в силу привычки подвергать все анализу и сомнению, отвергли эту подсказку. Ваш **ум совершенно не приучен работать со слабыми сигналами.** Кроме того, чувствительность нашего организма

сильно понижается из-за периодического и сильного загрязнения организма остатками пищи, наркотических препаратов типа кофе, никотина и алкоголя.

Именно поэтому начальные тренинги нашей методики посвящены развитию способности останавливать бег наших мыслей (самопроизвольную работу нашего ума) — хотя бы на несколько минут. Мы не оригинальны в этом — в большинстве религиозных культов эта задача также является основной, но только там об этом прямо не говорится.

Расслабим мышцы тела

Но ум напрямую связан с нашим телом. Если какие-то мышцы тела напряжены или у вас что-то болит, то ваше внимание будет непроизвольно переключаться на эту точку тела. Поэтому на первом этапе мы предлагаем **научиться расслаблять мышцы вашего тела**. Как вы будете это делать — не имеет значения. Можно купить кассету с хорошей записью релаксации, и расслабляться под нее — в конце книги вы найдете информацию о том, как можно приобрести такую запись в нашем Центре. Можно купить книгу или сходить на курсы по аутогенной тренировке, и расслабляться с ее помощью.

Здесь мы предложим несколько упражнений, которые помогут вам достигать состояния расслабления самостоятельно. Эти упражнения потребуют от вас наличия некоторого воображения, т. е. способности представлять себе определенные образы. Хотя эти образы могут быть достаточно расплывчатыми и условными.

Упражнение “ СОСУД С ЖИДКОСТЬЮ ”

Примите позу для расслабления — лежа или позу «кучера» сидя.

Закройте глаза и начинайте представлять себе, что в ваши пятки снаружи через подошвы ног начинает поступать поток тяжелой теплой и вязкой жидкости золотистого или серебристого цвета. Ваше тело — пустой сосуд, в который с приятными для вас ощущениями тепла и тяжести заливается извне эта жидкость.

(У кого-то это упражнение может получаться лучше, если эта самая жидкость будет заливаться в вас с макушки. Рекомендуем попробовать тот и другой варианты и выбрать лучший).

Эти представления должны сопровождаться появлениями реальных ощущений тепла и тяжести в тех местах вашего тела, куда уже «затекла» теплая жидкость. Мышцы вашего тела в этих местах становятся вялыми, расслабленными, буквально «провисшими» под собственной тяжестью.

Чтобы это упражнение получалось лучше, вам необходимо уметь хорошо управлять так называемым "внутренним взором" или "внутренним лучом внимания".

А чтобы научиться хорошо управлять "внутренним взором", рекомендуем предварительно выполнить такое следующее подготовительное упражнение:

Подготовительное упражнение. “ЛУЧ ВНИМАНИЯ”

Положите кисти рук на стол ладонями вниз так, чтобы кончики пальцев касались поверхности стола. Теперь закройте глаза и попробуйте ощутить «изнутри» кончик указательного пальца правой руки.

Ощутите, как он касается поверхности стола, как вдавлена внутрь поверхностью стола кожа, как чувствует себя ноготь и т. д. Чтобы ощущения были более явственными, можно слегка нажать пальцем на стол и отпустить.

"Поймав" ощущение в пальце правой руки, через 20–30 секунд переключите свое внимание на кончик указательного пальца левой руки.

"Поймайте" в кончике пальца тот же набор ощущений. Переключите свое внимание опять на палец правой руки, затем на палец левой и так раз 10–15 раз.

Затем, остановив свой "внутренний взор" на кончике указательного пальца правой руки,

попробуйте ощутить кончик среднего пальца, затем безымянного, затем мизинца. Переключайте "мысленный взор" поочередно по всем пальцам правой руки до тех пор, пока не научитесь точно концентрироваться на выбранном сознательно пальце.

Затем переключите "луч внимания" на пальцы левой руки и научитесь отличать набор ощущений одного пальца от ощущений другого пальца.

Затем переключите "луч внимания" на большой палец правой ноги — она при этом будет оставаться в обуви или в чулке (носке). Слегка пошевелите этим пальцем, ощутите все его особенности, что на него жмет, удобно ли ему и т. п. Переключите "луч внимания" на большой палец левой ноги, затем опять правой и так несколько раз.

Обратите внимание на те ощущения, которые будут возникать в том месте (пальце), в котором вы концентрируете свое внимание. Там могут возникать самые разные ощущения — тепло, «дребезг», покалывания, пульсации, пощипывания и т. п. — у каждого человека по-своему.

Попробуйте запомнить, зафиксировать то ощущение, которое возникает у вас при переключении "внутреннего взора" с пальца одной руки (ноги) на пальцы другой руки.

Важно зафиксировать это ощущение и «поймать» его в тот момент, когда вы переключаетесь с одного на другой палец. Именно это ощущение и является тем самым "внутренним взором", которым вы должны научиться управлять в результате выполнения этого упражнения.

Попробуйте остановить "внутренний взор" на своей коленке, пупке, кончике носа, локте и любой другой точке тела.

Если это получается, то попробуйте поддержать "луч внимания", например, на ладони правой руки до тех пор, пока вы не начнете явственно ощущать в ладони пульсацию крови в вашем организме. Переключитесь на другую ладонь и ощутите пульс там. Переключитесь на кончик носа, ощутите пульс на нем, и т. д.

Описание вспомогательного упражнения заняло довольно много места, но на его выполнение у большинства людей уходит всего 5-10 минут. Рекомендуем приступать к выполнению упражнения "Сосуд с жидкостью" и других только после того, как вы научитесь четко управлять своим "внутренним взором".

Продолжайте выполнять упражнение "Сосуд с жидкостью" до тех пор, пока вы до макушки не «зальетесь» жидкостью. Тело станет ватным, вялым, малоподвижным. Побудьте в этом состоянии 5-10 минут — это будет интенсивный отдых и очищение организма. Затем сделайте резкий вдох и еще более резкий выдох, откройте глаза и почувствуйте себя бодрым и отдохнувшим.

Чтобы научиться выполнять это упражнение правильно и с требуемым эффектом, его нужно выполнять каждый день по 15–20 минут в течение 10–15 дней.

Еще одно упражнение с использованием образов называется "Эскалатор".

Упражнение "Эскалатор".

Это упражнение заключается в том, чтобы мысленно представить себе, что вы опускаетесь по эскалатору с десятого этажа на первый. При этом по мере движения эскалатора все мышцы вашего тела медленно расслабляются и на первом этаже вы становитесь совершенно спокойны и расслаблены.

Упражнение занимает всего 3–5 минут, что соответствует нашему интенсивному ритму жизни. Выполнять его можно сидя или даже стоя, но начинать лучше сидя прямо на стуле, не касаясь его спинки. Руки лучше положить на колени, ноги слегка раздвинуть. Но это, повторяем, только на нескольких первых тренировках, пока вы не добьетесь устойчивого ощущения волны расслабления, проходящей по телу сверху вниз вместе с опускающимся

эскалатором. Потом эти ощущения можно будет вызывать в любом положении, даже во время перерыва в работе или во время езды в транспорте.

Если образ эскалатора для вас слишком механистичен, можно подобрать себе любую другую картинку. Например, полет с горы на дельтаплане, морской отлив, заход солнца и т. д. Важно только, чтобы в этой приятной для вас картинке можно было какое-то убывающее действие мысленно связать с волной расслабления, проходящей по вашему телу.

Чтобы в дальнейшем можно было вызывать это состояние буквально за несколько секунд, попробуйте связать расслабленное состояние с какой-то известной только вам "меткой".

Упражнение "МЕТКА"

Такой меткой может стать любой несложный жест или движение. Например, можно согнуть большой палец руки, или сделать кольцо из двух пальцев, или потереть себе мочку уха и т. д. Важно только проделывать это движение каждый раз тогда, когда вы достигнете полностью расслабленного состояния. Тогда у вашего организма выработается условный рефлекс: жест-расслабление. Когда этот рефлекс закрепится — а это может произойти не ранее чем после 20–30 обучающих расслаблений по любому из рассмотренных выше приемов, вам потребуется всего 20–30 секунд, чтобы с помощью метки без всяких мысленных усилий перейти в спокойное и отрешенное состояние.

Подобный ключ даже без дальнейших упражнений может оказаться незаменимым для вас в случае служебного или бытового конфликта, в критической или экстремальной ситуации, в разговоре с раздраженным и невыдержанным человеком и т. д. Вместо того, чтобы в подобной ситуации ввязываться в конфликт и тратить нервную энергию, вы незаметно делаете свой жест и организм моментально переходит в спокойное и уравновешенное состояние, которое позволит вам трезво оценить ситуацию и с честью выйти из нее.

В итоге этих или любых других упражнений вы должны научиться за 2–3 минуты расслаблять все мышцы тела, чтобы вас ничего не отвлекало от последующей умственной работы.

Это не обязательное, но желательное условие, особенно на начальном этапе работы. Ведь если у вас что-то побаливает или жмет, вы неудобно сидите, какие-то мышцы тела напряжены, то вы поневоле будете сосредотачивать свое внимание на этой точке тела и не сможете полностью погрузиться в работу над собой. Ваши мысли будут блуждать — примерно таким и будет результат работы.

Успокоим наш ум

Когда вы научились расслаблять свое тело, то нужно **остановить бег мыслей в голове**. Дело это совсем непростое, хотя способов за многие тысячелетия религиозной и оккультной деятельности выработано немало.

Условно их можно разделить на три больших группы:

- **методы вытеснения мыслей** (другими, периодически повторяющимися мыслями);
- **методы концентрации внимания на каком-то объекте;**
- **методы сознательного подавления бега мыслей.**

Рассмотрим каждую из этих групп чуть подробнее.

Метод вытеснения мыслей

Суть "метода вытеснения" состоит в том, чтобы **заменить беспорядочный бег случайных мыслей в нашей голове на многократное повторение одной и той же фразы или определенного звукосочетания**. В восточных духовных школах подобные звукосочетания типа «о-о-у-м-м» или «оум-мане-падве-хуум» называются «мантры». Если очень долго, буквально в течение нескольких часов повторять одну и ту же мантру, то можно устойчиво перейти в **измененное состояние сознания**, в котором у человека начинают проявляться его

необычные способности и устанавливается прочный контакт с эгрегором. Примерно так же «работают» молитвы в христианстве — хорошо известно, что только длительное и исступленное (т. е. сосредоточенное и высокоэмоциональное) повторение молитвы приводит к желаемым результатам.

Вы можете попробовать этот метод для остановки бега ваших мыслей, многократно повторяя про себя мантру «о-у-м-м» или просто считать от одного до ста много раз подряд.

Метод концентрации

Следующий метод "**концентрации внимания**", который широко используется при обучении во многих восточных духовных школах, **требует сосредоточить внимание и непрерывно наблюдать какой-то предмет или процесс**. Это может быть точка на стене, картинка или специальный рисунок, а может быть и чисто ваш внутренний процесс — дыхание, пульсация крови и т. д. Например, в дзен-буддизме одним из первых упражнений является счет собственного дыхания. Считать можно на выдохе или на вдохе, что чуть сложнее. Считать нужно про себя. Самое главное в этом упражнении — считать не до бесконечности, а только до десяти, потом начинать счет снова. Если сбились, то в любой момент можно начать счет снова. При кажущейся простоте этого упражнения мало кому без долгой тренировки удастся хотя бы в течение 20 минут, не сбиваясь считать от единицы до десяти, не выскакивая за пределы десятки. Вы можете попробовать это несложное упражнение.

Рисунок. Человек сидит на стуле и смотрит на свечку перед собой.

Это упражнение способствует развитию внимания и концентрации мышления, а оно достижимо только при остановке вашей “словомешалки”.

Главным условием правильного выполнения подобного упражнения является **отсутствие каких-либо размышлений на тему о предмете концентрации**. Необходимо просто смотреть или ощущать, не переводя полученные ощущения в слова. Смотреть, и все. Например, сосредоточить "внутренний взор" на кончике своего носа и попробовать ощутить, как воздух входит и выходит через нос при вдохе и выдохе. Как колеблется потоком воздуха внутренние стенки носа, как он охлаждает, как глубоко проходит внутрь и т. д. Но все это нужно только ощущать, а не сопровождать процесс дыхания мыслями типа: “Вот воздух проходит по левой ноздре. Наружное крыло носа вроде охладилось...” При появлении мыслей их нужно либо изгнать из головы каким-то путем, либо просто переждать, пока они пройдут сами. Так нужно делать минут по 20 в день до достижения устойчивого результата — остановки бега мыслей хотя бы на 5-10 минут подряд.

Известный йогин Б.Сахаров в книге "Открытие третьего глаза" рассказывает, что если в течение примерно 30 дней ежедневно по 30 минут сосредотачиваться на кончике своего носа, то вы сможете почувствовать невыразимо приятный запах, который называется «амброзия». Этот запах принадлежит Тонкому миру и почувствовать его можно только в результате описанных выше тренировок. Запах амброзии, по рассказам обонявших его лиц, превосходит любые земные запахи в невероятное количество раз. Представляете, как приятно ощутить этот божественный запах, когда вы, сдавленные со всех сторон, едете по своим делам в общественном транспорте.

Но это только один из возможных конечных результатов выполнения упражнения. В процессе тренировки вы сможете научиться полностью отдаваться своим ощущениям и очищать голову от мыслей хотя бы на короткое время.

Метод подавления мыслей

Следующая группа методов "**подавления мыслей**" включает в себя множество самых различных образов, позволяющих избавиться от бега мыслей в голове. Например, можно представить себе картинку, что вы берете полотенце и «вытираете» им все мысли у себя в голове. Как только появилась новая — сразу полотенце в руки и стираете ее. Или выметаете

веником. Или придавливаете блином от штанги (мысленно, конечно же).

Причем появление любых образов или «картинок» перед мысленным взором не считается недостатком. Образы могут быть любыми. Важно только, чтобы они не сопровождались (в мыслях) словами, фразами и т. д. Каждую появившуюся оформленную в слова мысль нужно немедленно изгнать с помощью образов-картинок. Поначалу наверняка возникнут проблемы с разделением слов и образов, но после небольшой тренировки вы научитесь видеть «картинки» без словесного сопровождения.

Если закрыть глаза, то у большинства людей на внутреннем экране (в районе лба) возникнут какие-то картинки. Нужно научиться просто наблюдать их, не сопровождая мысленными фразами типа: “Ага, вот берег какой-то речки. А вот волны пошли. Интересно, откуда” и т. д. Все размышления нужно подавлять или изгонять, а управление образами развивать.

Для удаления оформленных в слова мыслей можно использовать следующее упражнение.

Упражнение "Аквариум".

Представьте себе, что вы сидите на дне аквариума, вода окружает вас со всех сторон и заполняет все ваше тело — подобно губке. Как только в голове появляется какая-то оформленная в слова мысль, представьте, что эту мысль окутывает воздушный пузырек и вместе с ней уносится вверх. И так с каждой мыслью. Голова остается совершенно пустой — это и есть требуемый результат.

Выполнение этого упражнения минут по 20 в день в течение недели-двух научит вас освобождаться от «словомешалки» и даст новые, неизвестные ранее возможности.

Вот еще одно упражнение, связанное с использованием образов.

Исследованиями многих специалистов было установлено, что существует совершенно четкая связь между движением мыслей у нас в голове и движением зрачков у нас в глазах. Появилась в голове новая мысль — зрачки откликнулись каким-то движением. Пока мы размышляем, наши зрачки непрерывно совершают микродвижения в такт нашим мыслям.

Поскольку связь эта достаточно жесткая и двухсторонняя, можно попробовать использовать ее в обратную сторону: если остановить движение зрачков, то тут же остановится бег мыслей.

Упражнение "Камешки".

Представьте себе, что у вас на дне зрачков лежат небольшие, но довольно тяжелые камешки. Эти камешки не дают зрачкам совершить какие-то движения, вы не можете пошевелить зрачками — они неподвижны.

Если вам удастся представить и ощутить все это довольно явственно, то вы наверняка остановите свою «словомешалку». Только не пытайтесь запустить ее вновь, размышляя примерно так: “Ну, вот наконец зрачки остановились. Мысли теперь тоже должны исчезнуть” и т. д. Подобных и иных мыслей быть не должно — просто вы наблюдаете «изнутри» себя за своими же неподвижными зрачками, и у вас не возникает ни одной мысли.

Вы можете попробовать выполнить еще одно упражнение, связанное с принудительным удалением из головы всех возможных источников возникновения новых мыслей. Оно включает несколько шагов.

Упражнение “Пустая комната”

Представьте себе, что ваша голова — это комната, заставленная разными вещами. Каждая вещь связана с каким-то событием или человеком в вашей жизни. Диван-работа, стул-подруга, стол-родители, табуретки — дети и т. д. По очереди вынесите за пределы комнаты все находящиеся в ней предметы, оставив комнату совершенно пустой.

Потом возьмите и выведите себя из комнаты (например, за ухо) и закройте дверь снаружи. Комната (ваша голова) должна остаться совершенно пустой от вещей и связанных с

ними мыслей. Вы можете изредка подглядывать в комнату в окошко (если оно там есть) и выбрасывать изредка появляющиеся там вещи (мысли).

Это упражнение слегка напоминает рекомендацию **организовать у себя в голове “внутреннего наблюдателя”** — некоего наблюдателя (которым являетесь именно вы), который как бы со стороны наблюдает, что же происходит у вас в голове. Он пассивен, ни во что не вмешивается, только наблюдает. Но эффект от этого прекрасный. Как только вы начнете неучаствовать в работе “словомешалки”, а наблюдать за ней со стороны, она сразу же сбивается и останавливается. Ей обязательно нужно все ваше внимание, она не терпит наблюдений со стороны. О подобном отношении к жизни мы уже рассказывали. Помните: жизнь есть цирк. Здесь эта же позиция рассматривается с несколько иной точки зрения.

Но хотим сразу предупредить, что все это очень напоминает начальную стадию шизофрении. Если у вас в голове станут функционировать сразу двое (“словомешалка” и наблюдатель), и вы как-то покажете это окружающим, то они могут посчитать, что вы давно уже не пили успокоительных таблеток. Поэтому организацию “внутреннего наблюдателя” мы относим к “высшему пилотажу” работы со своей “словомешалкой” и категорически рекомендуем делать это только после того, как вы попробуете все остальные методы остановки бега мыслей.

Упражнение “Собака в конуре”

Представьте себе, что ваш беспокойный и неконтролируемый ум — это собака, которая обычно должна сидеть в конуре, и лишь по разрешению хозяина может выйти наружу и потявкать (то есть начать рассуждать). А хозяин — это вы, или ваша воля.

*Нужно периодически поглядывать, что творится у вас в голове. Собака должна сидеть в конуре, и в голове должна быть тишина. Если вы замечаете, что вы возбуждены или унылы, и в голове крутятся самые разные мысли, значит, дверца открылась и пес выбрался на свободу. **Загоните его обратно!** Цыкните на него, поругайтесь, и он снова займет свое место. Закройте за ней дверцу конуры, задвиньте засовы или закройте ее на замок. Тем самым вы на некоторое время избавитесь от идеализаций, оценок, мысленных разборок с возбуждением или упадком сил и т. п. Такие взаимоотношения со своим умом не очень просты, но возможны и достаточно эффективны.*

Если вас не устраивает пес в конуре, придумайте свою модель и пользуйтесь ею! Важно, чтобы ваш беспокойный ум начинал работать только тогда, когда вам это нужно. И молчал все остальное время.

Достигнув умения расслабляться и хотя бы на время останавливать работу своей мысленной «словомешалки», вы можете перейти к следующему этапу овладения методикой ФС. А мы пока подведем очередные итоги.

ИТОГИ.

1. Использование Методики формирования событий с помощью силы мысли лучше всего осуществлять в определенной последовательности, которая включает следующие этапы:

- расслабление мышц тела;
- остановка бега мыслей;
- выявление и формулировка реальных жизненных целей;
- повышение внутренней энергетики и уверенности в себе;
- достижение желанного результата.

2. Все приемы, используемые для остановки неконтролируемого бега мыслей в голове, можно условно разделить на три группы:

- методы вытеснения мыслей;
- методы концентрации внимания на каком-то объекте;

- методы сознательного подавления бега мыслей.

3. Для достижения состояния тишины в голове можно использовать любой из рассматриваемых методов или все сразу. В результате вы должны научиться входить в такое состояние сознания, которое позволит вам устойчиво слышать слабые подсказки ваших высоких покровителей.

4.4 Заявим Жизни свои цели

Теперь, когда в вашей голове установилась относительное спокойствие, и тихие подсказки вашего покровителя не будут затаптываться табунами неконтролируемых мыслей, вы можете смело начинать использовать свои новые возможности для достижения желанных целей. Делать это, особенно поначалу, желательно в определенной последовательности.

Выявите истинные желания

На начальном этапе применения методики формирования событий вы должны выяснить, чего же вам в реальности хочется? Или, по иному, на какую вершину вам стоит карабкаться?

Это нужно для того, чтобы потом не предъявлять претензии Жизни за то, что она не исполняет ваши желания. Жизнь всегда их исполняет, только мы часто не знаем, чего хотим! Точнее, в голове мы хотим одного, а в душе — другого. И Жизнь исполняет то, чего мы желаем в душе.

Как это получается? Например, вы искренне уверены, что хотите найти новую работу и получать больше денег. Но в душе у вас спрятался страх, что вам слишком много лет или что у вас слишком низкая квалификация, или что-то подобное. Теперь вы знаете, что это идеализация (то есть преувеличение) своего несовершенства. Но этот страх есть ваш истинный заказ Жизни: «Я никуда не хочу передвигаться, потому что я не справлюсь с работой на новом месте! Мне страшно, оставьте меня в покое!». Жизнь улавливает это ваше скрытое послание и делает так, что все ваши вялые попытки найти другое место работы проваливаются, и вы остаетесь там, где вы есть сейчас. Ваше истинное желание исполнилось!

Или девушка декларирует, что хочет выйти замуж выйти замуж, и сильно переживает из-за того, что любимого все нет и нет. Но в душе у нее затаился страх того, что ее снова могут обмануть, как в прошлый раз (или как ее подругу). Или что она не умеет готовить и будет плохой женой. Или что мужчина ограничит ее свободу или будет ее унижать. Или что-то еще. И этот скрытый страх, то есть посыл к Жизни: «Я не хочу замуж!!! Я боюсь!» успешно блокирует ей новые знакомства.

Еще пример. Пожилая мама очень хочет избавиться от тяжелого заболевания, и предпринимает для этого множество усилий. Но болезнь для нее есть способ управления родственниками, которым она периодически объявляет, что они довели ее до такого состояния. Но если она излечится, то у нее не будет инструмента для манипуляции своими родными, и такая ситуация ее никак не устроит. Значит, ее истинным желанием является желание иметь болезнь, и потяжелее, поскольку оно дает ей явные выгоды. И выздоравливать ей никак нельзя, поэтому Жизнь исполняет ее истинное желание — иметь болезнь.

И так далее. Наши истинные желания часто отличаются от тех, которые мы декларируем вслух и которые часто являются источниками переживаний. А Жизнь исполняет, в первую очередь, наши истинные желания. Если вы будете их знать, то вы будете лучше понимать, каким образом и зачем вы создали себе ту ситуацию, которую имеете сегодня.

Значит, на этом этапе нужно попробовать определить свои истинные жизненные цели. Делать это можно самыми разными способами.

Можно еще раз проанализировать ваше нынешнее состояние и попытаться определить, какие выгоды вы из него извлекаете. Или какие страхи не позволяют вам произвести изменения в лучшую сторону. И чего вы хотите в действительности, а к чему стремитесь под влиянием окружающих людей, стремясь угодить мнению родителей, друзей или просто знакомых. То есть поработать вполне рациональным и логическим путем. Если у вас хорошо развито логическое мышление, то вы обязательно придете к правильным результатам, и отделите истинные цели от

неистинных.

Или можно воспользоваться помощью своего эгрегора, получив от него желанные подсказки. Сделать это можно самыми разными способами. Можно попробовать использовать такой способ, который называется «автоматическое письмо». С помощью этого метода можно будет получать информацию из своего подсознания. Под понятием «подсознание» здесь понимаем некоторую незримую нить, связывающую тонкие тела человека с покровительствующим ему эгрегором.

Упражнение “Мои истинные цели”

Для получения нужной вам информации нужно:

* приготовить листок бумаги и ручку;

* сесть в спокойной обстановке за стол (отключить телефон, выключить радио и телевизор, исключить обращение к вам других людей);

* взять в руку ручку;

* положить руки на стол так, чтобы вы в любой момент без усилий и передвижений могли бы начать писать;

* расслабиться, остановить бег мыслей на несколько минут;

* после этого начать мысленно задавать себе вопросы типа: “Каковы мои истинные цели и желания? Какие выгоды я извлекаю из своей ситуации? Что мешает мне изменить мою ситуацию к лучшему?” и подобные.

* После этого нужно спокойно сидеть и ждать, какие мысли (отдельные слова, фразы, образы) появятся у вас в голове. Не нужно размышлять над своими вопросами или судорожно выдавливать ответы из своего подсознания. Нужно просто сидеть и спокойно ждать, пока в голове не проявятся какие-то мысли.

* Как только любая мысль проявится у вас в голове, ее тут же нужно записать на листке и ждать следующей. Ваше подсознание при нормальной настройке даст вам 5-15 различных ответов, если вы затормозите бег мыслей на 10–20 мин.

* Все мысли нужно тут же записать, полностью исключив их оценку, анализ и сравнение. Ни в коем случае нельзя во время этой процедуры включать свою «словомешалку». Полное спокойствие, доверие, и результаты будут на бумаге. Ответы могут быть конкретными, а могут и иметь общий вид — записывайте абсолютно все, что придет вам в голову.

Ваша задача на этом этапе взаимодействия с подсознанием — **не оценивать, а только записывать** любые мысли или слова, пусть даже ругательские. Что бы ни всплыло у вас в голове — не волнуйтесь, а просто запишите эти часто сумбурные мысли на бумагу, еще раз мысленно задайте себе вопрос и ждите ответов на него.

Появление «мусора» на первых этапах работы с подсознанием вполне понятно. Вы столько лет не обращали внимание на сигналы от своего подсознания, так что канал между вами забился всякой ерундой, стал полон искаженной и чужой информации. Когда канал прочистится, вы станете получать четкие ответы, но далеко не у всех это бывает с первого раза.

Записав 5-15 ответов, можно вернуться в обычное состояние сознания (т. е. запустить логическое мышление, критику) и попытаться понять написанное. Возможно, полученная информация будет полностью совпадать с вашим представлением о себе, и вы получите то, что и так хорошо знали. Это будет отличный результат, который укажет на то, что вы уже активно используете подсказки своего подсознания, и ему нечего сказать вам больше.

Но так бывает редко. Часто ответы, полученные методом автоматического письма, сильно отличаются от того, что вы привыкли о себе думать. Не спешите отбрасывать то, с чем вы вроде бы не согласны! Попробуйте походить с этим несколько дней, поразмышлять о полученных ответах. И наверняка, если вы внутренне честны, вы согласитесь с правильностью полученной

информации. А выявление ваших истинных целей и желаний — это большой шаг на пути к конечному результату.

При выполнении этого упражнения важно не перепутать ваш собственный суетливый ум с голосом подсознания. Поэтому: никаких внутренних обсуждений или оценок! Строить беседу с внутренним собеседником, если она возникает, можно только по одной схеме: **молчание — вопрос — ответ- молчание...**

Что делать с выявленными истинными желаниями

А действительно, что делать с теми страхами или другими скрытыми выгодами, которые вы раньше старательно заталкивали в глубину своего подсознания, а теперь неожиданно вытащили на свет? И вы понимаете, что именно они теперь уже явно блокируют вам путь к желанным целям?

Ответ простой — **сделайте вполне осознанный выбор**: что вам дороже? Ваша свобода или замужество с возможным ее ограничением? Ваше душевное спокойствие при нынешней зарплате или несколько большие деньги, сопровождающиеся необходимостью вживаться в новый коллектив и доказывать там свою состоятельность? Ваше здоровье или желание наставить окружающих «на путь истинный» любой ценой?

Сделайте осознанный выбор и успокойтесь. Вы можете выбрать душевное спокойствие при маленькой зарплате — это будет отличный выбор, потому что стоит ли ради денег расходовать свою нервную энергию? Или вы можете выбрать новую работу с большей зарплатой, а сопутствующие этому волнения будете рассматривать как возврат в юность с ее неумными желаниями, а что может быть лучше этого?

В случае с замужеством девушка должна осознанно решить, что ей дороже. Она может выбрать свободу, но при этом должна найти себе занятие на все последующие вечера и ночи и не переживать, если порой рядом с ней никого не окажется. Либо она может выбрать замужество, заранее согласившись, что ей придется жертвовать частью своей независимости и даже получать от этого удовольствие (а иначе семейная жизнь превратится в битву за независимость, но это будет поведение человека, не осознающего последствий своих поступков). И так далее. Сделайте выбор и успокойтесь — Жизнь любит улыбающихся, она помогает им достигать их истинные цели.

И не превращайте свою жизнь в постоянные переживания по поводу того, правильный ли вы сделали выбор — это будет проявлением идеализации своего несовершенства и приведет к самым огорчительным последствиям. Примите, что все ваши решения изначально правильны! Вы не можете ошибиться, ведь вы общались через подсознание самыми высокими советчиками! Ваше решение — самое правильное из всех возможных, что бы ни говорили по этому поводу окружающие люди, и какие бы сомнения вам не подбрасывала ваша «словомешалка». Вас ждет только успех!

Если целей нет

Если предыдущее упражнение позволили выявить ваши истинные цели и принять осознанные решения, то все замечательно, можно идти дальше и начать заявлять Жизни, к чему вы стремитесь.

Хуже дело обстоит, если вы не смогли выявить ни одной значимой для вас цели. Если в результате выполнения упражнения вы все-таки не выйдете на устраивающие вас (в сознательном состоянии) цели, то вы можете дополнить предыдущее упражнение следующими.

Упражнение “Я-МИЛЛИАРДЕР”.

Приготовьте ручку и листок бумаги.

Примите удобную позу за столом, расслабьтесь и остановите бег мыслей. Представьте себе, что вы получили в наследство сто миллиардов долларов. Попробуйте определить, какие первые

пять шагов вы сделаете, получив такие практически неограниченные ресурсы. Запишите эти шаги.

Проиграйте мысленно, что произойдет через год, если вы предпримите именно эти пять шагов.

Если вам при прочтении этих строк кажется, что это очень легкое упражнение, то мы хотели бы отметить, что это вовсе не так. Желания большинства людей не идут дальше «Мерседеса», квартиры или загородного дома, и поездки на Багамские острова. Кроме того, это чисто потребительские цели, на которые не нужны такие большие средства. Есть ли у вас какие-то тайные желания, требующие практически неограниченных ресурсов? Это чисто потребительские желания, или вам захотелось сделать что-то большое и светлое для людей?

Предлагаемое упражнение помогает «вытащить» из нас скрытые желания и потребности (слабую связь с дальними эгрегорами) и более четко понять, на какую же вершину вам стоит карабкаться в первую очередь.

Если это упражнение тоже не дает желаемых результатов, предлагаем вам выполнить еще одно, более жесткое.

Упражнение “ПОСЛЕДНИЕ ДНИ”

Примите удобную позу, расслабьтесь, остановите бег мыслей. Представьте себе, что вы проходили клиническое обследование и врачи совершенно точно установили, что вам осталось жить всего 6 месяцев. У вас не будет болей, вы будете чувствовать все это время себя хорошо, но затем жизнь все-таки покинет вас.

Итак, смерть неизбежна. Что нужно и можно сделать за оставшийся срок? Попробуйте определить, какие дела вы обязательно должны успеть сделать за отведенное вам время. Запишите их. Еще раз мысленно пройдитесь по своей жизни, вспомните наиболее запомнившиеся хорошие и плохие события из своего настоящего и прошлого. Что еще вы забыли сделать очень важное и нужное? Запишите это. Попробуйте расставить эти дела по степени их важности.

После этого обязательно мысленно проиграйте следующую ситуацию: неожиданно к вам приходит известие, что врачи ошиблись. Они перепутали ваши анализы с анализами совсем другого человека. Вы совершенно здоровы и будете жить еще не менее ста лет. Вы заканчиваете выполнение упражнения с ощущением здоровья, успеха и с хорошим настроением.

Это очень сильное упражнение, позволяющее вытащить из подсознания ваши самые затаенные мысли и желания. Но после его выполнения вы обязательно должны проиграть "счастливый конец". А то в соответствии с Первым принципом вы можете притянуть к себе какое-нибудь негативное событие, которое вам совсем ни к чему, у вас и без этого забот хватает.

В результате выполнения упражнения вы опять-таки должны выявить одно-два наиболее значимых и важных для вас события, которые вы будете формировать в первую очередь.

Заявите Жизни о своем выборе

А теперь настало самое время заявить Жизни (и эгрегорам), что же вы выбрали из всего многообразия ваших целей и желаний.

Если помните, второй принцип методики учит нас: «Карабкайся на одну вершину!», то есть выбери одну цель из множества и сосредоточься только на ней.

Это был бы отличный вариант, но люди не могут жить одной целью, одним желанием, так не бывает. Человек, живущий только одной целью, говорящий только о ней, думающий только о ней, называется фанатиком. Он выпадает из общества людей, которые живут множеством интересов, и может находиться только в обществе себе подобных. Так ведут себя религиозные фанатики — ни говорят и думают только о Боге, все остальное их не волнует. Так ведут себя фанатики азартных игр — они думают только об игре и ищут любую возможность погрузиться в

игру. Так ведут себя наркоманы (фанатики трансвых состояний) — их мало что волнует, кроме наркотиков. Так ведут себя фанатики бизнеса — они думают и говорят только о деньгах, все остальное им чуждо. Так ведут себя фанатики спорта — спорт и есть их жизнь, и так далее. Всем этим людям хорошо только в компании себе подобных, и они выпадают из общества других людей.

Фанатики есть, но их немного, и мы не будем рассматривать их проблемы. Мы ориентируемся на жизнь обычных людей с их множеством обычных желаний — иметь интересную и престижную работу, большой доход, свой дом, хорошую семью, вырастить детей и дать им хорошее образование, обеспечить себе старость, иметь возможность хорошо отдохнуть и так далее. На какую вершину карабкаться обычному человеку в первую очередь?

Ответ здесь прост: выбирайте то, что волнует вас сегодня больше всего, и ставьте эту вершину первой. Но все остальные вершинки подстраивайте к ней, иначе они будут подстраиваться без вашего желания или контроля.

То есть **составьте список ваших целей и желаний** — это и будет своего рода Заявлением Жизни о том, к чему вы стремитесь и на что готовы тратить свои жизненные силы.

Выбирайте по одной из вершин в разных сферах жизни. Таких сфер немного, всего 5–6, и вы можете иметь цели в каждой из них.

Рисунок. Стоит человек, перед ним ряд горок. На первой — автомобиль, на второй за ней — квартира, на третьей — путевка на море и т. д.

Например, ваша цель **в сфере денег и работы может иметь вид**: «Я получаю интересную работу с доходом в 5000 (10000, 20000 — выбирайте сами) тысяч рублей (или долларов, Жизни все равно)» — выбирайте тот доход, который реально вам нужен и вы готовы приложить усилия к его достижению.

Какой доход указать в своем Заявлении Жизни? У Жизни вроде бы есть множество денег, так почему бы не попросить сразу побольше? Здесь есть одна общая рекомендация: **то, что вы хотите получить на ближайшем этапе, не должно превышать ваш нынешний доход более чем в 3–5 раз**, иначе вы внутренне не поверите, что достойны такого результата. То есть у вас внутри возникнет страх, что вы не достойны таких результатов, и этот страх заблокирует вам возможность найти соответствующую работу. А вот увеличение дохода в полтора-два раза не будет казаться вам чем-то недостижимым, и вы легко достигнете эту цель, если поставите ее перед собой. А потом снова увеличите свой доход в два раза, потом еще в два раза, и так далее. «Step by step», то есть «шаг за шагом», как учат нас множество людей, достигших желанных результатов постепенно.

И эта рекомендация возникает не из-за того, что вы чего-то недостойны или Жизни чего-то жалко для вас. Она бы и рада дать вам сразу в десять раз больше, но вы не возьмете сами — не поверите, что этого достойны, что это — для вас. Только единицы людей имеют такую высокую самооценку, что требуют сразу многого, и если правильно заказывают, то и быстро получают — таков путь людей, сделавших стремительные карьеры в бизнесе или в искусстве. Но это путь единиц, и у них тоже были свои ступеньки, только побольше. А большинству наших читателей мы рекомендуем не ставить перед собой сразу грандиозные цели — вы сами не пустите их к себе, и в итоге разуверитесь в своих возможностях. Разгоняйтесь потихоньку, и все будет замечательно.

Следующая сфера нашей жизни — это **любовь, семья, дети**. Если у вас есть здесь какие-то цели, то четко сформулируйте их. Например: «Я выхожу замуж за любящего меня и любимого мной обеспеченного мужчину». Или «Я налаживаю отношения с мужем и снимаю мои претензии к его увлечению компьютером». Или «Я встречаю юношу (девушку) моей мечты и мы вместе едем отдыхать на острова». И так далее.

Затем может быть заказ из **сферы здоровья** («Я нахожу врача, который помогает мне навсегда избавиться от боли в спине», **увлечений** («Я делаю роскошную фотографию, которую публикуют все журналы»), **развития способностей** («Я играючи изучаю новый язык за шесть месяцев»), и так далее.

Запишите все ваши цели по степени их значимости в свой органайзер на первую страницу, поместите их в заставку своего компьютера, распечатайте на отдельном листке и положите так, чтобы они попадались вам на глаза каждый день. И **перечитывайте их каждый день** — это и будет очередное напоминание эгрегору о том, к чему вы стремитесь.

Сделайте коллаж из красивых фото, в котором будут отображены ваши цели, и повесьте его на видном месте. Ежедневно находите несколько минут и представляйте (визуализируйте), что вы уже достигли желанной цели и получаете удовольствие от этого. В общем, **сделайте так, чтобы вы как можно чаще вспоминали о желанной цели и испытывали при этом только положительные эмоции** (а не страх или отчаяние, как обычно). Тем самым вы привлечете к выполнению своих желаний самые высокие эгрегоры, и они постараются сделать так, чтобы вы не имели оснований для негативных переживаний. У вас все будет прекрасно!

Чтобы научиться правильно формулировать и информировать Жизнь о своих целях, рекомендуем выполнить следующее упражнение.

Упражнение “Мои ближайшие цели”.

Сформулируйте одно-два утверждения, в которых будет содержаться необходимое вам событие. Это может быть короткая фраза, содержащая не более семи-восьми слов, в которой должна заключаться ваша ближайшая цель из любой сферы жизни. Например, ваша цель может иметь вид: "У меня захватывающая работа!", или "Я зарабатываю 2000 долларов в месяц", или "Я получаю трехкомнатную квартиру!", или "Я легко и свободно разговариваю с любыми начальниками!" и т. д. и т. п.

Выбранные утверждения вы должны постоянно повторять в течение дня по 10-100-1000 раз, как мантру или молитву. Выбранные утверждения можно повторять громким или тихим голосом, шепотом или даже про себя. Важно только делать это не монотонно и заунывно, а максимально эмоционально.

Упражнение можно выполнять дома в спокойной обстановке, во время поездок в общественном транспорте, перекуров, заседаний, утром во время зарядки и вечером перед сном. Можно повторять свой заказ во время выполнения утренней зарядки, во время приема контрастного душа (высокоэнергетическое состояние!) и в любое другое время.

Чем дольше вы будете повторять свое утверждение, тем лучше все близлежащие эгрегоры будут знать, чего же вы хотите в этой жизни. Соответственно, они смогут скоординировать свои усилия и помочь вам достичь желанной цели.

С точки зрения психологии многократное повторение одного и того же утверждения действует как механизм самопрограммирования. Ваш организм запоминает, чего или каким вы хотите быть, и приступает к исполнению полученной команды.

Понятное дело, что на этом этапе движения к цели вы можете использовать все ваши знания из области планирования, менеджмента, маркетинга и любых других сфер практической деятельности. **Планирование есть процесс своеобразного «заказа» Жизни того, что вы планируете.** Раздумывая много времени над разными пунктами плана и над тем, как их реализовать, вы тем самым будете концентрировать свое внимание и мысли на желанной цели, и обеспечите возможность вашим незримым покровителям помочь вам достичь желанный результат.

Напомним еще раз, что, раздумывая над деталями плана, вы должны мыслить только позитивно. Даже рассматривая варианты нарушения вашего плана, вы всегда должны находить

устраивающие вас выходы из сложных ситуаций. Будьте позитивны при любом варианте развития событий, и все сложится отлично.

И, понятное дело, не нужно забывать о седьмом принципе Методики формирования событий «У Бога нет других рук, кроме ваших!». То есть совершайте какие-то действия на пути к желанной цели, и тогда вашим покровителям будет легче организовать вам нужное событие.

Требования к формулировке цели.

Вы, наверное, обратили внимание, каким образом были сформулированы цели в приведенных выше примерах. И это не просто так, поскольку существуют определенные правила формулирования цели. Если их нарушать, то результат может быть совсем не таким, как вы ожидаете. Эти правила не сложны, но их соблюдение гарантирует, что вы не совершите типичных ошибок на пути к желанной цели. Итак, когда вы заявляете Жизни о своем желании, то,

- **ставьте цели только по отношению к себе.** Не включайте свои цели других людей — они могут желать совсем другого, и ваш заказ не реализуется. Например, не работают заказы типа: «Мой ребенок хорошо учится и заканчивает школу с отличными оценками», «Мой муж начинает зарабатывать много денег» или «Моя мама перестает вмешиваться в мою жизнь». Не начнет учиться, не заработает, не перестанет вмешиваться, поскольку совсем не стремятся к этому и не желают изменяться. Заказ типа «Я зарабатываю много денег, чтобы помочь моим родителям» тоже реализуется слабо, поскольку ваши родители не просили много денег для себя. Жизнь исполняет только то, что вы попросите для себя и будете использовать это с удовольствием для себя.

- **в формуле заказа упоминайте о себе,** то есть там обязательно должно присутствовать слова «я», «мне», «меня». Иначе ваш заказ как-то реализуется, но вас там не будет.

- **при формулировке цели не используйте отрицательные частицы «не» и «нет».** Просите то, что вам нужно, а не пытайтесь избавиться от того, что вам мешает. Например, не работает заказ типа: «Я хочу не болеть». Болеть не хотите, а чего хотите взамен? Непонятно, возможны варианты. Например, хотите помереть (шутка). Или быть здоровым. Если хотите быть здоровым, так и заявляйте Жизни, не давайте ей варианты для многозначного толкования вашего заказа.

Это самые простые рекомендации, существует множество других, более подробных [1], но на этом этапе освоения методики формирования событий их будет достаточно. Воспользуйтесь ими, и Жизнь с удовольствием придет вам на помощь в достижении ваших целей. Если же с этим возникнут трудности, то задумайтесь, правильно ли вы оценили последствия своего заказа и нет ли у вас других, более глубинных желаний, которые блокируют приход требуемого результата. А мы пока пойдем дальше.

Типичные ошибки при формулировке целей

Здесь мы хотим остановиться на нескольких типичных ошибках, которые совершают люди на пути к желанным целям.

Одна из них заключается в нарушении второго принципа методики. В нашей жизни очень много соблазнов, и хочется прожить ее так, чтобы ничего не прошло мимо тебя. В результате жизнь большинства из нас напоминает бег одновременно во все стороны. Одновременно хочется зарабатывать побольше и заниматься интересным делом, достичь успехов в спорте и пользоваться успехом у девушек (мужчин), иметь большую квартиру или собственный дом, ходить на яхте по океану и заседать в парламенте (или получать награды) и так далее. В итоге для реализации каждой из многочисленных целей остается совсем немного времени и сил, и у подавляющего большинства людей результаты получаются более чем скромные. В методике формирования событий эта ситуация трактуется как **неопределенность выбора целей.** Это

типичная ошибка, когда вы хотите сразу всего. Так не бывает, к сожалению. У нас не хватит энергии, чтобы «оплатить» исполнение всех наших желаний сразу.

Мы уже давали рекомендацию ограничить свои цели несколькими сферами жизни. Поэтому тщательно проанализируйте все ваши жизненные цели, выберите из них 2–5 наиболее значимые, и сосредоточить все усилия на их достижении (помните третий принцип — "Карабкайся на одну вершину!"). Эффект может быть поразительным.

Но это произойдет только в том случае, если вы выберете действительно важные для вас, истинные цели, а не те, которые сформированы мнением окружающего вас общества, средствами массовой информации, желанием "быть как все" (например, замужем) и т. д.

Вторая типичная ошибка — это **постановка нереальных** целей. Например, вы можете захотеть стать президентом страны. Но если при этом у вас только девять классов образования и паническая боязнь выступлений перед большой аудиторией, то эта цель наверняка нереальна, и достичь ее в обозримый период времени не поможет никакая методика. Выбирайте реальные цели, то есть те, которые вы можете себе представить. И вы получите удовольствие после реализации, а не стресс. Если вы поставили перед собой такую цель, при исполнении которой вы будете испытывать хронический стресс, то Жизнь уберезет вас от него — ваша цель не реализуется. И незачем переживать по этому поводу — вас уберегают от больших и нерадостных потрясений.

Еще одна типичная ошибка — **некорректный заказ**. Это может быть слишком общая формулировка типа «Хочу любви!». Сделав такой посыл Жизни, вы ждете, что она пошлет вам любовь в виде симпатичного и обеспеченного блондина с большим счетом в банке. Но, поскольку вы просили всего лишь любовь, а свободных блондинов под рукой не оказалось, Жизнь спокойно может подарить вам страстную любовь со стороны бомжа с соседней улицы или даже любовь со стороны соседской собачки — вы ведь не указали, какая именно любовь вам требуется.

Точно так же страстный призыв «Хочу денег» без указания, о каких именно деньгах идет речь, может привести к тому, что вы найдете на улице банкноту в один доллар, и тем самым ваш заказ будет выполнен! Хотя вы так считать не будете — какие же это деньги!

Небольшое наблюдение

Опыт многолетнего использования методики формирования событий показал, том, что, поскольку эгрегоры созданы людскими мыслями, то они **функционируют примерно так, как бы функционировал человек при исполнении вашего задания** — конечно, если бы он обладал возможностями эгрегора.

А как обычно поступают люди, когда им поручают сделать какое-то дело, и не имеется возможности реально проконтролировать исполнение? Скорее всего, они постараются **либо увернуться от работы, либо сделать ее с наименьшими для себя усилиями**. К сожалению, по нашим наблюдениям, именно так нередко поступают и эгрегоры, особенно если в вашем «накопителе переживаний» совсем не пусто. Если они и берутся за выполнение вашего задания, то **стараятся выполнить его так, как проще им**, особенно если формулировка задания была достаточно общей.

Например, вам срочно нужны деньги и вы обращаетесь со страстной просьбой вам помочь в примерно такой форме “Боже, дай мне денег, чтобы купить очки (телевизор, лекарство и т. п.)!”. Если просьба была высказана достаточно энергично, то, например, на следующий день вам на работе могут выписать премию, но реально получить ее на руки вы сможете только через несколько месяцев. Или ваш родственник пообещает подарить вам денег на эту покупку — когда они у него появятся. С точки зрения эгрегора просьба удовлетворена — деньги вам выписали или обещали. А что вы их сразу не получили — ваша проблема, ведь вы в своей просьбе не

указали нужный вам срок получения денег! Именно так могут поступать эгрегоры, особенно низкие — ведь они питаются энергиями людей, не отличающихся особыми моральными качествами.

Поэтому при формулировке заказа постарайтесь быть предельно конкретны и указывайте все значимые параметры вашего заказа. Иначе вы оставляете эгрегорам-исполнителям слишком большую свободу в трактовке формулы вашего заказа. В итоге он будет исполнен, но иногда так, что вы этого даже не заметите. И будете считать, что Жизнь не обращает на вас внимания и вы не можете ничего сформировать. Можете, но делаете это неправильно.

Заказы разного типа

Следующее рекомендация касается возможного исполнителя вашего заказа. То есть исполнителем будет, конечно, эгрегор, но будет неплохо, если вы укажете ему, на кого из людей лучше всего воздействовать для решения вашей проблемы. Если вы, конечно, знаете такого человека.

Как мы уже рассказывали, главный инструмент эгрегора — это мысли, которые он подбрасывает в головы потенциальным исполнителям вашего задания. Но иногда он выбирает в исполнители вовсе не того человека, который сможет решить вашу проблему так, как вам этого бы хотелось.

Здесь нужно сделать следующее замечание. В принципе возможны два варианта формулировки задания: **задание для абстрактного исполнителя и задание для конкретного человека.**

Мы работаем с абстрактным исполнителем

Первый тип задания имеет вид: “Я хочу в Австралию!” Хочу, и все! А кто и как будет исполнять мое желание, мне все равно. Такая формулировка дает эгрегору очень большую свободу действий, и он может исполнить его так, что вам и в голову не придет, что заказ уже исполнен. Поэтому, хотя использование задания с абстрактным исполнителем удобнее как заказчику (т. е. вам — не нужно думать об исполнителе), так и эгрегору, но результатами реализации задания могут остаться недовольны обе стороны. Или одна сторона, но чаще это будете именно вы.

Поэтому мы и рекомендуем **как можно четче формулировать, что же вам нужно**, и многократно мысленно проигрывать получение того, к чему вы стремитесь. Тогда ваш эгрегор будет знать, что же вы хотите в действительности, и ему трудно будет увернуться от четкого выполнения задания. И все рекомендации, которые мы давали ранее, относятся именно к этому варианту исполнения заказа. Собственно, **в этом и состоит особенность использования методики ФС** — она позволяет достигать своих целей с **минимальными усилиями**, поскольку человек просто заявляет, что ему нужно, и какой-то из эгрегоров берется это исполнить.

Осторожнее с влиянием на других людей

Второй тип задания, где вам нужно указывать конкретного исполнителя вашего желания, требует значительно больших энергетических усилий. Достоинством этого подхода является то, что вы можете четко сформулировать задание и проконтролировать его исполнение. Но это и более сложный и затратный путь постановки задания эгрегору, поскольку вы лишаете его возможности маневра. Он должен воздействовать только на того человека, на которого вы указали, а это иногда бывает чрезвычайно сложно и может потребовать от вас огромных усилий. Кроме того, на этом пути встречаются определенные сложности.

Чтобы идти по этому пути, вы должны четко выяснить, **кто же из людей и каким образом может решить вашу проблему** — это первое условие успешного выполнения вашего заказа. После этого вы формулируете свой заказ типа “Иван Иванович повышает мне оклад до пятисот долларов в следующем месяце” и начинаете максимально эмоционально посылать его всем

сотрудничающим с вами эгрегорам. А они уже будут вселять эту мысль в голову Ивана Ивановича. И чтобы Иван Иванович не очень удивлялся, с какой это стати он должен поднять вам оклад, вам в соответствии с Седьмым принципом нужно самим сходить к Ивану Ивановичу и попросить его о повышении оклада. Соединение просьбы на физическом плане с воздействием с Тонких планов может дать прекрасные результаты.

Но это только в том случае, если вы **правильно вычислили потенциального исполнителя вашего заказа**. На деле так бывает не всегда. Например, вы заказали повышение оклада Ивану Ивановичу, а в действительности установкой размера оклада заведует Семен Семенович, который ничего о вашей проблеме не знает и знать не хочет. В случае такой ошибки эгрегор ничего не сможет поделать — вы попросили его воздействовать на Ивана Ивановича, он воздействовал, а дальше ваши проблемы.

Поэтому второе условие успешного выполнения вашего заказа имеет вид: **потенциальный исполнитель должен иметь реальные возможности исполнить ваш заказ**. Т. е. Иван Иванович, которого вы просите о повышении оклада, кроме прав на повышение оклада **должен обладать реальными возможностями это сделать**, т. е. в нашем примере у него в распоряжении должны быть достаточные денежные средства. Если в его организации сегодня нет денег, то никакое воздействие не сможет выполнить ваше заказ. При неправильном расчете возможностей исполнителя вашего заказа может возникнуть ситуация, описанная в старом анекдоте, когда гипнотизер на спор заставлял человека выбросить из окна телевизор. Человек сначала выбросил радиоприемник, потом холодильник, а потом высунулся в окно и закричал: “Ну нет у меня телевизора, нету!”. Если телевизора нет, то никакой гипнотизер (или эгрегор) не сможет заставить его выбросить. Так и с деньгами. Если денег нет, то Иван Иванович при любом воздействии не выдаст вам повышенный оклад. Разве что продаст свою машину или квартиру и станет давать вам свои личные деньги, но ведь вы не этого хотели!

Поэтому повторяем: **при формулировке заказа с указанием конкретного исполнителя нельзя ошибаться при выборе исполнителя!** Если не знаете точно, кто может выполнить ваше пожелание, то **лучше указать должность или даже организацию**, где работает исполнитель вашего заказа. Пусть эгрегор сам по вашей “наводке” выберет исполнителя и окажет на него нужно вам воздействие. **Не нужно указывать слишком высокое должностное (или иное) лицо в качестве исполнителя вашей просьбы**. Как бы вы ни просили, президент страны или премьер-министр не будут хлопотать о повышении вашего оклада или о выдаче вам дополнительной жилплощади — это вопрос не их компетенции. Большинство наших запросов могут решить местные начальники, или даже не начальники, а их сотрудники. Определите их, и половина проблемы решена. Потом сделайте реальные шаги к достижению вашей цели и добавьте “жару” с Тонких планов — и вот решение у вас в кармане (или в кошельке).

Подобные заказы неплохо исполняются, когда ваше желание не противоречит внутренним целям и желаниям того, кого вы назначили исполнителем вашего заказа, а являются для него как бы нейтральными. Например, если Иван Иванович не является владельцем предприятия, и желаемые вами пятьсот долларов он не должен выкладывать из своих доходов, то он легко может пойти на повышение вашей зарплаты. Не свои же деньги отдает такому хорошему человеку, как вы! Если же он является собственником предприятия, и ваш заказ уменьшает его личную прибыль, причем на заметную сумму, то ждите сложностей. Он наверняка любит деньги (потому он и владелец бизнеса) и расстанется с ними очень тяжело. А ваш заказ вступает в явное противоречие с его устремлениями. Кто здесь победит, сказать трудно.

Точно так же вы не можете заставить государственного чиновника назначить вам пенсию или пособие выше, чем это положено по закону. Он всего лишь винтик большого государственного механизма, и не может по своему усмотрению увеличивать или уменьшать

ваши доходы, как бы вы на него ни воздействовали. Подобные заказы явно не реализуются.

Другой вариант. Вы (представитель женского пола) влюблены в Петра, а Петр горячо любит, но не вас. Все попытки заставить эгрегоров переключить его внимание на вас, скорее всего, не дадут никакого результата. Петр имеет право на свой выбор, и никто не может навязать ему какое-то другое решение.

Другое дело, если Петр женат, и с женой у него совсем неважные отношения, брак держится на детях, общем имуществе или еще каких-то сдерживающих факторах. Сердце Петра открыто, и вы можете попробовать прописаться туда, делая энергетические посылы, в которых написано: «Моя любовь к Петру разжигает ответную любовь в его сердце!». Попробуйте. Может, и разожжете что-то, особенно если там еще есть чему гореть.

И не забывайте, что общий принцип отношения к происходящему мы уже формулировали: «в каждый момент времени я нахожусь в Раю и радуюсь тому, что смог сотворить себе сегодня. Но в будущем я приложу усилия и немного модернизирую свой Рай в желанную для меня сторону».

А теперь пришла пора подвести очередные итоги.

ИТОГИ.

1. На этом этапе работы нужно заявить Жизни свои цели с тем, чтобы она могла прийти вам на помощь.

2. Поскольку в первую очередь Жизнь исполняет наши истинные желания, нужно знать, чего мы хотим на самом деле. Для осознания этих желаний можно использовать любые способы, включая прямое обращение к подсознанию с помощью метода автоматического письма.

3. Если вы выявили, что ваши истинные желания расходятся с теми целями, которые вы ставили перед собой, то нужно принять решение, что именно вы выберете. Жизнь устроит любой ваш выбор, лишь бы он привел к появлению спокойствия и радости в вашей душе.

4. Сделав выбор, вы должны заявить Жизни, чего вы хотите достичь в разных сферах своей жизни. Количество ваших целей не должно быть слишком большим, иначе исполнение каждой из них отложится на неограниченный срок.

5. Существуют определенные требования при формулировании своих целей, которые позволяют избежать слишком вольное толкование вашего запроса теми незримыми исполнителями, которые всегда приходят нам на помощь.

4.5 Повышаем свою энергетику

На следующем этапе работы вы должны сделать так, чтобы ваш мысленный энергетический посыл был услышан теми исполнителями, которые могут прийти вам на помощь. Для этого он должен быть достаточно сильным, чтобы не затеряться в бесчисленном хоре мыслей типа «Хочу того! Хочу этого!», которые одновременно посылают миллиарды живущих на планете людей.

Очень хорошо повышают энергетику некоторые психологические тренинги, где с помощью специальных приемов ведущие раскачивают внутренний потенциал участников тренинга. После тренинга участники находятся в высокоэнергетическом, эйфорическом состоянии, и все их цели реализуются очень быстро.

Но, к сожалению, внешняя энергетическая «накачка» обычно действует всего два-три месяца, потом требуется повторять процедуру. Люди становятся зависимы от тренингов и стремятся участвовать в них вновь и вновь.

Мы предлагаем другой подход — самостоятельную работу по повышению внутренней энергетики. Если вы используете эти рекомендации, то ваше будущее будет зависеть только от вас! От вашего желания и от приложенных усилий. Мы даем инструмент для работы над собой один раз и на всю жизнь. Возьмете ли вы его — решать вам.

Повышение внутренней энергетики и уверенности в себе

Срок реализации задуманных вами событий напрямую зависит от того, с **какой внутренней энергией вы будете идти к их реализации**. Если вы очень уверенный в себе, энергичный и целеустремленный человек, то задуманное вами может реализоваться буквально через несколько дней. Но подобные люди редко изучают методики, подобные нашей — им это просто незачем. А люди с массой сомнений и переживаний всегда имеют низкую внутреннюю энергетику, и сроки реализации даже самых горячих их желаний (если они есть вообще) растягиваются на многие годы. Отсюда возникает простой вывод: для ускорения формирования нужных вам событий необходимо использовать специальные упражнения, направленные на увеличение вашего энергетического потенциала. Подобные упражнения как раз рекомендуется освоить на следующем этапе изучения методики формирования событий.

Внутренние сомнения — пожиратель жизненных сил

Очень большой урон нашей энергетике приносят внутренние сомнения и переживания типа “Все ли правильно сделал? А не сказал ли я чего лишнего? Правильно ли я сделала, что купила это платье?” и т. п. **Внутренние сомнения, являющиеся результатом неконтролируемой работы вашего собственного ума — главный пожиратель ваших сил и здоровья.** Непрерывно сомневающийся и, главное, пытающийся путем постоянных внутренних рассуждений прийти к обоснованным решениям человек, чаще всего мало приспособлен к процветанию в нашей жизни. Непрерывно работающая “словомешалка” отнимает у такого человека время и энергию при полном отсутствии видимых результатов.

Это вовсе не значит, что мы призываем вас ни в чем не сомневаться и всегда иметь суждение по любому поводу. Сомнение — удел мыслящего человека. Мы только пытаемся вас убедить, что решать проблемы нужно не с помощью своей “словомешалки”, а с помощью более сильных и сведущих сил. Но для разрешения своих сомнений и вопросов с помощью подсознания (то есть с помощью управляемой интуиции), вы должны уметь заставить замолчать свой ум и освободить в голове место для получения ответов на ваши вопросы.

Мощная энергетика — гарантия успеха

Человек с мощной энергетикой может по своему желанию выходить на контакт с любыми эгрегорами, в том числе с очень высокими, и буквально “заставлять” их исполнять свои

желания. Такие люди есть, но их мало и они обычно не придают значения своим возможностям. А ведь если бежать сразу во все стороны, нарушая второй принцип Методики формирования событий, то даже при самой высокой энергетике можно очень долго ждать исполнения желаний. Зато если соединяется высокая энергетика и одна цель, то она может реализоваться буквально на следующий день.

Увеличивать мощность своей энергетики можно разными способами. Очень хорошо в этом помогают различные восточные гимнастики, в особенности “цигун”. Можно использовать дыхательные упражнения из йоги или из ребефинга.

В йоге особое внимание уделяется понятию “прана”. Слово “прана” в переводе с санскрита означает “жизненное дыхание, жизненная энергия”. Согласно древнеиндийским воззрениям, при дыхании человек вбирает в себя не только кислород, а еще и некую энергетическую субстанцию, которая и называется “прана”. Эта энергия, вдыхаемая человеком вместе с воздухом, передается разным органам тела и перерабатывается ими, образуя в совокупности внутренний «пранический ток».

Мы тоже хотим предложить вам одно из известных йоговских дыхательных упражнений.

Упражнение “ДЫХАНИЕ ПО-ТРЕУГОЛЬНИКУ”.

Одним из наиболее эффективных приемов по набору энергии в йоге является дыхание “по-треугольнику”, что означает разделение цикла дыхания на три этапа: вдох-задержка-выдох и затем многократное повторение этого цикла.

В различных источниках приводятся разные рекомендации по длительности этих этапов. Наш опыт показывает, что лучше всего использовать одинаковые длительности этапов и держать их кратными числу ударов сердца — 6 ударов (по 6 ударов на вдох, 6 ударов задержка и 6 ударов выдох). Если эта длительность не вызывает затруднений, попробуйте увеличить длительность этапов до 8, 10 или даже 12 ударов сердца.

Если вы проводите упражнение к комнате с большими настольными или настенными механическими часами, то в качестве единицы отсчета можно взять “тиканье” часов. Один “тик-так” обычно соответствует примерно одной секунде. Один этап цикла должен длиться также 6 (8,10,12) “тик-таков” часов.

Выполнять упражнение можно стоя или лежа.

Дыхание должно выполняться довольно свободно, без сбоев и напряжения. Вдох производится по схеме: заполняется воздухом низ живота, затем средняя часть, затем верхушка груди до отказа. Выдох — в обратной последовательности: верхушка-середина-низ.

Во время выполнения упражнения с помощью “внутреннего взора” или “луча внимания” нужно мысленно посылать потоки энергии из легких во все органы и части вашего тела — в том числе в больные органы для их излечения. Можно осуществлять дыхание через больные органы, то есть представлять себе, что воздух входит и выходит через этот орган (глаза, печень, колено и т. д.).

Если выполнять его перед сном, то вам будут сниться красочные цветные сны. Упражнение можно выполнять во время ходьбы — тогда длительность этапа регулируется числом шагов. Количество циклов дыхания “по-треугольнику” — 5-10 за один раз, иначе может закружиться голова от переизбытка кислорода.

Выполнять упражнение желательно постоянно, но для повышения своей энергетики и получения эффекта нужно делать его ежедневно в течение не менее, чем месяц.

Дыхательные упражнения дают общее, неизбирательное повышение энергетики. Вы будете чувствовать себя бодро, уверенно, хорошее настроение не будет покидать вас. Эффективность реализации ваших пожеланий при этом повысится в несколько раз.

Для зарядки внутренней энергии широко используются приемы визуализации, то есть

представления себе, что потоки энергии из внешней среды входят в ваше тело и заполняют его.

Например, если вас одолевают сомнения на почве личных взаимоотношений или вы хотите произвести впечатление своей веселостью и свежестью суждений, то рекомендуем заряжаться легкой и приятной энергией.

Упражнение “КОСМИЧЕСКАЯ ЭНЕРГИЯ”

Станьте прямо, потянитесь и отпустите мышцы тела, закройте глаза.

Представьте себе, что прямо из далеких глубин Космоса вам на голову опускается столб слегка светящейся прозрачной энергии. Подобные столбы вам приходилось видеть в грозовую погоду, когда отдельные лучи Солнца пробиваются в редкие отверстия между темными тучами. Поток энергии, поступающий в вас по этому столбу, может быть окрашен в приятный для вас цвет.

Золотистая энергия дает веселье, легкость, остроумие. Голубая или серебристая — решительность, внутреннее спокойствие, уверенность в успехе. Поступающая энергия наполняет вас целиком и изливается через ваше сердце наружу на окружающих, и особенно на того, кто вам нужен. Так можно даже возвращать или “привораживать” любимых.

Поток энергии должен быть с вами постоянно — когда вы работаете, едете в транспорте, отдыхаете и т. д. Вы должны стать как бы марионеткой — куклой, подвешенной на “нитке” энергетического потока.

Побудьте марионеткой несколько дней, и вы сами не узнаете себя, не говоря уже о ваших знакомых.

Можно заряжаться энергией от солнца, деревьев, воды и других объектов природы. В общем, хороши любые способы. Другое дело, что различные способы зарядки дают энергию различной “плотности” — в зависимости от того, через какие энергетические центры идет ваша усиленная энергоподпитка.

Соответственно, если вы собираетесь на свидание и вам нужно набраться смелости для любовного признания, вам нужна мягкая и нежная энергия — ее могут дать лучи заходящего солнца. Вот одно из упражнений, которое поможет в достижении такой цели.

Упражнение “ХРУСТАЛЬНЫЙ СОСУД”

** Встаньте лицом к восходящему или заходящему Солнцу.*

** Прищурьте глаза и постарайтесь сквозь них увидеть тонкий солнечный лучик, идущий от Солнца прямо к вам в глаза. Запомните этот лучик и закройте глаза.*

** Представьте себе, что ваше тело — это пустой хрустальный сосуд, который должен заполниться солнечной жидкостью. Начинать “залиться” солнечной жидкостью через солнечный лучик, который входит прямо в ваши глаза. Жидкость постепенно будет заполнять ноги, туловище, прольется в руки, затем заполнит голову и через макушку станет выливаться, создавая вокруг вас солнечный сияющий поток.*

** Если Солнце закрыто облаками или вы находитесь в помещении, можно представить себе лучик, приходящий сверху, и заряжаться от него.*

** По окончании упражнения, которое должно длиться от 3 до 5 мин., сделать омовение лица раскрытыми ладонями.*

Для индикации степени “заполнения” хрустального сосуда солнечной жидкостью можно использовать руки с помощью следующих действий.

Упражнение “РУКИ-ИНДИКАТОР” (дополнительное к предыдущему).

Станьте прямо, полностью расслабьте руки и оставьте их “висеть” вдоль тела. Начинать выполнять упражнение “Хрустальный сосуд”. По мере “наполнения сосуда” ваши руки должны САМИ очень медленно начать подниматься по сторонам вверх. Это должно происходить только самопроизвольно. На сознательном уровне вы должны только наблюдать

за процессом поднятия рук вверх. Скорость подъема — снизу вверх не быстрее чем за 3 мин. Самое сложное место — от горизонтального положения рук до вертикального вверх, поскольку мышцы плеча не привыкли поднимать наши руки вверх, в особенности через стороны. Это положение можно в первый-второй раз пройти с некоторым сознательным усилием.

Руки сразу начинают самопроизвольно подниматься примерно у 60 % людей, остальным требуется для развития этой способности определенное усилие и время.

Это упражнение на зарядку “нежной” энергией. А вот если вы собираетесь выяснять отношения с начальством или с деловым партнером, причем желательно буквально навязывать вашим собеседникам необходимую вам точку зрения, то рекомендуем вам делать следующее упражнение.

Для выполнения этого упражнения желательно, чтобы вы на время его выполнения были в комнате одни и у вас была возможность пусть не очень громко что-то бормотать или даже выкрикивать, и при этом никто не будет прибегать и предлагать вызвать врачей-психиатров.

Упражнение “Я ЕСТЬ СИЛА!”

* Станьте прямо, поднимите обе руки к груди, сожмите кулаки и с силой бросьте их вверх, вниз или от себя (можно только одной рукой, по очереди).

* При этом с наиболее возможной для вас эмоциональностью и выразительностью буквально выкрикните короткую энергичную фразу типа: ”Я есть сила! Я есть энергия! Я хозяин (своей жизни)!” или “Я счастлив (богат, весел, преуспеваю)!”. Текст может быть и более практичным типа: ”Я начальник отдела!”, “Я сдаю отчет!” или “Я самая сексуальная!”.

* Выполнить подобное действие нужно раз 5–6 подряд. Если его делать очень энергично, вы почувствуете буквально волны энергии, ударяющие вас изнутри в затылок.

Упражнение очень энергетично, но оно формирует у человека довольно жесткую энергию, необходимую военным, менеджерам, коммерсантам, политикам и просто людям, желающим продвинуться по службе или потребовать себе зарплату побольше. Его можно выполнять по несколько раз в день, в том числе непосредственно перед ответственными встречами или выступлениями.

Познаем себя

Следующий шаг на пути к повышению своей энергетики — убедиться, какой вы замечательный человек. Для этого нужно совсем немного — просто еще раз вспомнить, сколько разных вершин на своем жизненном пути вы уже одолели. И еще раз убедиться, что у вас всегда это получалось замечательно.

Нужно заметить, что большинство людей не вспоминает о своих успехах и сильно преуменьшает свои достижения, а делать этого ни в коем случае нельзя.

Чтобы помочь вам реально оценить свои достоинства и достижения, предлагаем вам выполнить несложное упражнение.

Упражнение “МОИ ДОСТИЖЕНИЯ”

* Возьмите лист бумаги и ручку. Разделите линиями лист бумаги (поперек листа) на три равные части. Над каждой из частей сделайте по одной из следующих надписей: 1) Мои положительные качества. 2) Чего я достиг? 3) Где я могу себя проявить?

* Примите удобную позу сидя за столом, расслабьте мышцы тела, остановите бег мыслей.

* Мысленно задайте себе вопрос: “Какими положительными качествами я обладаю?” и начинайте записывать в первую колонку появляющиеся ответы. Тут может быть доброта, веселость, открытость, настойчивость, умение сопереживать другим людям, желание помочь им и т. д. Сюда же могут войти и вполне конкретные ваши достижения — физическая сила, красота, умение играть в шахматы или разговаривать на иностранном языке, водить машину,

плавать, ловить рыбу, красиво писать или рисовать, играть на инструменте или петь песни и т. д.

Опыт показывает, что любой, даже самый скромный человек, может “накопать” в себе не менее **полтора десятка положительных качеств**. Так что особо не стесняйтесь, если не хватит одного листка, возьмите второй.

** Когда закончите заполнять первый столбец, переходите ко второму. Точно так же в состоянии расслабленности и остановки бега мыслей задайте себе следующий вопрос: “Чего же я достиг к настоящему времени?”.*

** Как только появятся первые ответы, начинайте их записывать, не отвлекаясь в воспоминания и обсуждения упущенных возможностей. Ваша «словомешалка» постоянно будет пытаться перехватить у вас инициативу и начать обсуждение каких-то проблем — не поддавайтесь на ее выпады. Во второй столбец вы должны записать **ВСЕ** мало-мальски значимые достижения вашей жизни. Это может быть поступление или окончание учебного заведения, женитьба или развод, покупка хорошей вещи или интересная поездка, встречи с интересными людьми или выполнение трудной работы, сочинение песни или поимка большого карася на рыбалке и т. д. и т. п.*

Как мы уже говорили, не существует человека, который не смог бы припомнить у себя десятка полтора-два достижений.

** Когда достижения перестанут всплывать у вас в памяти, без перерыва переходите к заполнению третьего столбца. Задайте себе мысленно вопрос: “Где бы я мог проявить себя лучшим образом?” и начинайте записывать появляющиеся ответы. Ответы опять же могут быть самыми разными. Может быть, вы видите себя выдающимся военачальником или видным политиком, проповедником или разведчиком, отцом десяти законных детей или преуспевающим Дон-Жуаном и т. д.*

** Неплохо, если записи из второго и третьего столбцов будут пересекаться и дополнять друг друга. Это будет означать, что вы записываете в третьем столбце не просто свои фантазии на тему “Кем бы я хотел быть”, а некоторые подтверждаемые вашими вполне конкретными успехами аспекты вашей реальной жизни и деятельности.*

Подобным образом любой человек может найти пять-десять видов деятельности, в которых его наверняка ждет успех. Если, конечно, он будет ими реально заниматься.

Общие затраты времени на выполнение упражнения — от 15 до 30 минут.

Когда закончите выполнение упражнения, нужно будет вернуться в обычное состояние сознания, вновь просмотреть и проанализировать записи. Мы уверены, что для вас будет большим откровением увидеть сразу все свои достоинства и достижения. **Людям свойственно забывать и преуменьшать свои достижения и концентрировать внимание на недостатках**, что снижает их энергетику и уверенность в своих силах.

Выполнение приведенного упражнения наверняка повысит вашу самооценку и уверенность в себе — т. е. увеличит вашу энергетику и облегчит общение с высокими эгрегорами.

Но не выбрасывайте эти листки с выполненным упражнением, а сохраните их! И записывайте в них ваши новые достижения по мере их появления. А если вы будете помнить и искать новые достижения, то они будут постоянно появляться в вашей жизни. И вы все больше и больше будете убеждаться, какой вы талантливый, успешный и просто выдающийся человек! Вы преисполнитесь чувством собственной значимости, а это и есть высокая самооценка, необходимая для быстрого достижения нужных вам целей.

И не забывайте, что рядом с вами находятся такие же выдающиеся и успешные люди, поэтому у вас нет никаких оснований смотреть на других людей с презрением или высокомерием. Это уже будет идеализация (то есть преувеличение) своих способностей, и

Жизнь будет вынуждена дать вам урок по разрушению этой идеализации. Поэтому рассуждайте просто: «Я — супер! И окружающие — супер!», хотя они могут и не догадываться об этом.

А нам пришла пора подвести очередные итоги.

ИТОГИ.

1. Срок реализации задуманных событий напрямую зависит от того, скакой внутренней энергией вы будете идти к их реализации. Поэтому всеми доступными способами нужно повышать свою энергетику и свою самооценку.

2. Чтобы повысить свою энергетику, первым делом нужно избавиться от постоянных сомнений и страхов. Приемы для остановки «словомешалки» мы уже рассматривали.

3. Следующим способом повышения своей энергетики является использование различного рода упражнений, в ходе которых вы будете визуализировать поступление в ваше тело потоков энергии от внешних источников, в качестве которых может выступать Солнце, деревья, горы, поля или открытые водоемы.

4. Для повышения своей самооценки очень важно зафиксировать на бумаге все ваши прежние достижения и постоянно пополнять этот список.

4.6 Достигаем желанный результат

Следующий, и последний этап методики формирования событий состоит в том, что вы должны открыться Жизни и еще раз заявить ей, к чему вы стремитесь. Но теперь уже не с помощью четкой формулировки желанной цели, а путем ощущения удовольствия от достижения желанного результата. Чтобы быстрее достичь поставленной цели, **нужно мысленно ощутить, что вы ее уже достигли!** И хотя она может быть еще только в процессе реализации, вы уже сейчас ощущаете удовольствие от того, что ваш замысел реализовался! Тем самым вы будете посылать Жизни позитивный сигнал о том, какую радость доставит вам достижение желанного результата.

Собственно, в этом утверждении нет ничего нового. Множество авторов говорят о том, что если вы хотите стать миллионером, то начинайте прямо сейчас ощущать себя миллионером. Думайте, рассуждайте, дышите, ходите, выглядите как богатый и преуспевающий человек. Причем делать все нужно без скидок, по полной программе — за исключением траты денег, которых у вас пока может не быть. Но они придут, если вы сможете играть эту роль достаточно натурально и долго. У вашего начальства возникнет желание повысить вам оплату, ваши партнеры станут больше доверять вам, и тем или иным способом деньги придут к вам.

Мы уже приводили пример с женщиной, которая стала вести себя, как беременная, и через некоторое время действительно забеременела. Точно также можно встретить любимого человека, если ощущать себя так, будто вы его уже встретили. Можно получить желанную работу, если вы ощущаете, что вы ее уже имеете. Можно развить свой бизнес, если вы заранее ощутите, как он развивается и приносит вам желанные доходы. И так далее.

На этом пути вам поможет следующее упражнение.

Упражнение “БЕГОМ К ЦЕЛИ!”.

Сядьте в кресло в свободной позе, расслабьте мышцы тела, остановите бег мыслей. Представьте, что поставленная вами цель уже достигнута. Для этого попробуйте увидеть и осознать себя в желаемой обстановке (встреча с любимым, осмотр новой квартиры, прибытие на Сейшелы и т. п.). Ощутите себя полностью в этой обстановке, прислушайтесь к происходящему вокруг вас, прикоснитесь к окружающим предметам, ощутите их твердость, цвет, запах и т. д. Попробуйте заметить все особенности окружающей обстановки, какие люди, животные, растения вам встретились. В общем, попробуйте мысленно, как можно более реально, представить себе, как будет и должно происходить решение ваших проблем.

По завершению упражнения (через 10–30 мин.) вам нужно будет вернуться в нормальное состояние сознания с убеждением, что вы достигнете всего увиденного вами.

Этот ваш желанный результат прочитает эгрегор и в силу своих возможностей приступит к его исполнению. Как быстро этот заказ реализуется, зависит от частоты повторения выполнения этого упражнения, вашей энергетики и предпринимаемых вами в реальной жизни шагов.

Кроме того, нужно предпринимать усилия по повышению своей самооценки. Чем выше вы себя цените, чем лучше к себе относитесь, тем с большей внимательностью Жизнь будет выполнять ваши пожелания. Не может же она игнорировать такого значимого человека, как вы!

Думайте о себе лучше

Основная идея методики формирования событий по этому вопросу состоит в том, что **люди воспринимают нас такими, как мы сами думаем о себе.**

Если вас постоянно мучают сомнения и колебания, то все ваши действия будут нести на себе отпечаток этой неуверенности. Люди будут осознанно (или неосознанно) воспринимать вашу неуверенность и принимать соответствующие решения. Например, мало кому придет в

голову назначить вас на руководящий пост, связанный с непрерывным принятием решений, если принятие этих самых решений постоянно вызывает у вас дрожь в коленках и головную боль.

Все это означает, что вам **нужно сформировать и поддерживать ИМИДЖ и ощущения того человека, которым вы хотели бы стать.** Нужно думать о себе хорошо, и тогда Жизнь будет постоянно подтверждать ваши мысли.

Понятно, что это не так просто сделать, как посоветовать. Поэтому предлагаем вам выполнить некоторые упражнения, направленные на улучшение вашего мнения о себе.

Для начала неплохо будет узнать, чего же все-таки не хватает такому выдающемуся человеку, как вы. Причем речь пойдет не о материальных или иных потребностях — их мы уже выявили в предыдущих разделах методики. Нет, здесь речь пойдет о том, каких **качеств личности** вам недостаточно, чтобы успешно достигать все поставленные вами же цели. Или какие качества вашей личности мешают вам достичь поставленной цели. Чтобы получить все это в явной форме и использовать в последующей работе, предлагаем вам выполнить еще одно упражнение.

Упражнение “КАЧЕСТВА МОЕЙ ЛИЧНОСТИ”

* Возьмите лист бумаги и разделите его вертикальной линией пополам. Над левой половиной листа сделайте надпись: “Черты моего характера, от которых я хотел(а) бы избавиться”. Над правой половиной листа напишите: “Черты характера, которые я хотел(а) бы приобрести”.

* Примите удобную позу за столом, расслабьте мышцы тела и остановите бег мыслей.

* Мысленно задайте себе вопросы: “Какие черты характера мешают мне жить? От каких качеств моей личности я хотел(а) бы избавиться? Какие особенности моей личности мешают мне достигать поставленные цели?”.

* Задав себе эти или подобные вопросы, вы должны спокойно сидеть и ожидать, когда ваше подсознание начнет выдавать вам ответы на заданные вопросы. Ответы записывайте в первый столбец. Эти ответы могут быть самыми разными. Вам могут подсказать, что вам мешает жить ваша горячность или вспыльчивость, невыдержанность или грубость, излишняя уступчивость или мягкотелость и т. д. Может быть, вам мешает жить излишняя полнота или маленький рост, лысина или близорукость, язва желудка или излишний рост и т. д. Ответы могут быть любыми, но они **обязательно должны касаться вашей личности, а не обстоятельств** окружающей жизни.

* Когда вы выпишите все свои недостатки, без остановки переходите к выяснению того, чего же вам еще не хватает. Мысленно задайте себе вопросы типа: “Каких качеств мне не хватает, чтобы успешно достигать поставленные цели? На кого мне нужно быть похожим? Какие качества мне нужно выработать?”. Если вопросы заданы, то ждите появления ответов от вашего подсознания. Как только ответы появятся, тут же, не обсуждая и не критикуя, записывайте их во второй столбец таблицы. Может быть, вам не хватает решительности или привлекательности, веселости или громкого голоса, напористости или самоуверенности, коммуникабельности или скромности и т. д. Любой человек может найти пять-десять качеств, которыми он хотел бы обладать. Тем более что вы наверняка представляете себе, какими качествами должен обладать человек, смело идущий к достижению выбранной вами несколько ранее цели.

* Когда новые мысли перестанут появляться у вас в голове — а это должно быть не ранее чем через 10–15 минут после начала выполнения упражнения, можно вернуться в обычное состояние сознания и посмотреть полученные записи.

Когда вы полностью оценили свои достоинства и недостатки, вы смело можете переходить к отработке упражнений, помогающих вам **выработать у себя так необходимые вам качества**

личности. Но упражнения эти будут в духе всей нашей методики — в основном это будут упражнения на построение и использование различного рода мысленных моделей.

Один из таких приемов — использовать для воздействия на собеседника **образ нужного вам человека.** Чтобы научиться это делать, предлагаем вам несколько раз выполнить следующее упражнение.

Упражнение “ИДЕАЛ”

** Из результатов выполнения упражнения “Качества моей личности” выберите два-три самых важных, которые обязательно нужны вам для достижения поставленной цели.*

** Теперь попробуйте представить себе человека, в полной или даже чрезмерной степени обладающего набором нужных вам качеств. Может быть, это будет образ вашего знакомого, известного киноактера, политика и т. д.*

** Если знакомых с подобным набором качеств нет, то придумайте себе такого **идеального человека**, который обладает нужными вам качествами. Представьте себе его жизнь, манеру одеваться, ходить, разговаривать, смеяться и т. д.*

** Теперь представьте, что этот человек занялся решением вашей проблемы. Несколько раз мысленно «проиграйте» развитие необходимого вам события с участием этого человека. У него все получается очень хорошо и успешно.*

** Теперь представьте себе, что вы надеваете на себя образ этого человека и становитесь им. Почувствуйте себя в его «шкуре», походите по комнате, как он, посмейтесь, как он. Попробуйте хотя бы полчаса побыть этим идеальным человеком — смелым, напористым, обаятельным и еще каким вам нужно.*

Рисунок. Стоит красавец в стильной одежде. А внутри него — скорченный и испуганный мужчина в поношенной одежде.

Это упражнение очень близко к тому, что делают актеры, перевоплощаясь в заданную им роль. Ваше отличие от актера состоит в том, что вы должны не только перевоплотиться в этого Идеального человека, но и должны сами придумать сценарий развития события. Актер, режиссер, зритель — и все это вы в одном лице.

Выполняйте это упражнение (мысленно, в одиночестве) до тех пор, пока вы не **научитесь полностью перевоплощаться в созданный вами образ Идеального для ваших целей человека.** Не исключено, что вам потребуется образ нахала, скандалиста или бюрократа — такое тоже может быть, цели ведь у людей могут быть самые разные, а путей достижения обычно бывает еще больше. Как вы понимаете, это типичная ситуация для человека, стремящегося к достижению цели и занявшего жизненную позицию “Жизнь есть игра”.

После того, как вы научились перевоплощаться в Идеального человека, вы можете смело приступать к достижению выбранной вами цели. Как только события потребуют от вас демонстрации недостающих у вас качеств, вы извлекаете и надеваете на себя образ вашего Идеала.

Дальше уже должен действовать он, а **вы должны только исполнять его волю** и решения. Ответственность за все будет нести именно он, поэтому вы смело можете позволить ему поступать так, как он сочтет необходимым. И так каждый раз, когда вы будете предпринимать какие-то шаги к достижению вашей цели. Конечно, при этом все равно нельзя нарушать административный или Уголовный кодекс, иначе потом трудно будет доказать следственным органам, что все это сделали на вы, а ваш “Идеальный человек”.

Изменение обстоятельств окружающей жизни

На последнем этапе освоения методики формирования событий мы хотим рассмотреть еще один характерный вопрос: можно ли с помощью полученных знаний воздействовать на других людей? Или, выражаясь иначе, можно ли одному человеку «отключать» другого человека от

одних эгрегоров и «подключать» к другим?

Потребность в подобных ситуациях возникает довольно часто. Муж постоянно пьет и не поддается никаким методам воздействия — как вырвать его из “лап” низкого эгрегора алкоголизма? Любимый человек не обращает на вас внимания — как внушить ему, что он смотрит совсем не туда? Ребенок не хочет учиться, а тянется только к деньгам и развлечениям — можно ли как-то внушить ему общечеловеческие ценности?

Подобных ситуаций, когда нас не устраивает окружающая жизнь и мы пытаемся внести в нее свои коррективы, существует множество. И, видимо, ваши усилия не принесли до сих пор желанного успеха, иначе вам незачем было бы читать эту книгу.

Здесь возникает уже другой вопрос — а почему вас не устраивает окружающая жизнь? Не означает ли это, что у вас в голове имеется избыточно значимая модель того, какой эта жизнь должна быть? А раз жизнь не совпадает с вашими ожиданиями, значит, нужно ее исправлять. И вы бросаетесь в борьбу с Жизнью за достижение своих идеалов, испытывая при этом немало негативных эмоций.

Так было до прочтения этой книги. Но если все так же осталось и после ее прочтения, то мы зря старались. Или вы невнимательно читали первые главы нашей книги — перечитайте их снова. Собственно, эти слова вовсе не означают, что вы не должны иметь идеалов и не должны стремиться к их достижению, вовсе нет. Человек имеет полное право ставить перед собой и достигать любые цели — об этом мы уже не раз говорили. Вся сложность состоит в том, каким путем вы идете к своей цели: азартно, с уверенностью в победе, но допуская временный проигрыш и прислушиваясь к сигналам Жизни? Или напролом, с массой нерадостных эмоций и не допуская даже мысли, что ваша цель может быть не достигнута? Мы как раз не рекомендуем ходить по второму пути, там очень больно «воспитывают».

Поэтому на пути к цели есть полный смысл принять идеи предлагаемой технологии Разумной жизни, выявить и снять свои идеализации, занять подходящую жизненную позицию (например — “Жизнь есть игра”). В результате у вас в душе должно наступить спокойствие. При этом может быть так, что спокойствие наступит в душе только у вас, но не у ваших близких. Вы уже спокойны, но ваша цель никак не реализуется, то есть муж продолжает выпивать, ребенок панкует, любимый смотрит в другую сторону и т. д. В ваших играх вам пока что выпал проигрыш, но вы хотели бы обернуть его в победу. Можно ли в таких условиях пользоваться инструментами методики формирования событий?

Нужно сказать, что предлагаемая методика очень эффективно работает при формировании событий, касающихся вас самих (увеличение доходов, поиск любимого и т. д.). И значительно менее эффективна, когда нужно заставить какого-то другого человека принять нужное вам решение (или измениться нужным вам образом). Но, поскольку люди все равно будут пытаться применить предлагаемые подходы для влияния на других людей, то мы дадим некоторые рекомендации по достижению подобных целей.

Воздействуйте на окружающую среду

Например, в своих действиях мы рекомендуем руководствоваться следующим правилом:

ВОЗДЕЙСТВУЙТЕ НЕ НА САМОГО ЧЕЛОВЕКА, А НА ОКРУЖАЮЩУЮ ЕГО СРЕДУ!

Это правило говорит о следующем. Если вы хотите отучить какого-то человека от пьянства, а он сам этого не хочет, то вы можете попробовать строить мысленные модели, что этот человек бросил пить.

Тем самым вы вступите в «лобовую» борьбу с мощным эгрегором пьянства и попытаете перекрыть его канал к этому человеку. Если у вас сверхмощная энергетика, то, возможно, у вас все так и получится. Но людей с подобной энергетикой на Земле не так уж много. Для

остальных эгрегор пьянства окажется явно "не по зубам" (тем более, что вы явно осуждаете пьющего, то есть он дает вам урок по разрушению вашей идеализации отношений между людьми или идеализацию разумности поведения людей). Как раз приведенное выше Правило и рекомендует вам в таких случаях **идти обходным путем**. Попробуйте мысленно же представить себе **новую ситуацию**, в которой этот пьяница просто не сможет пить. Это может быть смена места жительства, приезд здоровых и непьющих родственников, дальняя поездка, появление острого интереса к какому-либо полезному делу и т. д. Если подобная модель выбрана, включайте в ход все свои возможности, энергию и позитивный настрой для ее реализации. Тогда вам смогут помочь ваши не очень сильные покровители в Тонком мире, поскольку им не придется вместе с вами вступать в схватку с низкими эгрегорами, а нужно будет заниматься обычным для них делом — формировать события по заказанной модели.

Когда будете заказывать нужную вам ситуацию, делайте это поаккуратнее, чтобы не получилось развития событий по известной присказке: лучшее средство от облысения — это гильотина.

Точно также и в остальном. Очень трудно внушить другому человеку, чтобы он полюбил вас, когда он на вас и не смотрит. Гораздо легче заказать ситуацию, в которой он **вынужден будет вплотную столкнуться с вами и оценить все ваши неисчерпаемые достоинства**. А там уже не нужно полагаться на эгрегоров или какие-то магические ритуалы, а нужно самой прикладывать усилия по обольщению вашего любимого.

И так во всем. Если вы овладели методикой ФС для себя, то для воздействия на других идите обходным путем: **создавайте нужную вам ситуацию, в которой этот человек вынужден будет поступать нужным вам образом**. Может быть, это несколько более долгий путь, чем нам бы хотелось, но лучше реальный результат через полгода, чем фантастический — никогда.

Не используйте свои возможности для негативных целей

При организации подобных ситуаций вы **ни в коем случае не должны использовать средства методики ФС для достижения негативных целей!**

Например, если какой-то человек очень «доставляет» вас и вы просто мечтаете, чтобы он провалился в тартарары или еще куда подальше, то ни в коем случае не пробуйте заказывать события, в которых этот человек заболевает, попадает в катастрофу, погибает и т. д. Это будет означать, что у вас есть идеализация отношений между людьми и этот человек вам ее разрушает. Вы должны быть ему благодарны за это, а вы желаете ему зла. Это неправильно.

Поэтому лучше представьте себе ситуацию, что этого столь нелюбимого вами человека повышают по службе и он переходит на другое место работы. Или он получает наследство и уезжает в далекую Амазонию. Или что-нибудь иное, но **только хорошее**. Достоин ли этот человек подобного развития событий — решать не вам. Вы просто подаете ему энергетическую милостыню таким образом, а уж как в действительности будут развиваться события и что он получит — это будет решаться в результате договоренности эгрегоров.

Выгода такого подхода состоит в том, что **ваши светлые мысли услышат высокие и сильные эгрегоры**. Они поймут, что вас нужно разлучить с этим человеком, и примут свои меры. Если же вы будете строить только отрицательные модели по наказанию этого человека, то будете находиться на связи только с низкими эгрегорами. А как раз для них этот человек может быть очень близок по духу, поэтому они вместо его наказания могут приняться за обработку вас самих. А ваши высокие эгрегоры ничем помочь вам не смогут, поскольку до них доходят только хорошие мысли.

Все изложенное выше мы сформулировали в очередное правило:

ПРИ ФОРМИРОВАНИИ СОБЫТИЙ, КАСАЮЩИХСЯ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ,

ЗАКАЗЫВАЙТЕ ТОЛЬКО ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ВАРИАНТЫ РАЗВИТИЯ СОБЫТИЙ!

Если вы не будете отступать от этого правила и будете правильно использовать весь инструмент методики ФС, то вероятность достижения нужной вам цели станет достаточно высокой. Но, конечно, достигается она не в один момент, как иногда бывает в случае использования более мощных магических средства типа гипноза или кодирования при лечении от пьянства. Но этими мощными техниками владеют только специалисты, а здесь мы даем инструменты для самостоятельной работы.

Таковы в самом коротком виде наши рекомендации по использованию методики формирования событий при воздействии на других людей. А сейчас нам пора подвести итоги.

ИТОГИ.

1. На следующем этапе применения методики формирования событий вам нужно еще раз заявить Жизни о том, как вы будете рады, если ваша цель будет достигнута. Для этого уже сейчас нужно мысленно ощутить, что вы уже получили то, к чему стремитесь.

2. Для повышения уверенности в себе рекомендуется выбрать образ идеального человека, который обладает набором качеств, необходимых вам для эффективного достижения желанной цели. И научиться ощущать себя таким человеком, особенно в те моменты, когда вы совершаете какие-то действия на пути к своей цели.

3. Если вы хотите помочь другому человеку, то воздействуйте не на него, а попробуйте сформировать такую ситуацию, в которой ваша цель может быть достигнута как бы сама собой.

4. При создании ситуаций для других людей желайте им только добра и процветания.

4.4 Техника безопасности при использовании помощи незримых сил

С одной стороны, предлагаемая технология разумной жизни, очень похожа на обычную психологическую теорию. Не переживай, сосредоточься на одной цели и иди к ней с улыбкой — эти и подобные рекомендации можно встретить во множестве книг по психологии. А психология, как известно, считает себя наукой вполне материалистической.

С другой стороны, в книге идет речь о таких малообъяснимых событиях, как духовные воспитательные процессы и о практическом взаимодействии с эгрегорами — это уже похоже на мистику.

Так что же это, мистика, религия или вполне земная психология? Мы предлагаем отнести технологию разумной жизни к передовой, нетрадиционной психологии. Мы сами называем первый раздел методики: «причинная диагностика событий жизни». Если помните, он состоит в том, чтобы выяснить, каким образом вы сами создали ту жизненную ситуацию, которую имеете сегодня. А затем выработать пути к достижению того, чего вы действительно желаете. В целом все это можно назвать «позитивной психологией», поскольку она ориентирована на людей, которые захотят и смогут мыслить позитивно.

Но, тем не менее, поскольку методика в чем-то нематериалистична, возникают некоторые вопросы. Например, о допустимости использования помощи эгрегоров для достижения ваших личных целей. Мы уверены, что многих из наших читателей одолевают подобные сомнения. И это совершенно справедливо, поскольку мы даем вам в руки некоторый очень действенный механизм, самиточно не зная, почему и как он функционирует.

Методика ФС — типичный “черный ящик”

Получается что-то вроде ситуации, когда человека подводят к большому "черному ящику" и говорят: “Дерни вот за эту веревочку, и вот оттуда выпадет конфетка (денежки, машина, квартира и т. д.)”. Человек дергает, и в ответ действительно что-то падает. Довольный человек быстро хватается это и столь же быстро удаляется, радуясь, что хоть в этот раз ему удалось надуть кого-то, а не наоборот, как бывает обычно.

Между тем, весь наш жизненный опыт протестует против такого подхода, поскольку мы все уже твердо знаем, что бесплатный сыр бывает только в мышеловке. Наш опыт общения с разными непонятными "черными ящиками" показывает, что у них всех есть где-то небольшая и часто незаметная сразу прорезь, в которую сначала нужно бросить жетон (деньги, карточку и т. п.), и только потом из него выпадет что-нибудь. В общем, сначала нужно заплатить, а потом уже требовать получения результата. И опять же наш опыт показывает, что, даже сначала заплатив, мы далеко не всегда получаем требуемое. А в предлагаемой методике ФС вопрос оплаты как-то остался за кадром: выбрал, что тебе нужно — построил мысленную модель — получил. Внешне все выглядит именно так.

Рисунок. Человек стоит возле черного ящика и тянет за ручку, торчащую сбоку. А из ящика высовывается рука, сложенная ладошкой — Дай!

Как и чем платим за помощь

Но, как мы уже говорили, наш взор начинает искать повсюду ту самую прорезь, в которую сначала нужно совать монеты. Ведь нам с самого раннего детства объяснили, что в этом мире **ничего не возникает из ничего**. Или по-иному: если в этом месте что-то прибыло, то всегда найдется место, откуда это убыло. Или, выражаясь еще более конкретно, возникает вопрос: **какова будет плата за успешное использование методики ФС?**

На этот вопрос мы отвечаем честно: точно не знаем. Точнее, мы тоже подозреваем, что

плата эта существует, и что **мы уже платим за то, что пользуемся услугами наших высоких покровителей**. Чем платим — не очень сложно догадаться. Поскольку помощь нам оказывают эгрегоры, питающиеся нашей мысленной энергией, то им нужно одно — **чтобы вы о них думали**, благодарили, расширяли круг почитателей этого эгрегора и т. д. Именно это вы будете делать, если станете руководствоваться в жизни основными принципами методики ФС.

Другой наш покровитель, которого мы ранее называли «смотритель», заботится о чистоте нашей души, то есть о том, чтобы мы не судили себя и окружающий мир. Если с соблюдением этого требования у вас все в порядке, то ваш «смотритель» будет заинтересован в том, чтобы в порядке поощрения помочь вам достичь те немногочисленные цели, которые у вас остались после изучения изложенного в этой книге материала. Если вообще что-то осталось.

Так что получение помощи от Жизни — дело вполне допустимое, и иногда даже взаимовыгодное. Многолетнее использование нами методики ФС показывает, что при соблюдении определенных правил "техники безопасности" она совершенно безопасна.

В частности, нас успокаивают следующие соображения.

Стучите, и вам подадут

Во-первых, нас успокаивает то обстоятельство, что в принципе обращение к Жизни за помощью или содействием не возбраняется, например, в христианстве. В подтверждение приведем выдержку из Нового Завета на эту тему:

"Просите, и дано будет вам; ищите, и найдете; стучите, и отворят вам; ибо всякий просящий получает, и ищущий находит, и стучащему отворят" (Новый Завет, Евангелие от Матфея).

Как видите, вся методика ФС является прикладным руководством по применению этой заповеди. Именно в смысле использования нашей методики становится понятен смысл слов: «стучите, и отворят вам». «Стучаться» можно только к высоким покровителям, и если делать это грамотно, с соблюдением приведенных выше требований и рекомендаций, то вам обязательно "отворят".

Все равно приходится просить

Во-вторых, даже без прочтения нашего пособия **вы все равно все время используете методику ФС**, только делаете это неэффективно и с плохими результатами. Вам все время что-то нужно, вы об этом думаете и доступными вам способами стремитесь к удовлетворению ваших потребностей. И все равно вы непрерывно взаимодействуете с разными эгрегорами, заставляя их метаться в тщетной попытке исполнить ваши многочисленные и кратковременные запросы.

Иначе наше взаимодействие с покровительствующими нам эгрегорами можно представить в виде ситуации, когда полуслепые склеротики приходят в большой магазин купить себе обновку по потребности. Они выбирают себе что-то, потом бредут в кассу и оплачивают покупку, но тут же теряют чек, забыв ее получить. Потом оплачивают следующую покупку, опять теряют чек и т. д. Любезные продавцы (эгрегоры) подбирают наши чеки и пытаются по ним понять, что же мы хотели купить. Они иногда все же вручают нам покупки, но не всегда угадывают правильно, и мы вместо желанной квартиры получаем хорошую работу или незваную любовь. Присмотритесь, нет ли вас среди этой картины?

Инвалиды — это мы, наша оплата — это наши мысли и эмоции, а наши несостоявшиеся покупки — это наши переменчивые желания, которые мы оплатили, но забыли получить.

А поскольку платить все равно приходится, так не лучше ли воспользоваться услугами наших покровителей и получить от их усилий максимальный эффект для себя? Именно на это и направлена методика ФС.

Техника безопасности при общении с эгрегорами

Кроме того, методика содержит несколько специальных правил Техники Безопасного

общения с эгрегорами, которые помогут вам избежать ошибок и не попасть “воспитательные” меры вашего собственного “смотрителя”.

Первое правило ТБ

Первое правило безопасного обращения с эгрегорами говорит:

НИКОГДА НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ СВЯЗЬ С ЭГРЕГОРАМИ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ НЕДОБРЫХ ЦЕЛЕЙ!

Мы уже приводили это правило в предыдущем параграфе, где рекомендовали заказывать другим людям только хорошие события. Будете заказывать другим неприятности — сами получите их, поскольку низкие эгрегоры только и ждут от вас подобных просьб и с радостью возьмутся помочь вам в осуществлении подобных планов. И вполне возможно, что эти планы реализуются, если, конечно, ваша жертва не находится под покровительством более высоких и мощных эгрегоров.

Но в любом случае вас ждет неминуемая расплата за низкие замыслы и деяния! Низкие эгрегоры питаются энергиями страха, страданий, несчастий, и получив (или не получив) порцию от вашей жертвы, они обязательно вернуться к вам и постараются получить такую же порцию от вас. Вы можете заболеть, попасть в катастрофу, быть ограбленным или избитым, потерять работу, деньги и т. п. только в результате того, что некоторое время назад желали зла кому-то из своих близких или знакомых людей. Причем, чем больше энергии или практических действий вы сделали для достижения зла, тем мощнее будет обратный «прилет». Откуда ждать его — совершенно непредсказуемо, все зависит от развития событий на тонких планах и позиции вашего собственного “смотрителя”. Но подобная расплата неминуема, и вам должно быть это понятно после прочтения первых глав нашей книги. Внешне это выглядит как «наказание» за грехи или как «воспитательный» процесс за ваши идеализации, а эгрегоры являются теми «инструментами», которые реализуют эти процессы.

Не нанесите вреда даже случайно

Кроме случаев сознательного заказа несчастий другим, что мы категорически не рекомендуем вам делать, возможны **варианты несознательного нанесения вреда другому человеку**. Такая ситуация может возникнуть, когда вы при достижении своих целей причиняете несчастье другому человеку. Подобных ситуаций допускать нельзя!

Поясним это утверждение на примере. Допустим, вы женщина и вам понравился мужчина, за которого вам очень захотелось выйти замуж. Но он, к сожалению, уже женат и брак довольно устойчив. Имея большое желание и используя приемы нашей или любой другой методики, вы вполне можете развести его и женить на себе. Но при этом вам придется разрушить его прежнюю семью, что явно не вызовет большого энтузиазма его жены. Скорее наоборот, она приложит все силы для сохранения семьи и обрушит все возможные проклятья на голову разрушителя ее семейного благополучия. Т. е. все проклятья приложатся как раз к вашей особе и не факт, что они пройдут для вас без следа, особенно если вы будете хоть немного испытывать чувство вины из-за своего поступка.

Поэтому при выборе своих целей постарайтесь сделать так, чтобы **при их реализации никому не было плохо!** А подобные выходы можно найти. Например, вы формируете событие, при котором жена вашего любимого сама влюбляется в другого человека и с удовольствием дает развод мужу. И не забывайте на пути к желанной цели занимать позицию игрока, готового как к победе, так и к проигрышу.

Второе правило ТБ

Второе правило техники безопасности дает нам рекомендации по поведению в случае, когда вас приглашают (или провоцируют) вступить в конфликт. Мы уже рассматривали конфликт с энергетической точки зрения, здесь мы применим немного иной подход.

Когда на вас идет нападение в любой форме, то вы можете выбрать несколько разных тактик поведения. Самая стандартная реакция — войти в конфликт и дать обидчику достойный ответ. Но так бывает в основном только в боевиках стиля «action», когда «обиженный» супермен вступает в схватку с обидчиками и разносит их всех в мелкую щепу, невзирая на их количество, вооружение и т. д.

В жизни, к сожалению, дела чаще всего обстоят наоборот. Когда человек нападает на кого-то, он наверняка ощущает свою силу и пользуется поддержкой низких эгрегоров. Если вы вступаете с ним в конфликт, то вы должны быть уверены, что ваши силы (в том числе на Тонких планах) ничуть не слабее сил нападающего. В противном случае ваш проигрыш неизбежен, а само участие в конфликте отнимет у вас массу сил и энергии.

Если вы не чувствуете уверенности в своей правоте и в победе, то лучше **постараться вернуться от участия в конфликте**. Как это сделать — существует множество способов, в подробностях описанных в психологической литературе. Мы можем только коротко перечислить некоторые из них — постарайтесь "не услышать" нападающего или свести все в шутку, молча «проглотить» оскорбление или прикинуться ничего не понимающим дурачком и т. д. В этом случае вы не "сядете на канал" к низкому эгрегору агрессивности и зла, который только и ждет от вас, что вы возбудитесь и вступите в конфликт. Ему этого только и надо! Радостно подхихкивая и потирая ладони (или то, что у него там есть), он поочередно будет закачивать в вас и в вашего обидчика порции энергии злобы и агрессивности и снимать «сливки» вашей взбудораженной низкой энергетике.

Если же вы увернетесь от конфликта, вы сознательно перекроете канал поступления в вас низких энергий и заставите с уважением относиться к вам не только низких, но и высоких эгрегоров. Они **могут обратить на вас свое внимание и помочь вам в этой жизни**, особенно если вы будете руководствоваться принципами методики ФС.

Поэтому второе правило техники безопасного общения с эгрегорами может быть сформулировано следующим образом:

НЕ ВСТУПАЙТЕ В ССОРЫ И КОНФЛИКТЫ, ИНАЧЕ ВЫ НЕ ПОПАДЕТЕ ПОД ПОКРОВИТЕЛЬСТВО ЖИЗНИ!

Почему этого нельзя делать, вы уже знаете. Для самых забывчивых повторим: испытывая негативные эмоции (а как иначе можно ссориться?) вы привлекаете внимание низких эгрегоров, и они будут прикладывать все усилия, чтобы вы и в будущем оставались их «кормильцем». То есть чтобы у вас было побольше причин для ссор и вы занимались этим увлекательным делом хоть всю жизнь, к сожалению, обычно не очень длинную и не очень здоровую.

На этом мы заканчиваем рассказ об основных идеях методики формирования нужных вам событий с помощью силы мысли.

Конечно, здесь мы пересказали далеко не все наработанные идеи и рекомендации методики ФС. Это и не являлось задачей данной главы. Как нам представляется, основной задачей было показать, как в действительности происходит взаимодействие между нашим «смотрителем» и Жизнью (в лице эгрегоров), которые оказывают вполне реальное влияние на нашу жизнь. Надеемся, что нам это удалось.

А сейчас нам пора подвести самые последние итоги.

ИТОГИ.

1. Многолетний опыт использования методики формирования событий показывает, что она является реальным механизмом установления сотрудничества между Жизнью и человеком при достижении им своих личных целей. Инструментом Жизни являются эгрегоры, которые либо способствуют достижению наших целей, либо препятствуют им.

2. Помощь Жизни, как и любая другая помощь, должна быть оплачена. Вы оплачиваете

помощь эгрегоров тогда, когда вы думаете о них, благодарите их и всячески демонстрируете свою благодарность за поддержку.

3. Чтобы не попасть под целенаправленное или случайное негативное воздействие со стороны низких эгрегоров, необходимо соблюдать Основное требование, которое предъявляет к нам Жизнь — не иметь идеализаций.

4. Использовать помощь Жизни при достижении своих вполне прикладных целей допустимо на определенном уровне нашего духовного развития. Искать этот уровень не нужно, поскольку при переходе на следующий уровень у вас сама собой отпадет потребность в достижении любых целей.

4.8 Некоторые типичные заблуждения

И в заключение мы хотим сразу ответить на несколько типичных вопросов, которые возникают у людей после прочтения предлагаемой технологии разумной жизни.

Можно ли вообще чего-то желать?

Первый вопрос может иметь вид: «Если все так сложно и запутано, то можно ли вообще иметь какие-то желания? Может быть, нужно ограничить свои потребности до минимума и довольствоваться тем, что подает нам Жизнь (Бог, Высшие силы)?»

Ответ довольно прост. Той же Жизни (Богу, Высшим силам) совершенно все равно, будете ли вы жить в отдельном особняке или ютиться в лачуге, питаться дома или в хорошем ресторане. Вы можете с удовольствием жить в лачуге и тем самым радовать Жизнь и себя. И можете ходить с перекошенным от зависти лицом по своему трехэтажному дому, и все потому, что у ваших соседей лучше вид из окна, чем у вас. И наоборот, вы можете радоваться своему большому дому и ненавидеть свою лачугу, и так далее.

Наличие или отсутствие каких-то материальных благ не делает человека счастливее и радостнее. Но при удовлетворении его потребностей в еде, жилье или безопасности оснований для радостной жизни у него все же становится больше. И Жизнь рада помочь человеку получить любые материальные и прочие ценности, лишь бы он жил и получал удовольствие от своей жизни.

Поэтому желать и стремиться к удовлетворению любых своих желаний можно. Нужно только не забывать порадоваться достигнутому и поблагодарить Жизнь за заботу о вас.

Чем отличается идеализация от цели?

Следующий типичный вопрос: «Чем отличается идеализация от цели? Ведь к желанной цели нужно стремиться изо всех сил. Не станет ли она идеализацией?»

Ответ на этот вопрос вытекает из определения идеализации: идеализация — это такая избыточно значимая ценность, при нарушении которой человек начинает испытывать длительные негативные переживания. То есть вы можете иметь любые ценности и стремиться к их достижению любыми доступными вам способами — это не идеализация.

Но вот если на пути к желанной цели, будь то деньги, любовь, власть или любая другая ценность, вы встретите препятствия и начнете испытывать длительный эмоциональный негатив — тут-то ваша цель станет идеализацией. Со всеми вытекающими из этого духовными воспитательными процессами со стороны Жизни.

Если же вы спокойно отнесетесь к препятствиям, воспримите их как сигналы Жизни и скорректируете свой путь достижения желанного результата, то никаких проблем не возникнет. У вас нет длительных переживаний, значит, нет и идеализации. И рано или поздно вы получите желанный результат — если, конечно, он вам еще будет нужен.

Нужно ли всегда смиряться

Следующий вопрос. «Основное требование, которое предъявляет к нам Жизнь, состоит в том, чтобы принимать ее такой, какая она есть. Значит ли это, что когда мне хамят, бьют, отбирают у меня деньги или унижают любым другим способом, то мне нужно тихо терпеть и принимать все таким, какое оно есть? Или можно как-то защищаться, дать сдачи?»

Ответ здесь прост. Вы можете выбрать любую стратегию поведения, лишь бы она не проводила к большому накоплению эмоционального негатива в вашей душе.

То есть вы можете принять унижения, если считаете, что заслужили их, и не будете потом мучиться от обиды или желания отомстить. Например, в годы гражданской войны большевики закрывали монастыри и расстреливали множество монахов. И монахи, вполне взрослые и

сильные мужчины, предпочитали принять смерть, чем «губить душу», вступая в борьбу за свою жизнь и испытывая при этом неминуемые негативные эмоции.

Но ведь читатели этой книги — не монахи, и делать такой выбор им совсем не обязательно. То есть **вы имеете полное право защитить себя**, свое достоинство или имущество любыми доступными вам средствами. Важно только делать это не со злобой или ненавистью, а с более позитивными эмоциями. Например, с внутренним сочувствием к тем людям, которые творят зло по отношению к вам. Они творят то, чего не ведают.

То есть, если вы видите, что ваш деловой партнер очень любит деньги и хочет забрать себе вашу долю, то вы имеете право защищать свои интересы любым способом — через конфликт, суд, привлечение третьих лиц и так далее. Важно только делать это не с гневом или желанием отомстить, а с внутренним сочувствием к вашему партнеру за то, что он оценил деньги выше человеческих отношений. И даже с благодарностью ему за то, что он указал вам на одну из ваших идеализаций.

Понятно, что на начальной стадии конфликта вы неминуемо будете испытывать эмоциональный негатив, вы не монах. Это допустимо. Важно только, чтобы ваши переживания не затягивались на недели, месяцы или годы — это будет свидетельствовать о наличии у вас явной идеализации отношений между людьми, или какой-то еще.

Так что защищать свои права и интересы можно, нельзя испытывать длительный эмоциональный негатив.

Должны ли меняться окружающие люди

«Я долгое время обижался на своих родителей (вариант — начальника, делового партнера, друга) за их поведение. Теперь я понял, что они дают мне уроки, простил их и перестал их осуждать. Значит ли это, что они теперь должны измениться и перестать вести себя по-прежнему?»

Ответ на этот вопрос очевиден: никто никому в этом мире ничего не должен. И никто не обязан меняться только от того, что вы кого-то простили и перестали обижаться. С какой стати должны меняться ваши родители, если вы все время обижались на их тотальный контроль и попытки указать вам, как вам вести себя? Ведь они явно делали это не со злобы или желания сделать вам хуже, а наоборот, старались защитить вас от ошибок и помочь принять правильное решение.

Понятно, что при этом они исходили из своего воспитания, образования, личного опыта и других собственных убеждений. Возможно, времена изменились и их советы устарели, а вы выросли и хотите совершать свои собственные ошибки (не довольствуясь чужими). Так почему они должны перестать заботиться от вас только от того, что вы наконец-то перестали на них обижаться? Вовсе не обязаны. Они по-прежнему будут пытаться лезть во все ваши дела и давать вам советы, они просто не умеют жить по иному! А вот обижаться на это, или быть благодарным им за их заботу, выбирать вам. До сих пор вы выбирали обиду, теперь выбрали прощение, и что из этого? Никто не обязан меняться только от того, что вы изменили некоторые свои внутренние установки.

Правда, иногда так бывает. Например, вы осуждали мужа за выпивку, и он в порядке борьбы за права личности выпивал все больше и больше. Теперь вы сняли все претензии к нему, внутренне (да и внешне) позволили ему пить столько, сколько он хочет. В итоге ему некому и нечего будет доказывать и, не исключено, что он прекратит или уменьшит свое питание.

Так может быть, но не нужно ждать, что он обязан бросить пить только из-за того, что вы перестали его осуждать! Не обязан. Его могут осуждать и другие люди (мать, отец, дети) и он может продолжать бороться с ними, но вас это уже не должно волновать. Другое дело, что после принятия и прощения вам нужно задуматься, стоит ли вам дальше оставаться с этим человеком?

Ведь он наверняка останется таким до конца своих дней. А вам это нужно?

То есть наша методика предназначена для самосовершенствования и повышения личной успешности, а не для изменения окружающих людей, не забывайте об этом.

Как выходить на контакт с конкретными эгрегорами?

«Поскольку исполнителями наших желаний выступают эгрегоры, то есть ли какой-то специальный ключ, или способ, или ритуал, чтобы обратиться к конкретному эгрегору и договориться с ним о помощи? Например, договориться с эгрегором азартных игр о крупном выигрыше в лотерею? Или договориться с эгрегором фондового рынка о том, чтобы он подсказал курс акций некоторых компаний на месяц вперед? Как договариваться с конкретными эгрегорами?».

Никаких тайных правил или ритуалов проведения переговоров с эгрегорами не существует. Кроме одного: процесса долгого и целенаправленного размышления о том, к чему вы стремитесь, что хотите получить. Это и есть ритуал настройки на эгрегор. Если вы долго и сосредоточенно размышляете о чем-то (планируете свою деятельность, представляете себе желанную цель или ощущаете удовольствие от ее достижения), то вы своими мыслями и эмоциями привлекаете к себе соответствующих исполнителей, которые в нашей методике называются эгрегорами.

Примерно так на рыбалке вы должны сначала прикормить место, чтобы туда пришла крупная рыба, а потом сможете поймать ее. Если же вы суетитесь и пытаетесь поймать рыбы много и сразу, то вам будет попадаться одна мелочь.

Так и при формировании событий. Если ваши мысли и желания сумбурны и кратковременны, то серьезные эгрегоры вряд ли бросятся помогать вам. Чтобы добиться серьезного результата, нужны немалые целенаправленные усилия — мысленные и вполне реальные, в соответствии с седьмым принципом методики формирования событий.

Приемлемо ли для христиан

И, наконец, последний вопрос: *«Можно ли использовать методику формирования событий христианам?».*

Ответ прост: можно, поскольку она ни в чем не противоречит ни христианству, ни исламу, ни любым другим системам верований. Она не религиозна, не использует никакие религиозные ритуалы, обращения к каким-то богам и прочие религиозные атрибуты. В этом смысле она больше похожа на научно разработанную технологию повышения личной успешности.

С другой стороны, вся первая часть методики представляет из себя расширенное толкование известной христианской заповеди: не суди, да не судим будешь. Она поясняет, что «судить» можно не только в суде, но и в повседневной жизни. И что наше любое раздражение, уныние или вина и есть то самое суждение, которое необходимо избегать христианам. А мы рассказываем, как можно выявить свои суждения и как можно от них избавиться. И заодно от духовных воспитательных процессов, которые применяет к нам Жизнь, чтобы научить нас не судить.

На этом мы заканчиваем рассказ о том, как понять уроки Жизни и стать ее любимчиком. Надеюсь, вы сделали для себя правильные выводы и Жизни не придется давать вам новых уроков духовного воспитания. А будет она отныне исполнять все ваши желания легко и быстро. Успехов вам!

Заключение

Вот и закончилась наша книга. Конечно, мы не успели рассказать очень многое. Мало примеров, пояснений, упражнений. Но основные идеи методики Разумной жизни мы все же сумели донести до вас. Надеемся, вы нашли здесь немало полезного для себя, сумели по новому взглянуть на некоторые события своей жизни. И сумели сделать какие-то **выводы на будущее**, чтобы не повторять одних и тех же ошибок, чтобы Жизни не пришлось еще раз применять свои «воспитательные» процессы по отношению к вам.

Ищите, что подходит именно вам

Возможно, что-то вызвало ваши сомнения, где-то вы увидели противоречие по сравнению с тем, что читали или знали ранее. Это нормально. Абсолютной истиной не владеет никто, мы все находимся на пути к ее постижению. Поэтому вы имеете полное право использовать все, что вам известно, что вы прочитали или услышали. Не нужно верить на слово никому, проверяйте все на своем личном опыте. Если у вас получается то, что вам обещают, то все замечательно, берите и пользуйтесь. Если не получается, то смело отбрасывайте и ищите что-то свое.

Рекомендуем попробовать

В свое время и мы так поступали. Результаты этих поисков приведены в этой книге. Вы можете взять их и дополнить ими свою систему взглядов на мир, пользоваться нашими рекомендациями. Единственный совет — **не ограничивайтесь просто прочтением книги**. Это даст эффект, но слабый. Попробуйте хотя бы **месяца два-три** руководствоваться теми идеями и рекомендациями, которые изложены в книге. Мы уверены, что результат будет более чем замечательный! Но если результата не будет, то ищите что-то еще. Люди очень разные, и то, что подходит одному, может совсем не годиться другому.

Но сначала все же попробуйте полноценно использовать нашу методику хотя бы в течение трех—пяти месяцев. Мы уверены, что вы не пожалеете затраченного времени и усилий, как не пожалели сотни тысяч наши последователи во многих странах мира. Ваша жизнь чудесным образом изменится, вы станете понимать причины происходящих с вами событий и сможете заказывать себе такую жизнь, на какую у вас хватит смелости. И вы ее получите!

Наша методика не объясняет все

В начале книги мы указывали, что мы рассматриваем только **типичные ситуации в жизни людей**. Из рамок предлагаемой методики выпадают такие события, как гибель младенцев или детей, массовая гибель людей в катастрофах, в результате стихийных бедствий или террористических актов. Понятно, что у всех погибающих там людей не было переполнения "накопителя переживаний" и, тем не менее, они погибли досрочно, во всяком случае, с нашей точки зрения. Пока что мы не можем внятно объяснить, почему именно эти люди стали жертвами террористов или стихийных бедствий, а другие по каким-то причинам остались живы.

Но подходы к пониманию этих причин имеются, и со временем мы, наверное, найдем этому ясное объяснение. И научимся так управлять своей жизнью, чтобы не становиться случайной жертвой тех или иных массовых катастроф.

Но одно мы знаем твердо. Если в вашем накопителе будет не более 50 % и в вашей голове не будет страхов, то лично с вами ничего плохого не случится! Вы не попадете в катастрофу и не сядете в самолет, которым может что-то случиться. Вас минуют налоговые инспекторы и автоинспекторы не будут останавливать вашу машину. У вас не будет врагов или просто недоброжелателей. А если они появятся, то будьте спокойны — это Жизнь проверяет вас еще раз, правильно ли вы к ней относитесь. Если вы пройдете это испытание с улыбкой, то дальше все будет просто замечательно.

Тренинги, консультации, аудиозаписи

За годы работы по методике мы наработали множество дополнительных материалов и способов, помогающих людям быстрее освоить идеи нашей методики.

Эти материалы изложены в других книгах [1–7] где изложена полная версия того, что мы называем технология Разумной жизни. В других книгах подробно рассмотрено, каким образом люди создают себе проблемы в бизнесе или на работе, как мы губим свое здоровье и какие типичные ошибки совершаем в семейной жизни. И, естественно, приводятся рекомендации по изменению этих ситуаций к лучшему. Одна их книг является своеобразной Рабочей тетрадью, помогающей вам начать жить более осознанной жизнью.

Сегодня у нас есть большой опыт консультирования людей, уже знакомых с предлагаемыми идеями гармоничной жизни. Он показывает, что все легко понимается **по отношению к другим людям**. И очень **сложно — по отношению к себе**. Человеку самому бывает трудно вскрыть и признать неправильность своих взглядов на жизнь. Поэтому у нас работает Центр позитивной психологии «Разумный путь», специалисты которого проводят консультации по причинной диагностике длительностью 2–4 часа, в ходе которых человек ясно осознает свои ошибки и вместе с консультантом определяются пути к исправлению ситуации. Конечно, потом нужно работать над собой, мы не беремся решать ваши проблемы за вас — это бесполезно. Но если вы станете работать над собой, то наш опыт показывает, что в 9 из 10 случаев наша консультация помогает с первого раза!

Для желающих глубже познакомиться с методикой специалисты Центра проводят специальные тренинги, которые помогают лучше понять основные идеи методики и применить их в своей жизни. Тренинги проводятся в Москве и во многих городах России и мира. У нас есть специальные аудиозаписи медитаций прощения себя, других людей, своего тела. Есть система компьютерной диагностики идеализаций и рекомендации по отказу от них, и многое другое. Вся информация о наших услугах имеется на сайте www.sviyash.ru заходите туда. Не забудьте там же подписаться на еженедельную бесплатную Рассылку наших новостей и ответов на вопросы читателей.

Так что желаем вам успехов на пути к Разумной жизни. Пусть в вашей жизни все будет только так, как вам хочется! Не забывайте, что вы всегда — любимчик Жизни!

С уважением Александр Свияш.

Дополнено и переработано в феврале 2004 г.

Литература

1. Свияш А. Разумный мир. Как жить без лишних переживаний. — СПб, Питер, 2001, 548с.
2. Свияш А. Хочешь быть богатым? Будь им! — М.: Центрполиграф, 2001. -235с.
3. Свияш А. Уроки судьбы в вопросах и ответах. — М.: Центрполиграф, 2002. -348с.
4. Свияш А. Уроки судьбы. Диагностика ситуаций. — М.: Центрполиграф, 2002. -256с.
5. Свияш А. Хочешь быть здоровым? Будь им! — СПб.: Питер, 2000. - 288с.
6. Свияш А. Свияш Ю. Улыбнись, пока не поздно. Позитивная психология для повседневной жизни — М., Астрель, 2003. — 351с.
7. Свияш А. Свияш Ю. Советы брачующимся, уже замужем и страстно желающим вступить в брак — М., Астрель, 2003. — 340с.